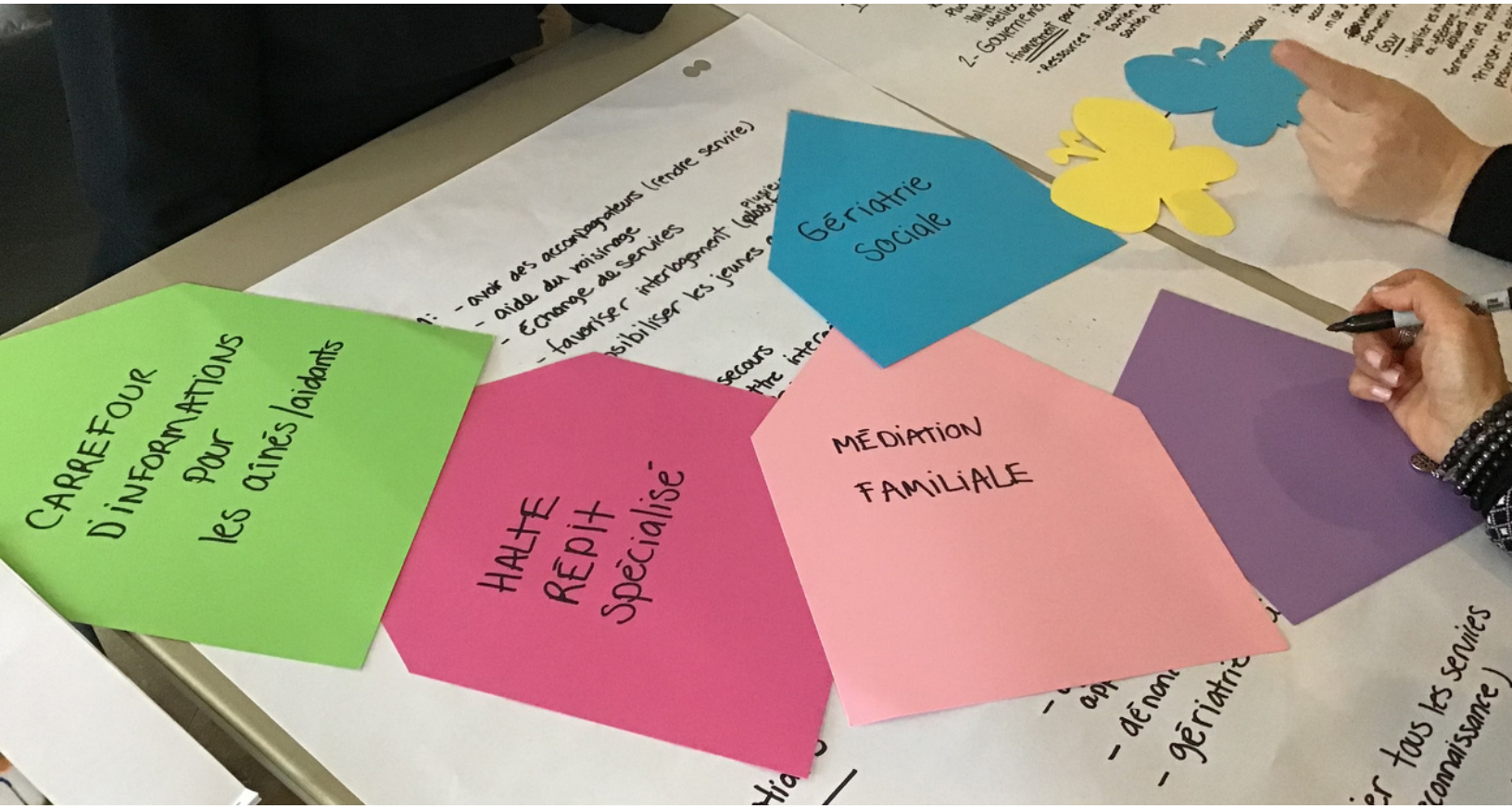
Bientraitance des proches aidants dans Brome-Missisquoi



Rapport détaillé de l'activité de sensibilisation
financée par Proche aidance Québec
et organisée par le RSABM/Maison Gilles-Carle

23 mars 2023

Regroupement Soutien aux Aidants Maison Gilles-Carle Brome-Missisquoi

Proche aidance Québec
Regroupement d'organismes engagés pour les personnes proches aidantes

Mot de Sylvie Beauregard, mairesse de Cowansville,

À Cowansville, nous avons à cœur le bien-être de ceux et celles qui accompagne un membre de leur entourage à différents niveaux. Quel que soit le soutien que vous offrez, sachez que vous êtes importants pour notre communauté.

