

Bien vieillir. chez soi

PROCHE AIDANCE

RECHERCHE-ACTION POUR LE MAINTIEN
À DOMICILE DES AINÉS ET LA VITALITÉ DES
COMMUNAUTÉS DU BAS-SAINT-LAURENT



ÉLÉMENTS CLÉS À CONSIDÉRER

- En 2021, l'Assemblée nationale adopte la première politique nationale pour les personnes proches aidantes « Reconnaître et soutenir dans le respect des volontés et des capacités d'engagement ».
- Le soutien apporté par les personnes proches aidantes concerne principalement le transport, les travaux domestiques, l'entretien de la maison, les soins personnels, les soins médicaux, les opérations bancaires, les démarches légales et juridiques, le soutien à la participation sociale ainsi que le soutien psychologique.
- Un grand nombre de personnes proches aidantes sont elles-mêmes âgées.
- La santé des personnes proches aidantes ainsi que leur situation financière et professionnelle sont affectées par ce rôle, majoritairement porté par des femmes.

Alberio, M. 2020. Aider les aidants : quel espace pour l'innovation sociale dans le soutien aux proches aidants en région? *Revue Organisations & Territoires*, 29(2), 93-103.

Conseil du statut de la femme. 2020. AVIS – Prendre soin : perspectives sur le vieillissement. Conseil du statut de la femme, 117 p.

Latulippe, K., Guay, M., Giguère, A., Provencher, V., Sévigny, A., Poulin, V., Dubé, V., Éthier, S., Carignan, M. et Giroux, D. 2019. Favoriser le maintien à domicile des personnes âgées atteintes de troubles neurocognitifs. Perception par les proches aidants de leur processus de recherche d'aide. *Revue d'Épidémiologie et de Santé Publique*, 67(1), 43-49.

ACRONYMES :

CAB

Centre d'action
bénévole

CAPAB

Centre d'aide aux
proches aidants des
Basques

CISSS BSL

Centre intégré de
santé et de services
sociaux du Bas-Saint-
Laurent

EÉSAD

Entreprise d'économie
sociale en aide à
domicile

SITUATION AU BAS-SAINT-LAURENT

Les principales organisations et leurs rôles

CAB et organismes communautaires	Offre d'activités de soutien aux personnes proches aidantes. Organisations variables selon les MRC.
EÉSAD	Offre de services à domicile pour répondre aux besoins des personnes de la communauté à laquelle elles appartiennent (économie sociale).
CISSS du BSL	Offre de soutien aux personnes proches aidantes en complémentarité aux services offerts aux personnes aidées.
L'Appui	Mobilisation et soutien aux acteurs œuvrant auprès des personnes proches aidantes. Coordination du processus de financement et d'accompagnement de projets.
CAPAB	Offre de services et accompagnement personnalisé visant l'amélioration de la qualité de vie des personnes proches aidantes (MRC Les Basques).
Société Alzheimer Bas-Saint-Laurent	Offre de services visant à améliorer la qualité de vie des personnes touchées par la maladie d'Alzheimer ou un autre trouble neurocognitif.

Cette fiche thématique fait partie d'une série présentant des données bas-laurentiennes recueillies dans le cadre de la recherche-action sur le « Bien vieillir chez soi ». Vous trouverez des informations concernant la démarche sur le [site web du CRD BSL](#).



Les principaux services

Information	Enseignement individuel, cafés-rencontres, formation, documentation, conférences.
Soutien psychosocial	Groupes de soutien, rencontres psychosociales individuelles, écoute téléphonique.
Centre de jour	Offre d'activités visant le maintien des acquis biopsychosociaux des personnes âgées et accordant un temps de répit à la personne proche aidante.
Répit à domicile	Prise en charge de la personne âgée au domicile par une personne-ressource afin de donner à la personne proche aidante du temps libre à l'extérieur du domicile.
Présence-surveillance	Surveillance de la personne âgée à domicile lorsque la personne proche aidante doit s'absenter pour des obligations (habituellement un bloc de 3 heures).
Dépannage social	Aide lors de situations imprévues qui perturbent le maintien à domicile.
Hébergement temporaire	Répit planifié dans un établissement public ou communautaire.
Télésurveillance	Technologies de type bouton d'alerte (bracelet, pendentif).
Livraison	Service de livraison des achats par des commerces.



