**Mes collègues et moi souhaitons partager un mot de remerciements pour une proche aidante ayant participé à une activité dans le cadre de la semaine nationale des soins palliatifs le 6 mai dernier:**

> *Merci pour sa participation à une activité dans le cadre de la semaine nationale des soins palliatifs. Le partage de son expérience a permis de mieux comprendre les défis et bénéfices des soins palliatifs à domicile et d'identifier des pistes de solutions pour mieux soutenir les personnes proches aidantes.*

**- Le comité organisateur de la semaine des soins palliatifs.**

> Ma famille et moi sommes très heureux depuis que mon époux est hébergé au CHSLD. Le personnel est présent et respectueux. L'équipe soignante s'assure que les besoins de mon époux sont comblés. Elle implique non seulement moi, mais également les autres membres de ma famille dans les prises de décision. L'équipe soignante nous accompagne dans l'évolution de la maladie de mon époux et nous tient informés de ce qui se passe sur l'unité. Nos préoccupations et nos questionnements sont pris en charge rapidement, et des suivis sont faits afin que nos questions ne restent pas en suspens. On sent qu'on fait partie de cette famille.

**- Une conjointe et proche aidante d'un résident en CHSLD.**

> La présence des proches aidants m'aide énormément dans mon travail quotidien comme TES. Leur connaissance des résidents me permet de rédiger des plans d'intervention adaptés et de compléter des histoires de vie détaillées et personnalisées pour chaque résident. Ces informations précieuses permettent aux intervenants de mieux connaître les particularités et les besoins de chacun. De plus, le partenariat avec les proches aidants favorise une meilleure communication et contact entre les personnes hébergées, les intervenants et les proches.

**- Une technicienne en éducation spécialisée.**

Les proches aidants contribuent activement au bien-être et à la qualité de vie des résidents. Leur collaboration permet notamment de veiller à ce que leur proche hébergé dispose des effets personnels et du matériel dont il a besoin. Lors de leurs visites, ils soutiennent l'équipe en participant à différentes l'activités dont la prise de repas de leur proche. Cette implication leur permet également d'avoir des moments significatifs avec leur proche hébergé.

**- Une préposée aux bénéficiaires en CHSLD.**

Mon travail repose sur un partenariat étroit avec les proches aidants, une collaboration essentielle pour bâtir dès le départ un lien de confiance. Nous avançons ensemble vers un objectif commun : le bien-être du résident. En étant pleinement impliqués dans les prises de décision, les proches aidants peuvent mieux accompagner le cheminement du résident, favoriser l'adhésion au plan de traitement et faciliter l'acceptation de l'évolution de la maladie. Ce partenariat contribue également à rendre la communication avec l'équipe soignante plus fluide et à assurer une meilleure continuité dans l'accompagnement de la personne hébergée.

**- ASI en CHSLD.**

**À vous qui accompagnez un proche, merci d'être là. Votre présence, votre écoute, votre attention et votre engagement font une réelle différence au quotidien. Votre contribution est précieuse, votre expérience compte et votre rôle est essentiel. Aujourd'hui, nous souhaitons vous témoigner toute notre reconnaissance et vous rappeler que vous n'êtes pas seul. Merci et prenez bien soin de vous.**

**- L'équipe proche aidance.**

En Micro-Milieu de CHSLD, la collaboration avec les proches aidants débute dès la période de préadmission. Une rencontre est réalisée avec les proches aidants afin de mieux connaître le futur résident, notamment ses besoins, ses habitudes de vie, ses intérêts et les éléments nécessitant une attention particulière. Ce moment privilégié permet également d'accompagner les PPA avec empathie dans cette transition, en prenant en compte leurs préoccupations et leurs attentes.

Lors de l'admission, l'équipe interdisciplinaire (ASI, PAB accompagnateur et TES) sollicite la participation des proches aidants afin de compléter l'histoire de vie du résident, favorisant ainsi une approche de soins personnalisée. La philosophie du micro-milieu repose sur le principe que le proche aidant est un membre à part entière de l'équipe de soins. Cette collaboration s'inscrit dans une approche de patient-partenaire.

Tout au long du séjour, une communication étroite est maintenue avec les proches aidants afin d'assurer un partenariat actif et de veiller à ce que les besoins de la personne hébergée soient comblés selon les standards de qualité et de sécurité des soins, notamment par le biais des plans d'intervention et des suivis cliniques.

**- Une Chef d'unité en CHSLD.**

Je suis paire aidante famille, ça indique que je m'adresse aux membres de l'entourage, les proches-aidants. J'ai des collègues proches aidants : leur vécu est dans la maladie qu'ils vivent. Je t'assure que je les vois tous comme valides, mais nos rôles sont différents.