J'aimerais féliciter et remercier les personnes de la Maison Gilles-Carles impliquées dans l'organisation de cette journée. Une journée qui vous est dédiée.

Prendre une petite pause pour échanger avec d'autres aidants et intervenants sera certainement très bénéfique pour chacun. Il est primordial d'être bienveillant envers vous-même dans l'optique de préserver votre santé mentale et physique.

Oui, vous prenez soin des autres, mais le faites-vous pour vous aussi? Et ce, avec autant d'amour et de compassion que pour la personne que vous soutenez?

J'espère que la journée d'aujourd'hui contribuera à prendre un moment pour vous et à placer le tout dans l'agenda, régulièrement.

Merci aux pères, aux mères, aux frères, aux sœurs, aux conjoint(e)s et aux ami(e)s, qui, jour après jour, s'assurent du bien-être d'un proche. Votre support fait toute la différence afin que les droits et le bien-être des personnes que vous aidez soient au premier plan, tout en assurant une présence bienveillante.

J'aimerais remercier et saluer le travail des personnes impliquées de près ou de loin à la Maison Gilles-Carle.

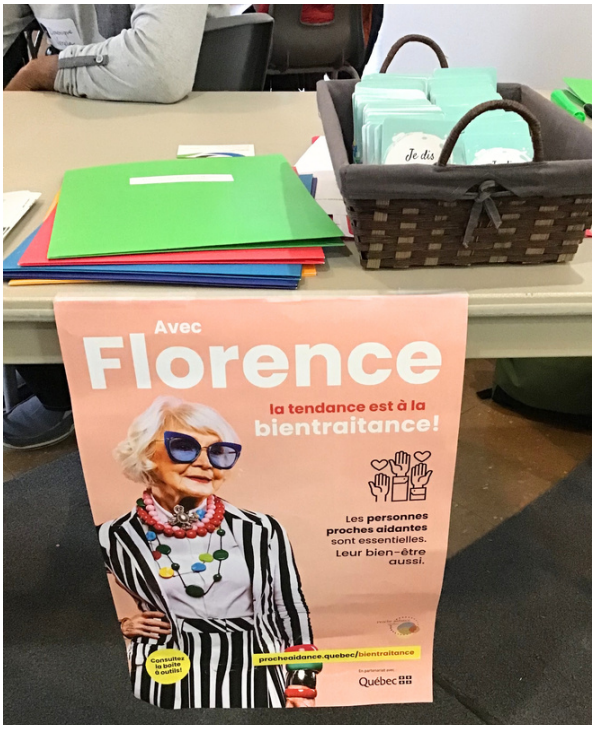
Méthodologie

Ce document est un résumé des propositions de solutions ressorties lors de l'activité de sensibilisation à la bientraitance des proches aidants qui a été tenue le 23 mars dernier.

Les 45 participants: intervenants, élus, citoyens et proches aidants ont échangé à partir des témoignages de 3 proches aidantes qui bénéficient des services au RSABM/Maison Gilles-Carles ainsi que des mises en situations proposées par l'organisme Proche aidance Québec.

Les participants ont fait un remue-méninge afin de sortir une liste de solutions à privilégier. Par la suite, l'ensemble des participants ont voté pour 2 solutions.

Voici les solutions rassemblées sous 6 thèmes: services aux proches aidants, lieux, services aux intervenants, communications, aspect financier et demandes aux 2 paliers de gouvernement.