L'implication des personnes proches aidantes

Au Bas-Saint-Laurent, près de 30 % des personnes proches aidantes ont plus de 65 ans. La majorité sont des femmes (plus de 70 %) âgées de 55 et 65 ans et ayant pris une retraite anticipée.

Dans près de 60 % des situations, la personne proche aidante est seule à assurer ce rôle. Dans les autres cas, la tâche est partagée, principalement par le conjoint ou la conjointe, les enfants ou des membres de la famille.

Selon les situations et les MRC, entre 33 % et 63 % des personnes proches aidantes consacrent plus de 21 heures par semaine au soutien. Pour l'ensemble du BSL, 57 % d'entre elles s'y investissent de 5 à 10 heures par semaine.

Environ le quart des personnes proches aidantes qui travaillent doivent s'absenter assez régulièrement de leur emploi pour prendre soin d'un proche.

Nous, proches aidants d'ainés au Bas-Saint-Laurent, l'Appui Bas-Saint-Laurent, 2017.



On le fait parce qu'on aime nos parents pis on ne veut pas qu'ils aillent au foyer... Si on envoie mon père dans un foyer, on le fait mourir. On irait porter mon père au foyer et pas ma mère? On ne peut pas l'envoyer dans un foyer et séparer mon père de ma mère. On est au bout du rouleau, mais on n'accepterait pas ça... On ne peut pas leur faire ça.

Personne proche aidante



Ils veulent demeurer à la maison le plus longtemps possible, c'est quoi le plus possible ? C'est demandant, on essaie de survivre à ça. On a mis notre vie sur pause. J'ai dû laisser mon emploi pour pouvoir être présente. On est à bout, mais on va s'en occuper, de nos parents. Je ne veux pas les déraciner d'ici.

Personne proche aidante

J'ai toujours peur lorsqu'elle se lève, il faudrait toujours que je sois ici dans la maison.

Personne proche aidante





CONSTATS ISSUS DES PROPOS DE PERSONNES AINÉES ET D'INTERVENANTS BAS-LAURENTIENS

Les besoins de services de répit non comblés

La prestation de services de répit existante répond à de grands besoins, lorsqu'elle est accessible. Cependant, l'offre ne correspond pas toujours aux réalités des personnes proches aidantes. Les propositions d'ajustement des services actuels concernent entre autres les heures atypiques et la durée des périodes, notamment la surveillance de nuit afin de permettre un réel repos à la personne proche aidante. L'accès à différentes formes de répit est souhaité sur l'ensemble du territoire. Les activités des centres de jour offrent un certain répit aux personnes proches aidantes, mais lorsque celles-ci assument le transport de la personne aînée, sa durée est diminuée. Le fait de pouvoir choisir de se reposer à l'intérieur de la maison est identifié, ce qui n'est pas nécessairement possible lorsque la personne aidée et l'intervenant sont présents.

L'attention à porter à l'épuisement des personnes proches aidantes

La santé des personnes proches aidantes peut se dégrader sans que celles-ci n'aient identifié leurs limites. Parfois, elles attendent d'être au bout du rouleau avant de demander de l'aide. D'autres sont habituées à se débrouiller et ne veulent pas déranger. Pour certaines, le fait de recourir à des services peut être vécu comme une forme d'échec. Certaines personnes proches aidantes ne s'identifient tout simplement pas à ce terme. Le rôle de la personne proche aidante souffre d'un manque de reconnaissance. Lorsque la dyade aidée-aidante est un couple âgé, les services doivent aussi s'adapter à la perte de capacité de l'aidant âgé.



Les données recueillies dans le cadre de la recherche-action sont issues de 25 entrevues avec des personnes aînées, huit groupes de discussion réunissant 83 participants et 60 questionnaires envoyés à des organisations du milieu. Consultez la [Fiche contexte et méthodologie](#) pour connaître la méthodologie utilisée.