

# Guide d'implantation du programme

*Une communauté tissée serrée  
pour du répit flexible*

À l'intention des organismes  
communautaires souhaitant  
bonifier leur offre de services  
auprès des personnes proches  
aidantes et des personnes  
aînées de leur territoire





# 10 bonnes raisons de déployer le programme

*Une communauté tissée serrée pour du répit flexible*

## LE PROGRAMME DE RÉPIT FLEXIBLE :

1

Offre un **soutien précoce, concret et bienveillant** aux personnes proches aidantes, en répondant à leurs besoins et en leur donnant rapidement accès à un service de répit, dès les premiers signes de la maladie de la personne aînée.

2

**Allège la charge mentale**, émotionnelle et physique des personnes proches aidantes, tout en prévenant leur épuisement.

3

Favorise la **création de liens solidaires, intergénérationnels et communautaires**, ce qui renforce le filet social au sein de la communauté.

4

Encourage l'entraide, l'engagement et la **participation bénévole**.

5

Génère des **retombées positives** sur les personnes proches aidantes, les personnes aînées et les personnes bénévoles (citoyennes et étudiantes).

6

S'inscrit dans **une démarche collective qui reconnaît et valorise le rôle essentiel des personnes proches aidantes**.

7

**Brise l'isolement** des personnes proches aidantes et des personnes aînées.

8

**Soutient la participation et le maintien des capacités des personnes aînées**, afin de leur permettre, lorsque possible, de prolonger leur maintien à domicile.

9

Permet une **offre complémentaire** aux services du réseau public.

10

Propose une **solution simple, conviviale et peu coûteuse, facile à implanter** et respectueuse de la vie et des spécificités de chaque dyade.

# Synthèse : Service de répit flexible



Vous vous demandez peut-être : **qu'est-ce que du répit flexible?** Il s'agit du **répit ponctuel** ou du **répit d'urgence** à domicile, **offert de jour, de soir et de fin de semaine**, selon le moment qui convient et selon les besoins de la personne proche aidante. Le répit offert se définit comme flexible, car **la personne bénévole qui offre le répit s'adapte aux réalités et aux préférences de chaque dyade** (personnes âgées – personnes proches aidantes), dans une perspective souple, humaine et centrée sur leurs besoins.

## DESCRIPTION DU SERVICE

- Répit flexible offert à domicile pour les personnes proches aidantes de personnes âgées présentant un début de troubles neurocognitifs (avec ou sans diagnostic).
- Différentes formes de répit sont offertes :
  - Répit-surveillance : assurer une présence sécurisante.
  - Répit-stimulation : proposer des activités adaptées qui stimulent la personne âgée.
  - Visite amicale : créer un moment de lien et d'échange, avec la dyade ou seulement avec la personne âgée.
- Pendant la période de répit, la personne proche aidante peut :
  - Rester à domicile (repos, tâches, échanges avec le bénévole).
  - Quitter le domicile (courses, rendez-vous, loisirs).

## ADMISSIBILITÉ

- Personnes âgées en début de troubles neurocognitifs, conservant une autonomie fonctionnelle (autonomie pour l'hygiène et l'alimentation, pas de troubles de comportement, pas besoin d'assistance constante).
- Personnes proches aidantes pouvant habiter ou non avec la personne âgée.

## RESSOURCES HUMAINES REQUISES

- Personnes bénévoles (citoyennes ou étudiantes) sont au cœur du programme, et assurent l'offre de répit.
- Une personne intervenante dédiée et responsable de :
  - Accompagner : faciliter les jumelages, ajuster les services, assurer un suivi relationnel.
  - Encadrer : soutenir et superviser les bénévoles.
  - Informer : transmettre des informations clés et partager des outils.
  - Intervenir : gérer, au besoin, les tensions ou incompréhensions.

# Remerciements<sup>1</sup>

Nous tenons à adresser des remerciements sincères aux différentes organisations et différentes personnes qui ont réfléchi et participé à l'élaboration de ce programme et plus spécifiquement ce guide :

## COORDINATION ET RÉDACTION

**Sara Gosselin**, agente de recherche, Chaire CIRUSSS, UQAR

## MEMBRES DU COMITÉ DE PILOTAGE

**Marie-Hélène Morin**, professeure en travail social, cotitulaire de la chaire CIRUSSS, UQAR

**Marie-Ève Gagnon**, professeure en sciences infirmières, UQAR

**Dominique Girard**, professeure en psychologie, UQAR

**Marie-Josée Fillion**, coordonnatrice en matière de proche aidance, CISSS-BSL

**Julie Dubé**, chef de service au soutien à domicile, CISSS-BSL

**Patrick Legoupil**, chef de service au soutien à domicile, CISSS-BSL

**Mathieu Ouellette**, organisateur communautaire, CISSS-BSL

**Dany Dionne**, directeur, Centre d'action bénévole de La Mitis

**Stéphane Massé**, intervenant communautaire, Centre d'action bénévole de La Mitis

**Laurie Boulay**, conseillère aux familles, Société d'Alzheimer du Bas-Saint-Laurent

**Geneviève Deschênes**, conseillère en développement régional, APPUI

**Lisette Rioux**, personne experte de vécu

---

<sup>1</sup> Pour votre information : nous nous sommes inspirés du guide de mise en œuvre des voisins solidaires (Gouvernement du Québec, 2016).

## AUTRES PERSONNES COLLABORATRICES

**Nicole Ouellet**, professeure en sciences infirmières, UQAR

**Cindy Allain**, ancienne coordonnatrice, Société d'Alzheimer du Bas-Saint-Laurent

**Kim Fredricks**, ancienne directrice développement et innovation, APPUI

**Micheline Savoie**, personne experte de vécu

**Laureine Ouellet**, personne experte de vécu

**Maryse Proulx**, agente de recherche, Chaire CIRUSSS, UQAR

**Caroline Pelletier**, agente de recherche, Chaire CIRUSSS, UQAR

**Isabelle Harnois**, auxiliaire de recherche, Chaire CIRUSSS, UQAR

**Annie-Claude Bujold**, ancienne directrice, Répit-Loisirs-Autonomie

**Jean-Nicolas Marchand**, ancien directeur, Répit-Loisirs-Autonomie

**Lyndia Chouinard**, directrice, Société d'Alzheimer du Bas-Saint-Laurent

**Hirondelle Varady-Szabo**, agente de recherche et de développement, CRDBSL

**Normand Lévesque**, agent de développement, CRDBSL

**Annie Lachance**, ancienne agente de recherche et de développement, CRDBSL

L'implantation du programme, l'écriture, ainsi que la diffusion du guide ont été réalisées dans le cadre et avec le soutien financier de la démarche *Bien vieillir chez soi*<sup>2</sup>.



## CONCEPTION ET DESIGN

**Audrey Sasseville**, Blush Agence (Rimouski)

<sup>2</sup> Pour plus d'informations, sur la démarche Bien vieillir chez soi, consultez leur site internet : <https://vieillirchezsoi-bsl.org/>

# Table des matières

<b>1 • Acronymes</b>	<b>8</b>
<b>2 • Introduction-préambule</b>	<b>9</b>
<b>3 • Qu'est-ce que ce programme de répit flexible?</b>	<b>10</b>
3.1 La vision, les objectifs, les principes et les valeurs	10
3.2 Descriptif du répit offert	12
3.3 Présentation des acteurs clés du programme	14
<b>4 • Comment implanter le programme?</b>	<b>16</b>
4.1 Recruter	17
4.2 Procéder au jumelage et réaliser la rencontre d'accueil	23
4.3 Assurer le suivi	26
4.4 Évaluer le répit	27
<b>5 • Ressources nécessaires</b>	<b>28</b>
5.1 Ressources humaines	28
5.2 Ressources matérielles	29
<b>6. Conclusion</b>	<b>31</b>
<b>7. Annexes</b>	<b>32</b>

# 1 • Acronymes

**CAB :** Centre d'action bénévole

**CIRUSSS :** Chaire interdisciplinaire sur la santé et les services sociaux pour les populations rurales

**CISSS-BSL :** Centre intégré de santé et de services sociaux du Bas-Saint-Laurent

**CRDBSL :** Collectif régional de développement du Bas-Saint-Laurent

**MRC :** Municipalité régionale de comté

**UQAR :** Université du Québec à Rimouski



## 2 • Introduction – préambule

### MISE EN CONTEXTE DU PROGRAMME

Le programme **Une communauté tissée serrée** pour du répit flexible est issu d'une démarche régionale appelée *Bien vieillir chez soi*<sup>3</sup>. Cette mobilisation régionale a permis la mise en œuvre d'une vaste programmation regroupant huit projets de recherche-action, ayant tous pour objectif commun de permettre aux personnes âgées du Bas-Saint-Laurent de vivre le plus longtemps possible à domicile et dans la communauté, en adaptant de façon innovante l'offre de services.

Dans le cadre de ce programme de *répit flexible*, différents partenaires, des secteurs communautaires, de la santé, de l'enseignement, de la recherche et de même que des personnes représentantes des personnes âgées se sont mobilisées sur une période de trois ans (2023 à 2026). Ensemble, ils ont contribué au développement complet du programme, à son expérimentation dans deux MRC du Bas-Saint-Laurent, ainsi qu'à son ajustement progressif à travers un processus soutenu par la recherche. Cette démarche a permis d'adapter le programme de façon cohérente avec les besoins exprimés par les acteurs et actrices impliqués dans le service.

L'ensemble de cette démarche avait pour visée de mettre en place un **service de répit flexible aux personnes proches aidantes de personnes âgées** présentant un début de troubles neurocognitifs qui requièrent une présence et une surveillance. Le service a été expérimenté sur l'ensemble du territoire de la MRC de Rimouski-Neigette et de La Mitis.

La version actuelle du programme, telle que présentée dans ce guide, tient compte des apprentissages issus de cette recherche-action.

### MISE EN CONTEXTE DE L'ÉCRITURE DE CE GUIDE

Ce guide a été conçu pour vous offrir toutes les informations nécessaires à l'implantation du programme *Une communauté tissée serrée* pour du répit flexible au sein de votre organisme et dans votre communauté. Il s'agit d'un outil pratique et concret, qui rassemble :

- Une présentation complète du programme;
- Les étapes à suivre pour en assurer une implantation adaptée à votre réalité.

Au-delà d'un simple mode d'emploi, ce guide constitue également un outil de transfert de connaissance. Il vise à rendre accessibles les apprentissages, les savoirs pratiques et les expertises développés au cours des trois années de cette démarche collective.

<sup>3</sup> <https://vieillirchezsoi-bsl.org/>

## 3• Qu'est-ce que ce programme de répit flexible?

### 3.1 La vision, les objectifs, les principes et les valeurs

#### LA VISION

Ce programme de répit flexible s'inscrit dans une vision à la fois humaine et sociale. Il a été conçu pour offrir un soutien précoce et concret aux personnes proches aidantes, tout en contribuant à une réponse collective face au vieillissement de la population.

Nous croyons que chaque personne proche aidante devrait avoir accès à du répit le plus tôt possible dans son rôle de soutien, afin de prévenir l'épuisement, de normaliser cette forme d'aide et ainsi favoriser un mieux-être durable. Notre vision est celle d'une société solidaire, où le soin des personnes âgées repose sur une responsabilité partagée entre les familles, la communauté et les institutions.



#### L'OBJECTIF PRINCIPAL

**Compléter l'offre de services disponibles en mettant en place un service de répit flexible** aux personnes proches aidantes de personnes âgées présentant un début de troubles neurocognitifs qui requièrent une présence et une surveillance sur votre territoire.

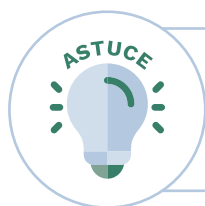
#### LES OBJECTIFS SPÉCIFIQUES

- Favoriser le recours plus précoce aux services de répit pour les personnes proches aidantes.
- Offrir des formes de répits plus flexibles en répondant à des besoins ponctuels, de dépannage, et ce, sur des horaires plus flexibles (jour, soir, fin de semaine).

- Créer et renforcer les liens de solidarité dans la communauté et entre les générations, afin de rendre plus humains et accessibles les services de répit flexibles.

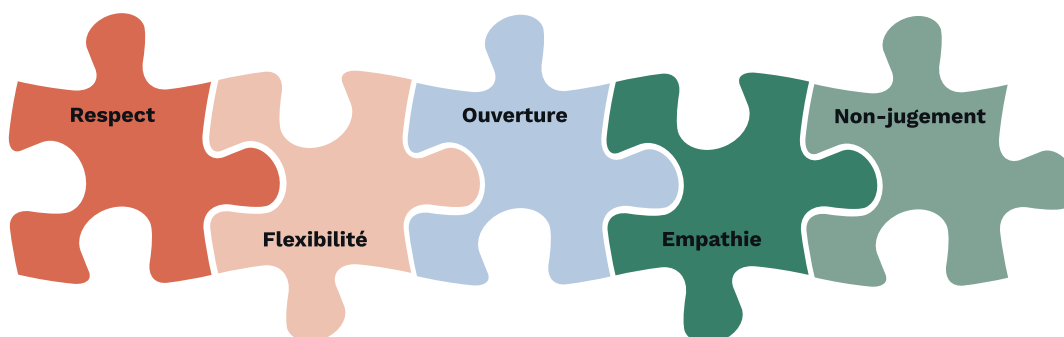
## LES PRINCIPES FONDATEURS

- **Reconnaissance des personnes proches aidantes :** Le programme reconnaît l'expertise, l'engagement et les besoins spécifiques des personnes proches aidantes. Elles sont considérées comme des bénéficiaires à part entière, et le répit est offert de manière adaptée, selon leurs besoins et préférences.
- **Accessibilité facilitée :** Le programme vise à réduire les obstacles financiers et administratifs, en offrant un accès simple, gratuit et rapide au service de répit.
- **Soutien à l'autodétermination et au pouvoir d'agir :** Le programme valorise et soutient l'autonomie et la capacité d'agir des personnes proches aidantes et des personnes âgées, en favorisant leur participation active aux décisions qui les concernent.
- **Ancrage communautaire :** Le programme repose sur le principe que chaque personne a besoin de sa communauté pour vivre en santé, s'épanouir pleinement et plus spécifiquement, que chaque personne âgée puisse vivre le plus longtemps possible dans sa communauté.
- **Mobilisation citoyenne et étudiante :** Le programme estime que l'apport des personnes étudiantes et/ou citoyennes bénévoles est essentiel. Elles sont des alliées précieuses pour renforcer l'accessibilité et enrichir l'expérience de répit.



Le programme peut reposer seulement sur des personnes citoyennes, advenant que le recrutement de personnes étudiantes soit impossible sur votre territoire.

## LES VALEURS DU PROGRAMME



## 3.2 Descriptif du répit offert

- Le **répit offert se définit comme flexible**, car les personnes bénévoles (citoyennes et étudiantes) s'adaptent aux réalités et aux préférences de chaque dyade (personne aînée-personne proche aidante), dans une perspective souple, humaine et centrée sur les besoins de la personne proche aidante.
- Il s'agit de **répit ponctuel, offert de jour, de soir et de fin de semaine**, du lundi au dimanche, selon le moment qui convient et selon les besoins de la personne proche aidante.
- L'offre de répit flexible est offerte approximativement de **deux à huit heures par semaine**. Ce nombre d'heures peut être réparti en une ou deux périodes par semaine, selon la disponibilité des personnes bénévoles et les besoins spécifiques de la dyade (personne proche aidante – personne aînée).