1. Services aux proches aidants (et leur famille et entourage)

Moyens préférés des participants

- SOS Garde Brome-Missisquoi : **Services de gardiennage à domicile** avec des bénévoles.
- **Activités intergénérationnelles :** avoir plus d'installations et d'activités familiales et inter-générationnelles.
-Encourager les municipalités, les commerces et les organismes à offrir des rabais aux proches aidants et aux aidés (activités, services etc.).
- Avoir des **ressources disponibles et gratuites**: médecins à domicile, médiateurs familiaux, impôts, soutien psychosocial, accompagnement légal, soutien à domicile.
- **Gériatrie sociale.**

Autres moyens

- **En début de parcours,** bien outiller la famille et l'entourage des proches aidants. (ateliers)
- **Offrir des services de commissions et de livraison:** épicerie, pharmacie etc. (et faire connaitre les services qui existent comme IGA de Cowansville en collaboration avec le Centre d'action bénévole de Cowansville.)
- Offrir différentes **formules de répit** : courte durée, longue durée, à domicile et dans des organismes.
- **Briser l'isolement :** avec par exemple des appels de l'amitié
- **Encourager l'entraide du voisinage** et la vigilance de la part des citoyens, accompagnateurs/chauffeurs bénévoles, valider le réseau social, encourager l'aide de la famille.
- Offrir des **groupes de soutien**
- **Identifier les proches aidants** seuls, isolés, épuisés ou plus **vulnérables.**
- Offrir plus d'**activités de ressourcement**, dans le plaisir.
- Sensibiliser les jeunes et les moins jeunes au **bénévolat.**
- Favoriser le **transport adapté.**
- Faciliter l'accès aux **services d'aide à domicile. Soutien à domicile** bonifié avec soutien financier.

2. Lieux

Moyens préférés des participants

- Maisons pour adultes : trisomiques, autistes etc.
- Encourager les habitats inter-générationnels,

Autres moyens

- Créer + de lieux d'hébergement adaptés et évolutifs.
- Adapter les lieux publics pour la clientèle à mobilité réduite.
- Développer des lieux favorisant la rencontre des enfants et des aînés.

3. Services aux intervenants

Les moyens préférés des participants

- **Offrir des formations sur la proche aidance** aux médecins, intervenants, professionnels de la santé etc.
- Demander aux intervenants, médecins, travailleurs sociaux etc de **donner plus d'informations aux proches aidants sur les conditions de leur aidé** et à les **impliquer davantage dans le processus médical.**
- **Décomplexifier le système**, favoriser le travail d'équipe (moins de travail en silo) des travailleurs de la santé avec les organismes communautaires et favoriser un meilleur accès aux ressources.

Les autres moyens

- Bien identifier les **portes d'entrée pour les proches aidants** et les sensibiliser à la réalité des proches aidants via des rencontres, des ateliers, de la documentation : organismes, commerces, cliniques, pharmacies etc.
- S'assurer que les intervenants et les organismes **ouvrent un dossier pour le proche aidant** en même temps que le dossier pour la personne aidée.

4. Communications

Les moyens préférés des participants

- Filmer et diffuser des **capsules vidéo : témoignages de proches aidants.**
- **Répertoire des ressources** : faire la révision annuelle de la liste des ressources et la diffuser à grande échelle.
- **Guide de sensibilisation à la proche aidance**. Vulgariser les infos. Contrer l'âgisme. Prioriser les droits des personnes, la qualité de vie plutôt que le soutien à domicile à tout prix.

Les autres moyens

- **Carrefour d'informations** sur la proche aidance.
- **Salon des aînés :** avoir des kiosques d'informations sur la proche aidance et la bientraitance.
- Favoriser la **promotion et le réseautage** des services offerts par les différents organismes de Brome-Missisquoi.
- **Offrir des formations** aux citoyens, municipalités, organismes et commerces sur la réalité des proches aidants, leurs droits et les services offerts dans la région.
- **Valoriser** les proches aidants et la bientraitance.
- **Promouvoir l'action bénévole** et pousser le recrutement de bénévoles qui pourront aider les proches aidants et leur famille.
- Activités de **réseautage, journée communautaire régionale** ou tous les organismes y sont pour présenter leur services.
- **Simplifier les informations** : regrouper les informations et avoir moins de dépliants.

5. Demandes financières aux gouvernements

<u>Les moyens préférés des participants</u>

- Assurer la **récurrence des subventions** aux organismes communautaires et **réviser les critères.** (aide financière au fonctionnement / ressources humaines, et non pas seulement pour des projets).

