

# MÉMO



Le programme LEO, élaboré par les équipes du Centre Lyonnais des Aidants en Psychiatrie (CLAP, CH du Vinatier) est proposé depuis Octobre 2025.

## En quoi consiste ce programme ?

Il s'agit d'un programme de psychoéducation multifamiliale de 8 séances de 3 heures, animé par une équipe de soignants formés à cet effet. Il permet d'abord d'acquérir des connaissances médicales concernant la santé mentale et les différentes pathologies psychiatriques via une approche dimensionnelle. Puis la thématique de la relation avec son proche est abordée afin d'améliorer la communication, de guider vers le changement et d'entretenir la motivation de celui-ci. Puis le modèle d'autogestion ZRM (modèle de ressources Zurichois) est proposé afin de se reconnecter à soi-même et de répondre à ses besoins. Tout au long des 8 séances le partage d'expériences et le soutien collectif est favorisé. Des exercices de relaxation sont également régulièrement proposés.

## À qui s'adresse-t-il ?

Ces séances bénéficient aux proches et aidants (famille, conjoint.e, ami.e, etc...) de personnes vivant avec un trouble psychique (troubles de l'humeur, troubles schizophréniques, troubles de la personnalité, addictions).



## Quel est l'intérêt de ce programme ?

- Améliorer la communication avec son proche.
- Guider vers le changement.
- Entretenir la motivation de son proche.
- Se reconnecter à soi-même, s'autogérer.
- Trouver du soutien.
- Partager ses expériences.



## Comment bénéficier du programme ?

Une adresse mail est dédiée à la prise de rendez-vous : [parcours.aidants@epsm-loiret.fr](mailto:parcours.aidants@epsm-loiret.fr)

Décrivez succinctement votre situation auprès de votre proche, vos attentes et indiquez votre numéro de téléphone.

Vous serez contacté pour participer à une séance d'information.

## Comment se déroulent les séances ?

Au sein du PRISM 45, situé au 74 rue du Petit Pont 45000 Orléans

Parking disponible

Bus 4 et 7, arrêt « Cité de l'Agriculture »

Tram B, arrêt « Mozart »

