

PROJET DE RECHERCHE-ACTION

Une communauté tissée serrée pour du répit flexible au Bas-Saint-Laurent



CONTEXTE DE RÉALISATION

Ce projet a été réalisé dans le cadre et avec le soutien financier de la programmation de recherche-action ***Bien vieillir chez soi***. Constituée de huit projets innovants, cette programmation vise à permettre aux personnes âgées du **Bas-Saint-Laurent** de vivre le plus longtemps possible à domicile et dans leur communauté.

Le service, mis en place selon une **approche de recherche-action**, permet :

- d'intégrer le savoir et les méthodes de chacun des membres du comité de pilotage (personnes expertes de vécu, personnes représentantes d'organisation, personnes chercheuses);
- d'évaluer et d'ajuster le fonctionnement du service pendant sa mise en place;
- de documenter le processus afin de pouvoir partager la méthode.

OBJECTIF

Compléter l'offre de services de répit aux personnes proches aidantes de personnes âgées présentant un début de troubles neurocognitifs nécessitant présence et accompagnement.

TERRITOIRE D'EXPÉRIMENTATION

Ce projet a été expérimenté et implanté dans les MRC de Rimouski-Neigette et de La Mitis de 2023 à 2026.

*Vieillir à domicile,
ce n'est pas seulement
une question individuelle:
c'est une responsabilité
collective*

- Comité de pilotage

DESCRIPTION DU SERVICE

Le programme *Une communauté tissée serrée* a été conçu pour offrir un répit flexible, précoce et concret aux personnes proches aidantes de personnes âgées présentant un début de troubles neurocognitifs (avec ou sans diagnostic).

Le service consiste à :

- mobiliser des personnes citoyennes et des personnes étudiantes pour offrir du répit;
- identifier des dyades de personnes proches aidantes et de personnes âgées présentant un début de trouble neurocognitif et ayant besoin de répit;
- jumeler une personne citoyenne ou une personne étudiante, avec une dyade composée d'une personne proche aidante et d'une personne âgée, afin que sur une période de 15 semaines, le service de répit puisse être offert au domicile de la personne âgée;
- tisser des liens solidaires et intergénérationnels entre les personnes impliquées pour contrer l'isolement et pour favoriser l'entraide au sein de la communauté du Bas-Saint-Laurent, plus particulièrement dans les MRC de Rimouski-Neigette et de La Mitis.



RETOMBÉES

de la mise en place du service

- **178** moments de répit ont été offerts
- **12** dyades (personnes âgées – personnes proches aidantes) ont bénéficié du service entre l’automne 2024 et l’automne 2025
- **17** personnes bénévoles (citoyennes et étudiantes) se sont impliquées activement dans le programme
- **9** jumelages ont été réalisés sur le territoire de la MRC de Rimouski-Neigette, comparativement à **11** sur celui de La Mitis

CONDITIONS GAGNANTES

- Le service implanté était en cohérence avec l’expertise et la mission de l’organisme porteur
- Le processus de jumelage reposait sur une approche personnalisée et humaine entre la dyade et la personne bénévole
- Les partenariats établis avec les organismes du milieu (Société d’Alzheimer, UQAR, etc.) ont grandement facilité le recrutement des dyades et des personnes étudiantes

DÉFIS RENCONTRÉS

- La difficulté du recrutement des personnes citoyennes
- La connaissance et l’utilisation du service, de manière précoce, par les personnes proches aidantes (PPA) (qui souvent, au début de leur rôle d’aidant, ne se reconnaissent pas comme des PPA)
- Le référencement des dyades par les équipes du CISSS

MEMBRES DU COMITÉ DE PILOTAGE

- Personnes expertes de vécu
- Société Alzheimer du Bas-Saint-Laurent
- L’Appui
- Centre d’action bénévole de La Mitis
- CISSS du Bas-Saint-Laurent (Direction des programmes de soutien à domicile, Direction de la qualité, évaluation, performance, éthique clinique, Direction de la santé publique)
- UQAR (Chaire interdisciplinaire sur la santé et les services sociaux pour les populations rurales - CIRUSSS, Département de psychosociologie et travail social et Département des sciences de la santé)

Les membres du comité de pilotage coconstruisent et réalisent le projet.

Demander de l'aide n'est pas un signe de faiblesse. En nommant ses besoins, on découvre souvent que des ressources existent, parfois toutes proches.

- Comité de pilotage



Principaux produits de connaissance à consulter :



- Trousse de formation pour personnes impliquées dans le programme de répit flexible
- Guide d’implantation du programme *Une communauté tissée serrée*
- Affiche : État de l’offre de services de répit flexible atypique au Bas-Saint-Laurent
- Note de breffage : les retombées de la mise en place du programme *Une communauté tissée serrée* pour du répit flexible
- Infographies :
 - Qu’est-ce qu’on entend par répit flexible?
 - Expériences des personnes bénévoles sur leur participation à un service de répit flexible
 - Expérience des personnes proches aidantes sur leur participation à un service de répit.



En partenariat avec :