<u>Les autres moyens</u>

- Assurer le financement du **transport adapté.**
- Injecter de l'argent pour la **construction d'hébergement et d'adaptation de logements.**
- Injecter de l'argent vers les **proches aidants et non pas seulement pour les familles d'accueil.** (pour adultes avec besoins particuliers: déficience intellectuelle, spectre de l'autisme et trisomie 21). Ainsi, les personnes aidées ne sont pas déracinées de leur famille.
- Injecter de l'argent pour financer le **ressourcement des proches aidants.**

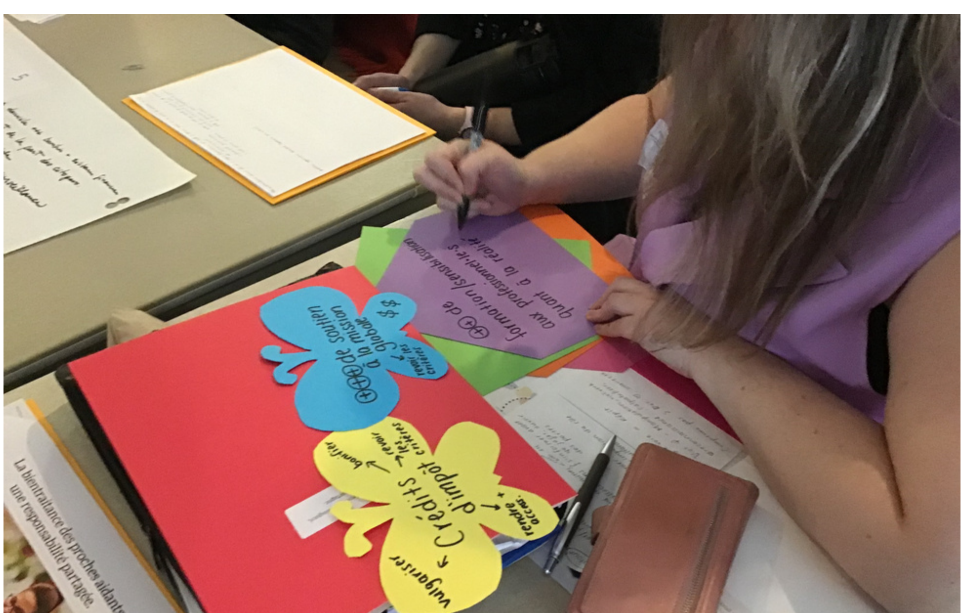
6. Demandes aux gouvernements

<u>Moyens préférés des participants</u>

- Reconnaissance de l'**apport des proches aidants et aide financière.**
- Revoir les critères et l'offre du **maintien à domicile.**
- Bonifier les **crédits d'impôts** pour proches aidants et revoir les critères.

<u>Les autres moyens</u>

- Faciliter les **mandats d'inaptitude.**
- Faciliter l'accès à des **bracelets de sécurité.**
- Créer des **applications** pour les proches aidants.



Mot de Christine Tougas, directrice RSABM/Maison Gilles-Carle,

Le Regroupement Soutien aux Aidants Brome-Missisquoi a pour mission de prévenir et soulager l'épuisement des personnes proches aidantes en leur offrant du répit, de la relation d'aide et de la formation.

Le souci que nous portons à la cause de la proche aidance nous a amenés à tenir une journée de réflexion portant sur la bientraitance des proches aidants.

La bientraitance vise le bien-être, le respect de la dignité, l'épanouissement, l'estime de soi, l'inclusion et la sécurité de la personne. Cette approche est une extension des valeurs portées par le Regroupement Soutien aux Aidants Brome-Missisquoi.

La participation financière de Proche aidance Québec a rendu possible cette journée de réflexion portant sur la bientraitance des proches aidants au sein de notre communauté.

Nous avons constaté que plusieurs moyens sont nécessaires pour améliorer le bien-être des proches aidants et de leurs proches. Il peut s'agir de ressources financières, mais aussi d'une sensibilité de toute la communauté à ce rôle si exigeant.

