

PROJET DE RECHERCHE-ACTION

Plateforme Web de répit pour les personnes proches aidantes du 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

Évaluer l'implantation et les effets d'une nouvelle plateforme en ligne de répit offerte aux personnes proches aidantes de personnes âgées.

TERRITOIRE D'EXPÉRIMENTATION

Ce projet a été expérimenté et est accessible sur l'ensemble du territoire du Bas-Saint-Laurent de 2023 à 2026.

Le service de répit constitue un apaisement temporaire contribuant, entre autres, à la prévention de difficultés physiques et psychologiques de l'aidant et au prolongement du maintien à domicile pour la personne âgée.

- Comité de pilotage

DESCRIPTION DU SERVICE

Répit-Aidant est une plateforme numérique qui permet de jumeler des personnes proches aidantes à des personnes accompagnatrices. Disponible 24 heures sur 24 et 7 jours sur 7, la personne proche aidante peut faire une demande de répit qui répondra à ses besoins. Les jumelages sont établis en fonction de critères spécifiques, notamment les besoins de la personne aidée et les qualifications de la personne accompagnatrice, assurant ainsi la qualité des services.

Une personne proche aidante c'est : « toute personne qui apporte un soutien à un ou à plusieurs membres de son entourage qui présentent une incapacité temporaire ou permanente de nature physique, psychologique, psychosociale ou autre, peu importe leur âge ou leur milieu de vie, avec qui elle partage un lien affectif, familial ou non ».*

La Plateforme Web de répit pour les personnes proches aidantes :

- est accessible aux personnes connues du soutien à domicile au CLSC;
- est conçue pour que la personne proche aidante reçoive les informations pour l'inscription. Une aide individuelle pour l'inscription à la plateforme peut être offerte au besoin;
- permet l'octroi d'un nombre d'heures de répit et la personne proche aidante peut faire ses demandes selon ses besoins;
- jumelle la personne proche aidante, selon les besoins, avec une personne accompagnatrice disponible et qualifiée dont les références de travail et les antécédents judiciaires ont été validés au préalable;
- envoie une notification à la personne accompagnatrice choisie par la personne proche aidante, qui peut confirmer la tenue du répit;
- assure un suivi continu de la satisfaction des personnes proches aidantes et des personnes accompagnatrices par les responsables de la plateforme au CISSS du Bas-Saint-Laurent.



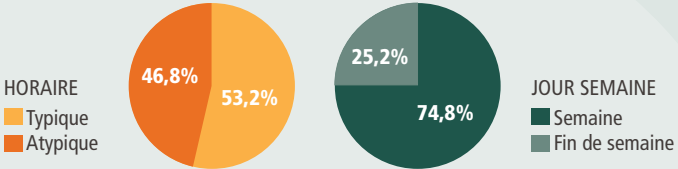
* Loi visant à reconnaître et à soutenir les personnes proches aidantes
<https://www.legisquebec.gouv.qc.ca/fr/document/lc/R-1.1>

RETOMBÉES de la mise en place du service

Nombre de répit offerts
et nombre d'heures de répit offert par MRC

MRC	Nombre de répit	Nombre d'heures
Kamouraska	37	161
La Matanie	5	24
La Matapédia	106	483
La Mitis	3	9
Rimouski-Neigette	41	143
Rivière-du-Loup	107	459
Témiscouata	2	11
TOTAL	301	1 290

Pourcentage de répit offerts
en fonction de l'horaire et du moment de la semaine



Fréquence des raisons évoquées
pour obtenir du répit

RAISONS	Nombre de répit
Réserver un moment de loisir/détente	154
Surveillance/gardiennage	49
Épuisement	44
Imprévu de santé	25
Rendez-vous clinique (prévu plusieurs jours d'avance)	16
Imprévu professionnel	7
Annulation d'un soin/service prévu	2
Ne souhaite pas répondre	2
Aide aux AVQ/AVD*	1
Sortie d'hôpital/convalescence	1
TOTAL	301

* Activités de la vie quotidienne/ activités de la vie domestique

Données du 9 février 2026

CONDITIONS GAGNANTES

- Soutien d'organismes communautaires
- Soutien financier à long terme
- Soutien logistique du CISSS du Bas-Saint-Laurent

DÉFIS RENCONTRÉS

- Accès à Internet sur l'ensemble du territoire
- Accès aux coordonnées des personnes proches aidantes
- Disponibilités et stabilité du personnel du CISSS du Bas-Saint-Laurent

MEMBRES DU COMITÉ DE PILOTAGE

- Personnes expertes de vécu
- L'OBNL-Entraidant
- Comité d'accompagnement La Source
- Pôle santé HEC Montréal
- CISSS du Bas-Saint-Laurent (Direction des programmes de soutien à domicile)
- UQAR (Département des sciences de la santé)
- UQAC (Département d'informatique et de mathématique, Département des sciences humaines et sociales)

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

L'étape de demander de l'aide est la plus difficile! Une fois qu'on accepte qu'on en a besoin, la plateforme permet d'avoir du répit, à n'importe quel moment, par une personne de confiance.

- Comité de pilotage



Principaux produits de connaissance à consulter:



- Pas à pas: pour les personnes accompagnatrices, celles responsables du chèque emploi service et les familles
- Guide d'implantation pour les responsables du CISSS BSL et les organismes communautaires
- Guide de formation pour les pilotes responsables de la plateforme
- Fiche résumé sur la proche aidance
- Vidéo de présentation de la plateforme
- Vidéos d'utilisation de la plateforme
- Plan de recrutement des bénévoles en fonction des régions

Bien vieillir chez soi
RECHERCHE-ACTION

Cette fiche est une réalisation de la démarche *Bien vieillir chez soi* du Bas-Saint-Laurent. Pour en savoir plus sur le projet ou sur la programmation de recherche-action *Bien vieillir chez soi*, consulter le site web: vieillirchezsoi-bsl.org

En partenariat avec:

