



SERVICES	MISSIONS		
Services de Santé Mentale du Brabant wallon	Suivi psychologique et psychothérapeutique individuel, en couple ou en famille	Payant (Coût ajustable)	Pour trouver un SSM près de chez vous : https://www.pfsmbw.be/index.php/nos-membres/services-de-sante-mentale

Le site Internet « Trouver du soutien » vous fournira également des conseils, ressources et informations sur les services pouvant vous soutenir et vous aider à prendre soin de vous : <https://covid.aviq.be/fr/trouver-du-soutien>

Services en rapport avec l'hygiène au sein de la MR

OST¹ Outbreak Support Team	Conseils et recommandations dans la gestion médicale de la crise	Gratuit	0460/95.02.87 ostbrabantwallon@gmail.com
---	--	---------	---

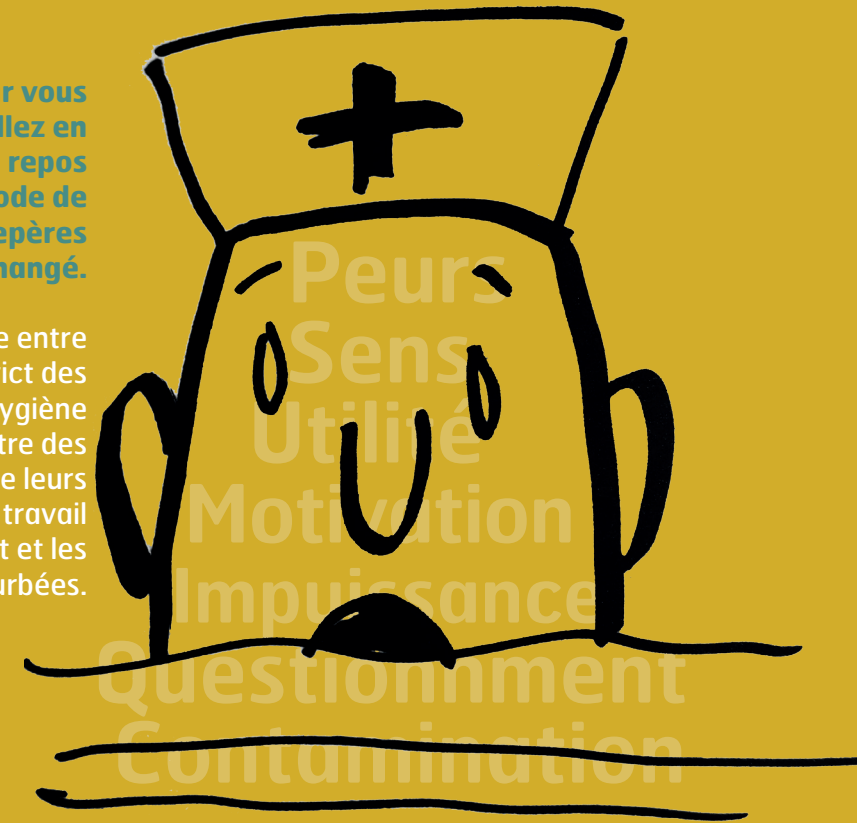
Cette liste ne se veut pas exhaustive, elle comprend les institutions participant à un groupe de travail sur les interventions en maison de repos en période Covid, coordonné par le CLPS-Bw et la PFSMBW.

¹ Les SCESAM, DIPI et OST sont des services temporaires, développés spécifiquement en réponse à la crise. Vous pourrez vérifier s'ils existent toujours en prenant contact avec eux.

Comment prendre soin de vous dans ce contexte Covid ?

Pour vous qui travaillez en maison de repos en cette période de crise, les repères ont changé.

En équilibre entre un respect strict des mesures d'hygiène et le bien-être des résident-e-s et de leurs familles, votre travail est différent et les relations perturbées.



Dans ce contexte, il n'est pas simple de se sentir bien dans son travail, de rester motivé-e, de trouver du sens à ce que l'on fait.



De nombreux services existent et peuvent vous aider à prendre soin de vous pendant cette période troublée. Si vous vous sentez isolé.e, si votre travail perd de son sens, si vous avez besoin d'en parler avec d'autres,... ces services proposent un soutien psychologique, des groupes de parole, des lignes d'écoute, des formations. Afin de vous permettre d'y voir plus clair, ces institutions ont créé ensemble ce document, qui reprend ce que chacune peut vous proposer.

Services offrant un soutien psychologique

SERVICES	MISSIONS	€	☎
Cabestan SCESAM¹ BW EST	<ul style="list-style-type: none"> - Soutien et accompagnement psychologique individuel - Groupe de parole - Supervision, formation, sensibilisation d'équipe 	Gratuit Gratuit Gratuit	0478/56.57.81 cabestan@cspo.be
Domaine SCESAM¹ BW OUEST	<ul style="list-style-type: none"> - Soutien et accompagnement psychologique individuel - Groupe de parole - Atelier thématique (gestion du stress, relaxation,...) 	Gratuit Gratuit Gratuit	0476/80.36.80 equipe.mobile.cspd@domaine-ulb.be
ISPA - SAMRAVI SSM de LLN	<ul style="list-style-type: none"> - Suivi psychologique et psychothérapeutique - Groupe de parole - Supervision individuelle et/ou d'équipe 	12,19€ (Coût ajustable) Payant Payant	010/47.44.08 010/ 47.87.85 samravi@apsyucl.be

SERVICES	MISSIONS	€	☎
Le Bien Vieillir	<ul style="list-style-type: none"> - Groupe de parole - Formation autour du deuil, se reconstruire après la crise, prendre soin de soi, rétablir la cohésion d'équipe, ... 	Gratuit Payant (Gratuit pour MRS privées)	081/.65.87.00 lebienvieillir@skynet.be
Pallium	<ul style="list-style-type: none"> - Soutien et accompagnement psychologique individuel et de groupe - Ligne d'écoute - Groupe de parole - Atelier créatif sur le deuil 	Gratuit Gratuit 35€ Payant	010/39.15.75 direction@pallium-bw.be
Réseau 107 Brabant wallon	Suivi psychologique de courte durée pour des problèmes de déprime, d'anxiété, de consommation d'alcool, de somnifères ou de calmants	11,2€ ou 4€ (BIM)	Pour trouver un-e psychologue près de chez vous : https://reseau107bw.be/initiative/soins-psychologiques-1ere-ligne/
Respect Seniors	Permanence téléphonique : écoute et soutien	Gratuit	0800/30.330 brabant.wallon@respectseniors.be
SARAH asbl	<ul style="list-style-type: none"> - Soutien et accompagnement psychologique individuel - Groupe de parole - Coaching et formation pour prendre soin de soi, gérer ses émotions, ... 	Payant (Gratuité possible)	071/37.49.32 sarah@formation.be