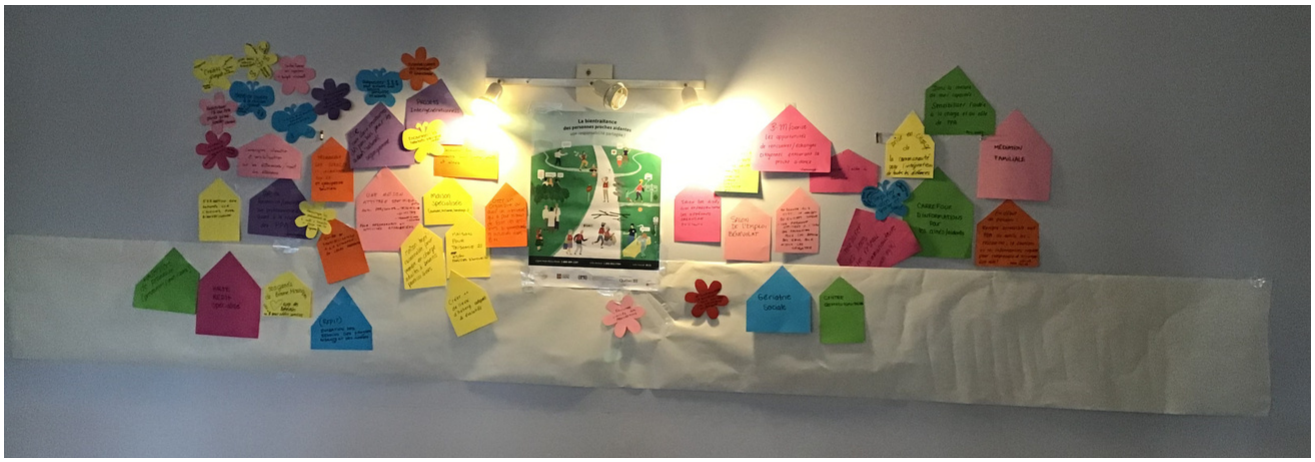
Nous sommes fiers d'avoir donné la parole à quelques proches aidantes de notre communauté et nous transmettrons à différentes instances les besoins exprimés lors de cette journée.

Coordination de l'événement
Carmen Lefebvre et Natalia Théoret
Regroupement Soutien aux Aidants Brome-Missisquoi/Maison Gilles-Carle

Cartes de la bientraitance et rédaction du rapport final
Natalia Théoret, Intervenante et formatrice
Regroupement Soutien aux Aidants Brome-Missisquoi/Maison Gilles-Carle

Témoignages de proches aidantes
Évelyne Genesse, Lucie Lacroix et Micheline Senay

Actvité financée par
Proche aidance Québec
dans le cadre de la campagne nationale *La tendance est à la bientraitance*



Annexe

Les 4 sources de maltraitance vécue par les proches aidants et exemples concrets

1. **De la part des institutions et des intervenants**

- Ne pas vulgariser l'information.
- Remarques « *Qu'est ce que vous faites là encore? Vous n'avez pas compris ? Il ne reviendra pas votre mari* ».
- Nier l'épuisement du proche aidant: «*Vous êtes encore capable de le garder madame, voyons donc!*»
- Parler en terme médical et donner trop d'informations, créant de l'inquiétude et des doutes pour le proche aidant.

2. De la part de l'entourage, famille et amis

- Des phrases comme: «*T'es dont ben bonne! Moi je serais pas capable* ». « *Tu devrais pas relocaliser ton mari, t'es encore capable !* »
- Minimiser l'ampleur de la tâche: alors que l'entourage voit l'aidé une heure par mois « *De quoi tu te plains, il a l'air bien.* »
- Minimiser les petits gestes du quotidien.
- S'éloigner au lieu de tendre la main pour offrir de l'aide.

3. De la part de la personne aidée

- Lorsque la personne aidée refuse d'aller en répit, ce qui enlève aussi un répit au proche aidant.
- Lorsque la personne aidée critique, dénigre, exagère, en demande trop et dit rarement merci.
- Lorsque la personne aidée demande au proche aidant de payer pour,... de prendre congé pour un rendez-vous médical.

4. De la part du proche aidant

- Lorsque le proche aidant néglige ses propres besoins: visites médicales, bien manger, faire de l'exercice, se reposer.
- Lorsque le proche aidant s'appauvrit, néglige ses finances, sa maison, son apparence: vêtements, coiffure etc.

Les conséquences de la maltraitance pour les proches aidants

- Tristesse
- Anxiété
- Inquiétudes, peur, méfiance
- Épuisement psychologique
- Culpabilité
- Sentiment d'impuissance
- Isolement social
- Tensions au sein de la famille
- Diminution de l'estime de soi
- Détresse
- Peur de son propre vieillissement
- Développer des malaises ou des maladies