### Dans la vision du programme, le répit c'est ...

Un service **avant tout POUR la personne proche aidante**. Il s'agit d'un **temps d'arrêt temporaire** qui lui est offert afin qu'elle puisse :

- Prendre du temps pour elle;
- Socialiser, visiter son entourage;
- Prendre du recul sur sa situation;
- Relaxer;
- Vaquer à d'autres occupations de son choix, etc.

Le répit peut prendre différentes formes selon les besoins :

- **Répit-surveillance** : assurer une présence sécurisante (une vigie).
- **Répit-stimulation** : proposer des activités encadrées qui stimulent différentes compétences chez la personne aînée.
- **Visite amicale** : créer un moment de lien et d'échange en présence de la dyade ou seulement de la personne aînée.

Pendant les moments de répit, la personne aînée peut par exemple :

- Discuter avec la personne bénévole;
- Réaliser une activité avec la personne bénévole qui lui fait plaisir en tenant compte de ses intérêts);
- Faire une sieste;
- Etc.



Dans ce dernier cas, lorsque la personne âgée préfère se reposer, la personne bénévole peut prévoir des activités personnelles comme de la lecture ou des travaux scolaires (pour les personnes étudiantes) pendant ce temps.

La personne proche aidante, quant à elle, peut :

- **Rester au domicile**, par exemple pour se reposer, faire des tâches ménagères ou discuter avec la personne bénévole;
- **Quitter le domicile**, par exemple pour faire des courses, voir des ami.es ou se rendre à un rendez-vous.

Ce programme de répit repose sur l'engagement de personnes bénévoles. Leur implication est au cœur du programme.

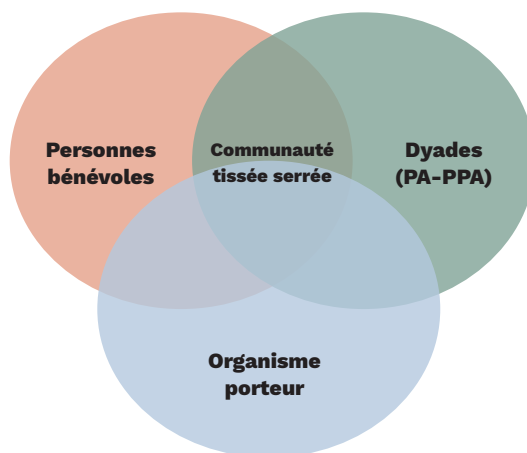


Vous vous demandez peut-être comment les personnes bénévoles sont formées pour offrir le service de répit. Pour les soutenir, **une trousse de formation détaillée a été conçue**. Elle accompagne les bénévoles dans leur rôle et regroupe une foule d'informations essentielles, notamment sur les troubles neurocognitifs, les approches d'intervention à privilégier et bien d'autres sujets pertinents. Pour accéder à la trousse, consultez ce site internet : <https://vieillirchezsoi-bsl.org/projets/services-repit-flexibles.html>



### 3.3 Présentation des acteurs clés du programme

Voici un graphique qui présente les principaux acteurs du programme. Vous trouverez, sous celui-ci, les définitions complètes de chacun de ces acteurs.



**Figure 1: Principaux acteurs du programme une communauté tissée serrée**

**Les dyades qui reçoivent le service, qui sont-elles?**

#### **LES PERSONNES ÂÎNÉES**

Le terme *personnes âgées* fait référence à des personnes de 60 ans et plus qui présentent un **début de perte cognitive** (avec ou sans diagnostic de trouble neurocognitif, par exemple : Alzheimer) et **qui ont besoin d'une surveillance et d'une présence pour soutenir la réalisation de leurs habitudes de vie**. Par « début », on entend une phase où la personne aidée conserve une certaine autonomie fonctionnelle : elle est en mesure, entre autres, d'assurer elle-même ses soins d'hygiène personnelle (par exemple : aller seule à la toilette) et de s'alimenter de façon autonome. Elle ne présente pas de troubles de comportement et ne nécessite pas une assistance constante pour les activités de base. Enfin, elle doit accepter volontairement le service.

#### **LES PERSONNES PROCHES AIDANTES**

Le terme *personnes proches aidantes* fait référence à toutes personnes significatives qui offrent un soutien à une personne âgée. L'aide apportée peut être ponctuelle ou régulière et porter sur diverses habitudes de vie (services au domicile, soins personnels, soutien à la gestion des rendez-vous, etc.). La personne proche aidante peut habiter ou non avec la personne âgée.

## Les personnes bénévoles, qui sont-elles?

### LES PERSONNES CITOYENNES

Le terme *personnes citoyennes* fait référence à une personne de la communauté qui possède des qualités de relation d'aide. Ces personnes sont disponibles et elles désirent soutenir leur communauté et être en relation avec des membres de celle-ci. Ces personnes sont préoccupées par le bien-être des autres, particulièrement celui des personnes proches aidantes et des personnes âgées.

### LES PERSONNES ÉTUDIANTES

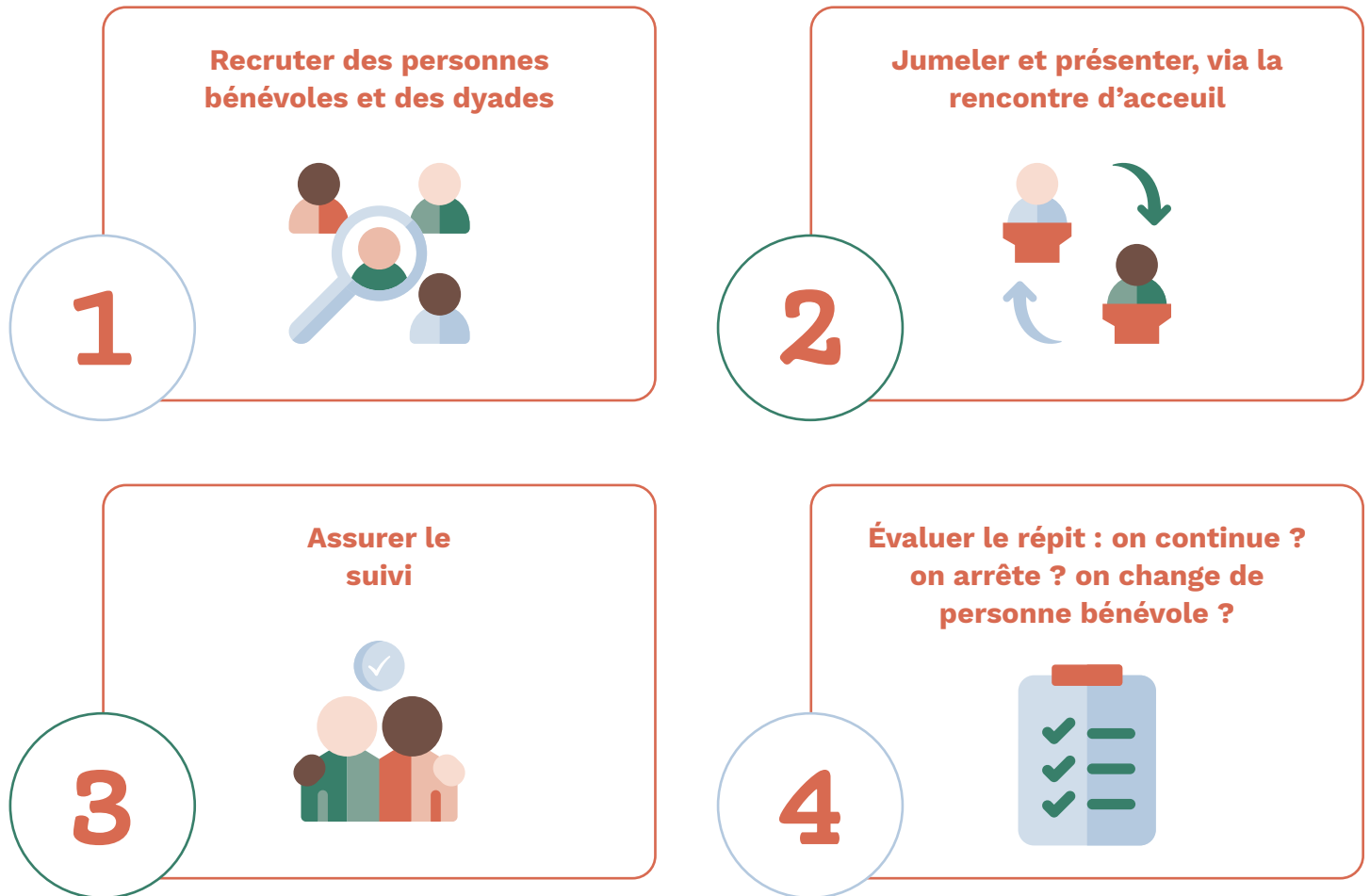
Le terme *personnes étudiantes* fait référence à des personnes qui étudient au Cégep ou à l'Université, dans le domaine de la santé et des services sociaux (travail social, psychologie, éducation spécialisée, sciences infirmières, kinésiologie, etc.). Dans le contexte d'une implication sociale ou de stage liée à leur parcours de formation, ces personnes offriront leur aide et leur présence sous forme de répit à domicile à une dyade de personne proche aidante et de personne âgée.