**- Une personne paire-aidante famille.**

J'anime un groupe de soutien pour les proches aidant en compagnie d'une paire aidante famille aux trois semaines. Nous sommes actuellement dans notre 4e année d'implantation et les retombées, bien que difficiles à chiffrer sont manifestes. Certains de nos proches aidants sont avec nous depuis le début et nous constatons leur cheminement au fil des ans. C'est très encourageant. Nous recevons parfois des courriels ou des témoignages sur le vif :

*« En tant que travailleuses sociales, nous savons que la situation de nos usagers a un impact important sur leurs proches et davantage sur les proches aidants ».*

*« Merci! J'ai trouvé la rencontre très enrichissante et les témoignes de Mme X et de Monsieur Y, émouvants ».*

*« En sortant j'ai eu une belle discussion avec Mme X au sujet de sa mère. Chaque fois qu'elle en parle, je constate sa générosité et la chance qu'a sa mère ».*

*« Ça m'a fait bien réfléchir la dernière fois et ça m'a emmenée à voir encore plus le lien qui m'unit à ma fille. J'éprouve beaucoup de gratitude à son égard et la remercie toujours pour le temps qu'elle nous consacre. J'ai souligné à Mme X que toute son empathie envers sa mère m'avait conduit à éprouver de la reconnaissance envers ma fille ».*

*« Je trouve les rencontres de notre groupe de plus en plus aidantes. C'est fou comme écouter les autres nous permet de réfléchir à notre vécu! »*

*« Vous êtes deux animatrices très humaines! Merci pour tout! »*

- **Animatrice d'un groupe de soutien pour les personnes proches aidantes.**

Je souhaite souligner l'engagement d'une collègue qui œuvre quotidiennement en proche aidance dans le cadre de son travail et qui accompagne également, à titre personnel, un couple aîné de sa communauté. Par sa présence bienveillante et son soutien constant, elle fait une réelle différence dans leur quotidien. Son histoire nous rappelle que les personnes proches aidantes peuvent aussi être nos collègues. Merci à celles et ceux qui jouent ce rôle!

**- Une employée.**

Les participants de nos groupes de soutien mentionnent à quel point ils apprécient avoir un endroit sécuritaire pour échanger sur leurs réalités en lien avec la santé mentale de leur proche, un endroit où se dire, reprendre notre leur souffle, réfléchir, .... Sans avoir la gêne, la honte, la peur. Bref, toutes les émotions difficiles qu'ils vivent avec leur proche aux prises avec des problèmes de santé mentale.  Heureusement il y a les campagnes de sensibilisation mais, quoiqu'on en dise, les préjugés sont toujours bien ancrés dans la communauté.  Nos participants se sentent en toute confiance dans notre milieu car ils savent que chaque participant a ses propres enjeux envers la santé mentale.

**- Bonne semaine de la proche aidance !**

Les services de **gérontopsychiatrie** de l'**IUSMM** tiennent, depuis plus de 3 ans, les groupes d'entraide des proches-aidants. Ils sont encadrés par une travailleuse sociale et une paire aidante famille. Une communauté s'est formée; elle permet d'accueillir le vécu de chacun, de s'apporter de la considération et de l'entraide. Les regards échangés en disent long sur la compréhension mutuelle, le réconfort ressenti et la sagesse qui s'acquiert.

**- Une paire-aidante famille.**

Depuis mon arrivée en poste à titre de chef de service, ma réalité a changé, tout comme celle de certains membres de mon équipe. Nous nous retrouvons à conjuguer nos responsabilités professionnelles avec un nouveau rôle, celui de personne proche aidante. Chacune de ces situations est unique et demande de l'adaptation.

J'ai la chance de travailler dans un service administratif qui permet une certaine flexibilité dans l'organisation du travail. Lorsque la situation le permet, des ajustements comme la reprise de temps ou le déplacement de vacances et de congés mobiles peuvent aider les membres de mon équipe à mieux concilier leurs différentes responsabilités. Je m'assure également de leur offrir un espace d'écoute, en demeurant disponible et empathique. De mon côté, je bénéficie de cette même écoute et de cette flexibilité de la part de ma supérieure, ce qui fait une réelle différence.

**- Employés du réseau et personne proche aidante.**

Comme gestionnaire, j'ai eu l'occasion d'accompagner une personne de mon équipe qui vit une réalité de proche aidance. Cette expérience m'a fait réaliser encore davantage à quel point notre rôle peut faire une différence dans ces moments où la vie personnelle et professionnelle deviennent difficiles à concilier.

Dans ces situations, il n'y a pas toujours de grandes solutions, mais il y a de petits gestes qui comptent énormément : être à l'écoute, prendre des nouvelles, adapter l'horaire lorsque c'est possible, proposer de l'aide dans les dossiers, revoir l'organisation du travail, déléguer des tâches, offrir des congés fériés mobiles, devances des vacances ou encore rappeler les ressources d'aide disponibles lorsque ça devient plus difficile.

Ces mesures peuvent permettre à l'employé de demeurer présent au travail, tout en traversant une période exigeante dans sa vie personnelle. Elles peuvent aussi contribuer à prévenir qu'une situation devienne trop lourde et mène à un arrêt de travail.

Pour moi, être un gestionnaire proche aidant, c'est surtout faire preuve de flexibilité, d'empathie et d'humanité. C'est comprendre que derrière notre employé, il y a aussi une personne qui traverse parfois une période difficile. Et parfois, simplement savoir que son gestionnaire est là, qu'il est à l'écoute et qu'il peut compter sur nous peut faire toute la différence.

**- Un gestionnaire proche aidant.**

J'ai vu mes parents être aux petits soins avec ma grand-mère qui refusait d'avouer sa perte d'autonomie, mais qui ne pouvait clairement plus vivre seule. Mes parents ont acheté un condo plus proche de la maison et ma mère lui faisait des visites tous les jours, parfois plusieurs fois par jour, afin de préserver son sentiment d'autonomie tout en restant à l'affût. Mes parents ne se sont jamais considérés comme proches aidants, pour eux c'était naturel et logique d'aider son parent vieillissant, même si parfois ils étaient épuisés.

**- La fille de parents proches aidants.**