### L'organisme porteur, de qui peut-il s'agir?

L'organisme porteur peut prendre différentes formes selon le contexte local. Il peut s'agir, par exemple, d'un organisme dont la mission principale est le recrutement et la coordination de bénévoles, comme un *Centre d'action bénévole*. Il peut aussi s'agir d'un organisme œuvrant au soutien des personnes proches aidantes ou des personnes âgées.

## 4. Comment implanter le programme?

Voici une figure qui illustre la séquence des quatre étapes d'implantation du service. Chacune des étapes est présentée et expliquée en détail ci-bas.



**La responsabilité des étapes 1 à 4 revient à la personne intervenante, qui en assure la mise en oeuvre et le suivi.**



**Le financement et la présence d'une ressource humaine sont des conditions incontournables au déploiement du programme.**



## Recruter des personnes bénévoles et des dyades

1



### 4.1 Recruter

#### 4.1.1 Recrutement des personnes bénévoles (citoyennes et étudiantes)

Le programme repose sur la participation des personnes étudiantes et citoyennes, qui agissent à titre de prestataires du service de répit. Les différentes étapes du recrutement sont présentées. Par la suite, plusieurs énoncés de bonnes pratiques sont proposés pour soutenir une mise en place efficace du processus. Les particularités propres à chaque groupe (personnes citoyennes et personnes étudiantes) y sont également mises en évidence. L'ensemble de ces étapes est réalisé par la personne intervenante de l'organisme porteur.

#### ÉTAPES DE RECRUTEMENT :

1

**Recrutement :** cette étape est essentielle pour avoir des personnes qui s'impliqueront dans le programme. Cette étape se fait différemment pour les personnes étudiantes et pour les personnes citoyennes, voici les sous-étapes qui sont propres à chaque groupe.

## RECRUTEMENT

### Personnes étudiantes

**1.1 Établir des liens avec les milieux d'enseignement :** identifier et contacter les départements ou ressources enseignantes de programmes pertinents afin de présenter le programme.

**1.2 Présenter le programme dans les cours ciblés :** offrir une présentation en classe pour expliquer le fonctionnement du service et les modalités d'implication.

### Personnes citoyennes

**1.1 Publiciser l'offre de bénévolat dans des lieux stratégiques (physiques et virtuels) :** identifier les lieux clés où il est pertinent de faire connaître votre offre de bénévolat. Les lieux physiques : dans votre organisme, dans les salles communautaires, les clubs des 50 ans et plus, les bibliothèques, etc. Les lieux virtuels : sur votre page Facebook, votre site Internet, dans les bulletins municipaux, ainsi que dans la radio et télévision communautaires. L'objectif est de diversifier les canaux de diffusion afin de rejoindre un plus grand nombre de personnes intéressées à s'impliquer.



2

**Rencontrer les personnes étudiantes et citoyennes intéressées :** tenir une rencontre individuelle pour répondre aux questions, valider leur intérêt et s'assurer que la personne bénévole a les compétences humaines pour faire ce type de bénévolat.

3

**Remplir le formulaire d'identification et de pairage :** compléter ce formulaire avec les personnes prêtes à s'engager afin de recueillir les informations nécessaires à leur jumelage. (Voir le modèle à l'Annexe A, page 33). À cette étape, la trousse de formation leur est remise, afin qu'elles débutent leur formation de manière autodidacte.

4

**Obtenir les documents requis :** faire signer le formulaire de vérification des antécédents judiciaires ainsi que le code d'éthique propre à votre organisation.



Vous vous demandez peut-être comment procéder à la **validation des antécédents judiciaires**. Bonne nouvelle : pour les organismes communautaires, il existe une procédure gratuite. Il vous suffit de vous inscrire sur le site [www.jebenevole.ca](http://www.jebenevole.ca).

## **Les bonnes pratiques à considérer pour le recrutement des personnes étudiantes:**

- Établir des liens avec les milieux d'enseignement collégial et universitaire
  - Communiquer avec les responsables des programmes d'études en relation d'aide (travail social, éducation spécialisée, psychoéducation, psychologie, etc.).
  - Cibler les cours pour lesquels le programme est pertinent (prioriser les cours où des heures de stage, d'implication sociale ou de bénévolat sont exigées).
  - Présenter le programme en personne en classe (nettement plus efficace que les affiches).
  - Entretenir les liens avec les personnes enseignantes pour revenir présenter l'offre à chaque nouvelle cohorte.



Si vous connaissez déjà des ressources enseignantes, il peut être avantageux de les approcher directement, sans nécessairement passer par la direction du département. Une fois ces liens établis, il devient plus facile, d'année en année, de retourner présenter le programme dans les cours ciblés.

- Présenter minutieusement le programme, en valorisant les retombées de l'implication pour les personnes étudiantes elles-mêmes

Mettre en valeur les bénéfices que cette expérience peut offrir aux personnes étudiantes :

- Une expérience significative à ajouter à leur curriculum vitae.
- Le développement de connaissances sur des thématiques clés telles que le vieillissement, la proche aidance et les troubles neurocognitifs.
- Un sentiment d'utilité sociale, en contribuant à améliorer la qualité de vie des personnes proches aidantes et en répondant à un enjeu de société croissant lié au vieillissement de la population.

- Proposer une implication de la durée d'une session d'étude

Faciliter le recrutement et l'engagement des personnes étudiantes en proposant une implication couvrant une session complète d'étude, soit environ 15 semaines. Dans le cadre du projet pilote, cela s'est avéré gagnant. À la fin de cette période, effectuer un suivi avec chaque personne pour vérifier si elle souhaite poursuivre son engagement ou y mettre fin. Cette approche a l'avantage d'offrir un cadre clair et limité dans le temps, ce qui convient bien aux personnes étudiantes, qui ne savent souvent pas à quoi ressemblera leur prochaine session en termes de charge académique ou d'engagements personnels.

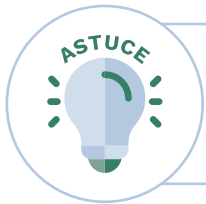


Pour maximiser les chances de recrutement, il est important de présenter le programme dès la première semaine de la session collégiale ou universitaire. Cela permet aux personnes étudiantes intéressées de s'impliquer rapidement et facilite l'inscription comme bénévole (la procédure d'inscription est détaillée plus bas). Ainsi, leur implication bénévole peut débuter tôt et s'échelonner sur l'ensemble de la session.

### **Les bonnes pratiques à considérer pour le recrutement des personnes citoyennes :**

- Mettre en place un plan simple de communication

Élaborer un calendrier avec un échéancier précis et des actions concrètes à réaliser. Un plan de communication clair vous aidera à assurer une visibilité continue efficace pour le recrutement des personnes citoyennes. Aussi, demandez aux nouvelles personnes citoyennes par quel canal elles ont entendu parler de votre organisme et/ou de l'offre de bénévolat. Ces informations vous aideront à cibler les moyens les plus efficaces.



Pour maximiser le recrutement, diversifiez vos moyens de diffusion et assurez une constance dans vos actions : relancez vos efforts à chaque début de saison (été, automne, hiver, printemps).

### **Les bonnes pratiques à mettre en place autant pour les personnes étudiantes, que citoyennes :**

- Reconnaître et valoriser l'engagement des personnes bénévoles



Considérer les personnes qui viennent offrir généreusement de leur temps. Il est essentiel qu'elles sentent que leur contribution fait une réelle différence et qu'elles soient reconnues et considérées. Soyez généreux et généreuses dans vos encouragements et vos remerciements. Créez des occasions de célébrer leur implication (par ex. : fête des bénévoles, cartes de remerciement à Noël, etc.).

#### **4.1.2. Recrutement des dyades (personnes proches aidantes - personnes âgées)**

Le programme offre le service spécifiquement à des dyades personnes proches aidantes – personnes âgées. Les différentes étapes du recrutement sont présentées. Ces étapes sont réalisées par la personne intervenante de l'organisme porteur.



Vous vous demandez peut-être :  
qu'est-ce qui distingue ce service des autres services de répit offerts dans votre communauté? Voici les principaux éléments qui le rendent unique :



- **Le service est offert de manière précoce** : la dyade peut bénéficier du service dès que la personne aînée reçoit un diagnostic formel de trouble neurocognitif ou même dès qu'il y a une suspicion de diagnostic. Cela permet d'apporter un soutien rapide à la personne proche aidante, afin d'éviter qu'elle ne s'épuise.



- **Un horaire de répit flexible et atypique** : contrairement à la majorité des services de répit, celui-ci peut être offert en soirée et la fin de semaine. Bien entendu, il est également accessible de jour, en semaine, afin de s'adapter à différents besoins et disponibilités.



- **Des périodes de répit modulables** : la période de répit peut varier d'une semaine à l'autre et n'a pas besoin d'être planifiée longtemps à l'avance. Cette souplesse permet aux personnes proches aidantes d'obtenir du soutien même à la dernière minute, selon l'évolution de leurs besoins et de leur réalité.

## ÉTAPES DE RECRUTEMENT :

1



**Établir des partenariats institutionnels et communautaires** : créer des liens avec différents collaborateurs et partenaires, afin de leur parler du programme de répit flexible et de la procédure de référencement. Les partenaires à privilégier dans le réseau institutionnel sont : l'équipe de soutien à l'autonomie des personnes âgées (SAPA), les groupes de médecine familiale (GMF), le service accueil, analyse, orientation, référence (AAOR) des CISSS ou CIUSSS. Les partenaires à privilégier dans le réseau communautaire sont : les entreprises d'économie sociale en aide à domicile (EÉSad), les *Centres d'action bénévole*, la *Société Alzheimer, Parkinson Québec* et tout autre partenaire travaillant en proche aide et avec des personnes aînées.

2

**Publiciser l'offre de services dans des lieux stratégiques (physiques et virtuels)** : identifier les lieux clés où il est pertinent de faire connaître votre offre de service. Les lieux physiques : dans votre organisme, dans les salles communautaires, les clubs des 50 ans et plus, les bibliothèques, les hôpitaux, etc. Les lieux virtuels : sur votre page *Facebook*, votre site Internet, dans les bulletins municipaux, ainsi que dans la radio et télévision communautaires.



3

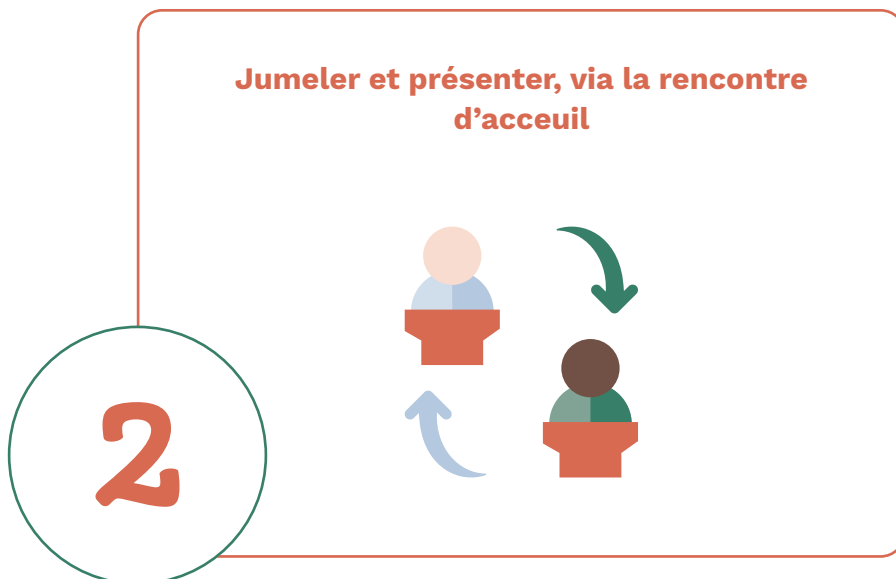


4

**Rencontrer les dyades intéressées :**

tenir une rencontre individuelle pour s'assurer que la situation de la dyade correspond bien à la mission du service et que les critères relatifs à la personne âgée sont respectés (*voir la définition de la personne âgée à la page 14*).

**Remplir le formulaire d'identification et de pairage :** compléter ce formulaire avec la dyade afin de recueillir les informations nécessaires à leur jumelage (*Voir le modèle à l'Annexe B, page 36*).



## 4.2 Procéder au jumelage et réaliser la rencontre d'accueil

Cette étape consiste à réaliser les jumelages en associant les dyades recrutées (personne proche aidante – personne âgée) avec une personne étudiante ou citoyenne. Une fois le jumelage effectué, toutes les parties se rencontrent pour la première fois lors d'une rencontre d'accueil. Cette rencontre réunit la dyade, la personne étudiante ou citoyenne ainsi que la personne intervenante, et se déroule au domicile de la personne âgée. Elle permet de mettre en œuvre le répit, de partager les informations pertinentes et de favoriser une première connaissance mutuelle.

Vous trouverez ci-dessous des indications sur la manière de créer un bon jumelage, de tenir une rencontre d'accueil réussie, ainsi que les informations à connaître concernant la durée et les modalités d'implication.

### COMMENT CRÉER UN BON JUMELAGE ?

Voici quelques éléments importants à considérer :

- **Position géographique** : jumeler des personnes provenant de villages similaires ou du même quartier facilite souvent la création de liens.
- **Intérêts communs** : partager des intérêts aide à amorcer la conversation et à établir un contact plus naturel.
- **Cohérence besoins/disponibilités** : s'assurer que les besoins de la dyade concordent le plus possible avec les disponibilités de la personne bénévole.

Une approche humaine, bienveillante et attentive aux spécificités des personnes impliquées est essentielle. Pour assurer des jumelages réussis, il est préférable de prendre le temps de trouver la bonne personne bénévole pour être jumelée avec la dyade (personne âgée – personne proche aidante), plutôt que de précipiter un jumelage qui risquerait d'être insatisfaisant.

## COMMENT CRÉER UNE RENCONTRE D'ACCUEIL PORTEUSE DE SUCCÈS ?

La rencontre d'accueil est organisée en présence de la personne intervenante, de la dyade et de la personne bénévole. Au fil de l'expérience acquise dans ce projet pilote, nous avons constaté que ce moment constitue un point d'ancrage important.

### **Cette rencontre permet aux personnes de :**

- Faire connaissance avant le début du répit;
- Échanger des informations pertinentes (santé de la personne âgée, besoins de la personne proche aidante, disponibilité et réalité de la personne bénévole);
- Préciser quoi faire en cas d'urgence;
- Amorcer une relation de confiance;
- Rendre le premier moment de répit beaucoup moins intimidant.

### **Cette rencontre a lieu :**

- Préférentiellement au domicile de la personne âgée car cela permet à la personne bénévole de mieux comprendre son environnement de vie et de se familiariser avec le domicile.
- Ou dans les bureaux de l'organisme porteur.

### **Les grandes étapes de cette rencontre d'accueil :**

#### 1. Favoriser une présentation mutuelle

La rencontre débute par un moment d'échanges permettant à chaque personne de se présenter. Pour faciliter la discussion, la personne intervenante peut poser des questions telles que :

- Pouvez-vous vous décrire en quelques mots?
- D'où venez-vous?
- Quelle est votre occupation?
- Quels sont vos intérêts ou vos passe-temps?

À cette étape, il est aussi pertinent d'inviter la personne bénévole à partager ses motivations à s'impliquer dans le projet, ainsi que la personne proche aidante à décrire son rôle (ce qu'elle fait pour la personne âgée, depuis combien de temps elle est sa personne proche aidante, etc.). Enfin, la personne intervenante devra également se présenter et préciser son rôle d'accompagnement et de soutien dans le cadre du projet.

#### 2. Présenter la trousse de formation et la revue Protégez-vous

Cette étape vise à familiariser les personnes participantes avec les outils mis à leur disposition. La personne intervenante peut expliquer le contenu de la trousse, ses objectifs et la façon dont elle peut soutenir la relation entre la personne proche aidante et la personne bénévole.



### 3. Compléter certaines sections dans la trousse de formation

Ensemble, remplir la section « Informations et quoi faire en cas d'urgence » du journal de bord, situé dans la trousse de formation. Cela permet d'assurer une bonne circulation de l'information et d'être bien préparé en cas de besoin.

### 4. Discuter de la planification des moments de répit éventuel

Déterminer un horaire de répit qui convient à la fois à la dyade et à la personne bénévole. Cet horaire peut être ajusté d'une semaine à l'autre, selon les disponibilités et les besoins de la personne proche aidante. Il est d'ailleurs recommandé que les deux parties communiquent chaque semaine afin de convenir des journées et des périodes les plus appropriées pour la semaine suivante. Flexibilité avant tout!

### 5. Clore la rencontre et répondre aux questions

Une fois la rencontre d'accueil réalisée, les moments de répit peuvent commencer à être offerts.

## **INFORMATION SUR LA DURÉE ET LES MODALITÉS DE L'IMPLICATION : 15 SEMAINES**

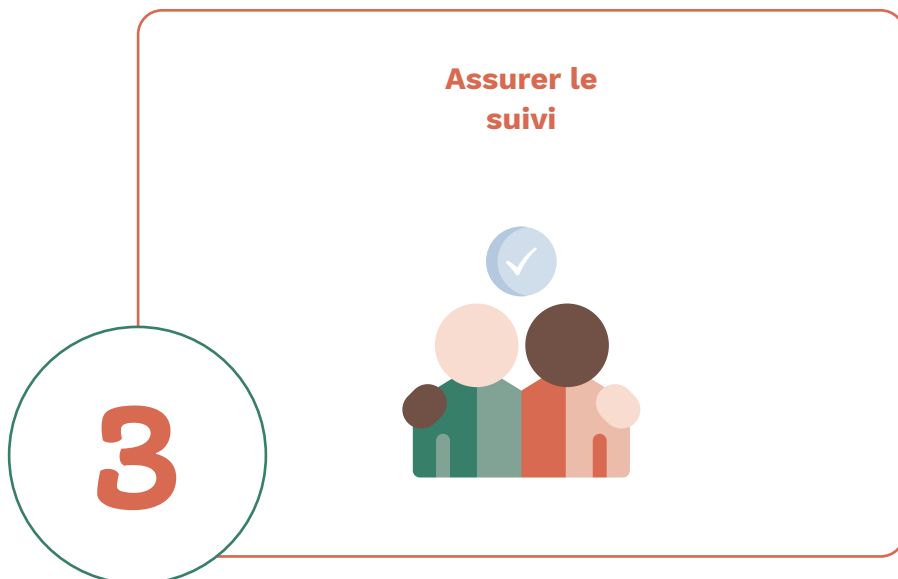
La durée de l'implication est de **15 semaines, autant pour les personnes étudiantes que pour les personnes citoyennes.**

Du côté des personnes étudiantes, on distingue deux profils :

- Celles qui s'impliquent dans le cadre d'un cours : leur participation débute au début de la session et se termine à la fin de celle-ci.
- Celles qui s'impliquent de manière volontaire : leur engagement peut commencer à tout moment pendant la session, selon leur disponibilité.

En ce qui concerne les personnes citoyennes, leur implication peut également débiter à différents moments de l'année.

Ainsi, le début de l'engagement des personnes bénévoles pourra varier selon leurs situations respectives, ce qui vous permettra d'offrir le service de répit à des dyades tout au long de l'année, en fonction des demandes qui vous seront adressées.



### 4.3 Assurer le suivi

La personne intervenante demeure en communication constante, autant avec la dyade qu'avec la personne bénévole. Grâce à ce suivi, elle s'assure du bon déroulement de la relation entre les deux parties, de la qualité des moments de répit proposés, ainsi que du maintien d'une bonne communication et du bon fonctionnement du service de répit.

Elle demeure également disponible pour répondre à toutes les questions des deux parties et les accompagner en cas de difficultés rencontrées au cours de la période de répit, et ce, tout au long des 15 semaines. La personne intervenante veille aussi à ce que les frais de déplacement de la personne bénévole soient correctement remboursés.

En somme, elle assure un soutien psychosocial auprès de toutes les personnes impliquées, notamment par le biais d'un suivi téléphonique mensuel.

Évaluer le répit : on continue ? on arrête ?  
on change de personne bénévole ?

4



#### 4.4 Évaluer le répit

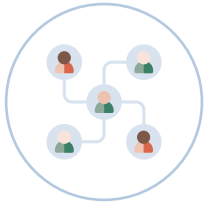
À la suite de la période d'implication prévue (15 semaines), il revient à la personne intervenante de contacter la personne bénévole afin de vérifier si elle souhaite poursuivre son engagement auprès de la dyade ou y mettre fin. Il est également recommandé de recueillir rétroactivement les perceptions des dyades et des personnes bénévoles, afin de pouvoir ajuster le service et veiller à une évaluation continue du service.

**Si la personne bénévole souhaite poursuivre son implication,** elle a alors la responsabilité de nous informer lorsqu'elle décidera, dans le futur, d'y mettre un terme. À partir de ce moment, il lui incombe de nous aviser, et la personne intervenante s'engage à maintenir un suivi mensuel avec elle.

**Si la personne bénévole souhaite cesser son implication,** elle est invitée à en informer directement la dyade afin de bien clore le jumelage. Par la suite, la personne intervenante communique avec la dyade pour vérifier si elle désire continuer à bénéficier du service de répit, en l'informant qu'une nouvelle personne bénévole serait proposée. Si la dyade accepte, la personne intervenante procède à la recherche d'un nouveau bénévole. Une fois cette personne trouvée, une nouvelle rencontre d'accueil est organisée.

## 5• Ressources nécessaires

### 5.1 Ressources humaines



Pour déployer ce programme, la présence d'une ressource humaine est essentielle. Il est recommandé que cette personne ait une formation en relation d'aide, peu importe sa discipline (travail social, éducation spécialisée, psychosociologie, psychoéducation, etc.).

Lors du projet pilote, la personne responsable de l'implantation du programme possédait une formation en relation d'aide et cela s'est avéré un facteur facilitant l'adhésion et le maintien du service, pour les dyades (personnes âgées et personnes proches aidantes) et pour les personnes bénévoles. Des connaissances de base en proche aidance et en accompagnement des personnes âgées peuvent s'avérer pertinentes.



Rôles principaux de cette ressource :

#### 1) Recruter

- Mettre en œuvre différentes stratégies de promotion et de recrutement, afin de recruter des dyades et des personnes bénévoles.

#### 2) Accompagner et encadrer

- Faciliter les jumelages, accompagner les dyades et les personnes bénévoles, assurer un suivi relationnel et ajuster les services au besoin.

#### 3) Informer

- Transmettre des informations clés et partager des outils/ressources, si nécessaire.

#### 4) Intervenir

- Intervenir, au besoin, en cas de tensions ou d'incompréhensions entre la personne proche aidante, la personne aidée et la personne bénévole.



## 5.2 Ressources matérielles

Voici les principaux outils et matériaux nécessaires au bon fonctionnement du programme:



### 1. Trousse de formation (version papier)

Ce document est essentiel pour la formation des personnes bénévoles. Une copie doit être remise à chaque bénévole lors de la séance de formation. Pour accéder à la trousse, rendez-vous sur le site suivant : <https://vieillirchezsoi-bsl.org/projets/services-repit-flexibles.html>.

Nous recommandons d'imprimer l'ensemble du contenu et de le placer dans un cartable. À noter que la section C : *Information sur le fonctionnement de la personne aînée* du guide de formation doit être plastifiée, et un crayon effaçable doit être ajouté à chaque cartable.



### 2. Revue *Proche aidance*, édition spéciale de *Protégez-vous* (optionnelle)

Cette revue offre un complément d'information utile, mais son achat représente un coût supplémentaire. Son utilisation est donc laissée à la discrétion de l'organisme. À noter qu'elle peut être consultée gratuitement en ligne, en cliquant sur ce lien : <https://appli.protegez-vous.ca/edition/proche-aidant>. Cela dit, vous pouvez toujours référer votre clientèle à ce lien pour qu'elle la consulte gratuitement, si vous ne désirez pas en faire l'achat.

### 3. Affiches de recrutement et dépliants promotionnels (papier)

Utiles pour promouvoir le programme de répit flexible et recruter des personnes bénévoles et des dyades dans la communauté. Voir *Annexe C et D* (page 42 à 44).

## 5.3 Budget requis



Lors du projet pilote, à chaque session (selon les saisons), une ressource humaine (intervenant de l'organisme porteur) disponible **deux jours par semaine** était en mesure d'assurer le suivi et l'encadrement de **12 jumelages**. Cette donnée peut servir de repère pour estimer la charge de travail.

Ce budget a été élaboré dans le but de vous donner une estimation approximative des coûts. Il repose sur l'hypothèse qu'une personne intervenante réalise 12 jumelages par session, pour un total de trois sessions par année (automne, hiver et printemps-été). Ainsi, le budget a été conçu pour 36 jumelages annuels.

Dépenses	Descriptifs	Coûts
Salaire de la ressource humaine	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 2 journées (14 heures)</li> <li>• 30 \$ de l'heure</li> <li>• Avec un ajout de 19% pour les frais entourant les avantages sociaux</li> </ul>	25 989,60 \$
Frais de déplacement pour la personne intervenante + pour les personnes bénévoles (dédommagement transport)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 0,50/km</li> </ul>	3 000 \$
Impression trousse de formation	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 17,21 (taxes incluses) par trousse de formation</li> <li>• Frais pour un total de 72 trousses (nombre requis pour une année)</li> </ul>	1239,12 \$
Impression – frais administratifs	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Impression affiche de recrutement</li> <li>• Et autres</li> </ul>	1000 \$
Achat revue Protégez-vous (optionnelle)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 14,89 (taxes incluses) par revue</li> <li>• Frais pour un total de 72 revues (nombres requis pour une année)</li> </ul>	1072,26 \$
<b>Grand total</b>		<b>32 300,98 \$</b>



Le prix indiqué ci-dessus pour l'**impression** des trousses de formation correspond à celui obtenu auprès de Bureau en gros (volet entreprise). En commandant une plus grande quantité (20 trousses ou plus), le tarif devient plus avantageux et la livraison peut être effectuée directement à votre organisme.

## 6. Conclusion

Le programme *Une communauté tissée serrée pour du répit flexible* s'appuie sur la conviction qu'offrir du répit aux personnes proches aidantes, c'est investir dans le mieux-être collectif et dans la vitalité de nos communautés.

L'implantation de ce programme repose sur une approche humaine, bienveillante et souple, centrée sur les besoins réels des personnes proches aidantes et des autres personnes impliquées. Les apprentissages issus du projet pilote ont permis de bâtir un modèle à la fois simple, accessible et adaptable à différents contextes locaux.

Nous espérons que ce guide vous aura permis de trouver l'inspiration, les outils et les repères nécessaires pour implanter ce service dans votre milieu. En établissant ce programme dans votre communauté, vous contribuez directement à bâtir une société plus solidaire, où les personnes proches aidantes et les personnes âgées peuvent réellement *bien vieillir chez soi*.

## 7. Annexes

- Annexe A : Formulaire d'identification et de pairage pour les personnes bénévoles (citoyennes et étudiantes)
- Annexe B : Formulaire d'identification et de pairage pour les personnes proches aidantes
- Annexe C : Dépliant d'information et de recrutement pour les personnes proches aidantes
- Annexe D : Affiche de recrutement pour les personnes bénévoles (citoyennes et étudiantes)



# Formulaire pour dispenser le service de répit flexible : personnes bénévoles

Date à laquelle ce formulaire est complétée : \_\_ / \_\_ / \_\_ (jour/mois/année)

Nom de la personne qui complète le formulaire : \_\_\_\_\_

## IDENTIFICATION DE LA PERSONNE BÉNÉVOLE

Nom et prénom : \_\_\_\_\_

Adresse : \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Numéro de téléphone : \_\_\_\_\_

Résidence (s'il y a lieu) : \_\_\_\_\_ Cellulaire (s'il y a lieu) : \_\_\_\_\_

Adresse courriel : \_\_\_\_\_

Quelle est votre date de naissance : \_\_\_\_\_

Quel âge avez-vous? \_\_\_\_\_

Période à laquelle vous désirez participer au projet de recherche :

☐ Automne      ☐ Hiver      ☐ Printemps-été

## INFORMATIONS NÉCESSAIRES AU PAIRAGE

Les réponses à ces questions nous aideront à réaliser le meilleur pairage entre vous et la dyade de la personne proche aidante et de la personne âgées.

1. Avez-vous une voiture qui vous permet de vous déplacer sécuritairement?

☐ Oui

☐ Non

2. Quelle est la durée maximale (en minutes) que vous êtes prêt(e) à consacrer à vos déplacements de votre domicile jusqu'à celui de la personne aînée?

---

3. Dans quel territoire aimeriez-vous offrir du répit?

☐ MRC La Mitis

☐ MRC Rimouski-Neigette

4. Avez-vous d'autres contraintes liées à vos déplacements que vous aimeriez nous partager, comme des lieux spécifiques où vous préférez ne pas vous rendre (par exemple, certains villages ou autres)?

---

---

5. En moyenne, combien d'heures de répit, par semaine, pourriez-vous offrir à la dyade (minimum de 2 heures) ?

---

---

6. À quels moments seriez-vous disponible pour offrir du répit ? Cocher tous les moments où vous seriez disponible pour offrir du répit.

Lundi		Mardi		Mercredi		Jeudi		Vendredi		Samedi		Dimanche	
AM		AM		AM		AM		AM		AM		AM	
PM		PM		PM		PM		PM		PM		PM	
SOIR		SOIR		SOIR		SOIR		SOIR		SOIR		SOIR	

Écrivez plus de précision ci-bas, pour vos disponibilités (si nécessaire) : \_\_\_\_\_

---

7. Quand seriez-vous prêt à commencer?

8. À quel point vous estimez-vous compétent.e pour donner du répit, sur une échelle de 0 à 10? (0 = À améliorer immensément ou 10 = très compétent)

0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

9. Quels sont, selon vous, vos champs de compétences, qui pourraient vous être utiles pour la dispensation du répit? (Ex. : entretenir des discussions, faire de la stimulation, cuisiner, jouer à des jeux, faire des tâches domestiques, etc.)

10. Quels sont vos champs d'intérêt?

11. Avez-vous une préférence concernant le genre de la personne âgée que vous allez accompagner?

☐ Préférence pour une femme ☐ Préférence pour un homme ☐ Aucune préférence

*\*\*Nous ferons tout notre possible pour respecter votre préférence. Si nous ne sommes pas en mesure de répondre à vos demandes, nous vous en informerons.*

12. Avez-vous d'autres commentaires ou informations dont vous aimeriez nous faire part (particularité au niveau de votre situation de santé, de votre situation personnelle, etc.)?



## **INFORMATIONS POUR LE REMBOURSEMENT DES FRAIS DE TRANSPORT**

[Inscrire ici les informations relatives à votre politique de remboursement des frais de transport pour les personnes bénévoles.]

### **SIGNATURE DES PERSONNES PARTICIPANTES :**

Signature de la personne bénévole :

---

Signature de la personne intervenante :

---

# Formulaire pour les bénéficiaires du service de répit flexible : les personnes proches aidantes

Date à laquelle ce formulaire est complétée : \_\_ / \_\_ / \_\_ (jour/mois/année)

Nom de la personne qui complète le formulaire : \_\_\_\_\_

## IDENTIFICATION DE LA PERSONNE ÂÎNÉE

Nom et prénom : \_\_\_\_\_

Adresse complète : \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Numéro de téléphone : \_\_\_\_\_

Résidence (s'il y a lieu) : \_\_\_\_\_ Cellulaire (s'il y a lieu) : \_\_\_\_\_

Date de naissance de la personne âgée : \_\_\_\_\_

Âge de la personne âgée : \_\_\_\_\_

## IDENTIFICATION DE LA PERSONNE PROCHE AIDANTE

Nom et prénom : \_\_\_\_\_

Adresse complète : \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Numéro de téléphone : \_\_\_\_\_

Résidence (s'il y a lieu) : \_\_\_\_\_ Cellulaire (s'il y a lieu) : \_\_\_\_\_

Quelle est votre date de naissance : \_\_\_\_\_

Quel âge avez-vous? \_\_\_\_\_

Période à laquelle vous désirez participer au projet de recherche :

☐ Automne ☐ Hiver ☐ Printemps-été

### INFORMATIONS NÉCESSAIRES AU PAIRAGE

Les réponses à ces questions nous aideront à réaliser le meilleur pairage entre vous (personne proche aidante et personne âgée) et la personne citoyenne ou la personne étudiante.

1. Spécifiez l'endroit où la personne citoyenne ou la personne étudiante aura à se déplacer pour vous offrir du répit.

Descriptif du lieu (domicile de la personne âgée, votre domicile, etc.) : \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Adresse du lieu (si différente des adresses nommées ci-haut) : \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

2. Ce lieu appartient à quelle MRC :

☐ MRC [à préciser] ☐ MRC [à préciser]

3. Quel est le niveau d'autonomie de la personne âgée pour les activités de la vie quotidienne?

*Pour chaque activité, cochez la catégorie appropriée et précisez les besoins d'aide dans la section commentaire, si nécessaire.*

Activités	Autonome	Autonome aide (spécifiez en commentaire)	Aucunement autonome	Commentaires
Prendre ses médicaments	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Se déplacer à l'intérieur	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	

Activités	Autonome	Autonome aide (spécifiez en commentaire)	Aucunement autonome	Commentaires
Se déplacer à l'extérieur	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Se nourrir	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Aller au toilette	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	

4. La personne âgée présente-t-elle des problèmes de vision?

☐ Oui ☐ Non

Si vous avez coché oui, veuillez préciser : \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

5. Est-ce que la personne âgée a des problèmes d'audition?

☐ Oui ☐ Non

Si vous avez coché oui, veuillez préciser : \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

6. En moyenne, combien d'heures par semaine auriez-vous besoin de répit de la part de la personne citoyenne ou de la personne étudiante ?

**\*\*À noter :** Ce projet, basé sur la participation bénévole, offre un service de répit allant de **2 à 8 heures par semaine**. Si vos besoins excèdent cette durée, n'hésitez pas à nous en informer. Nous ferons de notre mieux pour trouver une personne disposant de davantage de disponibilités afin de répondre à vos besoins.

\_\_\_\_\_

7. À quels moments auriez-vous besoin d’avoir du répit?  
 Cocher tous les moments où vous aimeriez bénéficier du répit.

Lundi		Mardi		Mercredi		Jeudi		Vendredi		Samedi		Dimanche	
AM		AM		AM		AM		AM		AM		AM	
PM		PM		PM		PM		PM		PM		PM	
SOIR		SOIR		SOIR		SOIR		SOIR		SOIR		SOIR	

Écrivez plus de précision ci-bas, pour vos besoins de répit, en termes d’horaire (si nécessaire) :

---



---

8. Avez-vous une préférence pour le genre de la personne qui offrira du répit à la personne âgée?

☐ Préférence pour une femme    ☐ Préférence pour un homme    ☐ Aucune préférence

*\*\*Nous ferons tout notre possible pour respecter votre préférence. Si nous ne sommes pas en mesure de répondre à vos demandes, nous vous en informerons.*

9. Quand seriez-vous prêt à faire la rencontre d’accueil, avec la personne citoyenne ou la personne étudiante, pour débiter la mise en place de cette offre de répit?

---



---


10. Décrivez-nous plus spécifiquement votre besoin de répit : de quoi avez-vous besoin? Qu’aimeriez-vous que la personne citoyenne ou la personne étudiante réalise comme activités avec la personne âgée (ex. : faire de la surveillance, entretenir des discussions, jouer à des jeux, cuisiner, aide-domestique, etc.)

---



---





11. Quels sont les champs d'intérêt de la personne dont vous prenez soin (la personne âgée)?

---

---

2. Avez-vous d'autres commentaires ou d'autres informations dont vous aimeriez nous faire part?

---

---

**SIGNATURE DES PERSONNES PARTICIPANTES :**

Signature de la personne proche aidante :

---

Signature de la personne âgée :

---

Signature de la personne intervenante :

---