



Une fille adulte

Patricia Laurent, 54 ans,
proche aidante et employée
à temps partiel

“ Ma maman ne me donne pas trop de travail; il s'agit surtout d'une présence, en fait. Mais être à la fois mère de famille et proche aidante, tout en ayant un emploi, une vie privée et des loisirs, représente un défi considérable. ”

Une fille adulte dans le rôle de proche aidante

Les filles et fils adultes sont des personnes de contact importantes pour leurs parents vieillissants ou malades. L'aide et les soins prodigués par ces proches aidantes et proches aidants permettent souvent de maintenir leurs parents à domicile ou de retarder leur entrée en maison de retraite. Les enfants sont généralement en bonne santé et actifs professionnellement. Leur taux d'occupation varie d'un cas à l'autre, mais il tend à diminuer avec l'intensification des tâches liées à leur rôle de proche aidant et de proche aidante.

Lorsque ces personnes se sentent surchargées, elles font fréquemment appel au soutien d'autres membres de la famille ou à l'aide de professionnels. Souvent, ces proches se préparent à une éventuelle détérioration de l'état de santé de leurs parents, de sorte à prévenir tout surmenage.

Madame Laurent, vous vous occupez de votre mère depuis bientôt une année. Décrivez-nous votre relation avec elle.

Mon mari, mon fils et moi vivons dans un village à quelques minutes de chez ma mère. Elle est divorcée et va bientôt fêter ses 80 ans. Depuis que ma mère a subi un AVC, l'année passée, je vais souvent chez elle pour l'aider et m'assurer qu'elle va bien. Elle se débrouille encore seule au quotidien, mais je constate que son état de santé se dégrade progressivement. Je pense que ma maman aura bientôt besoin d'un plus grand soutien, c'est pourquoi je réfléchis déjà à des solutions pour l'avenir.

J'essaie de passer chez ma mère une fois par jour. Ce n'est pas toujours possible, car je travaille à temps partiel dans une entreprise située en ville, et que je dois également m'occuper de mon foyer. Je fais aussi partie d'un groupe de promenades canines. J'apprécie ces moments de détente dans la nature avec mes amis et mon chien. Lorsque je ne peux pas aller rendre visite à ma mère, je prends de ses nouvelles par téléphone. Je peux également compter sur ma nièce, qui s'occupe d'elle de temps en temps.

Quand je suis chez ma mère, je l'aide à faire le ménage, je prépare ses repas pour la semaine et je m'occupe de ses factures. Nous buvons aussi le café ensemble et en profitons pour parler de sa vie, de son passé et de son avenir. Elle n'est cependant jamais très heureuse lorsque je lui parle d'EMS ou de foyer de jour pour personnes âgées. J'aime beaucoup ma mère et souhaite l'accompagner le plus longtemps possible à la maison. Mais le jour où elle ne pourra plus se laver et se coucher seule, il faudra forcément trouver une autre solution. J'ai déjà pris contact avec l'AROSS pour recevoir des informations afin d'anticiper ce moment.

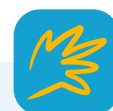
Mes journées sont longues et épuisantes, et j'ai souvent l'impression de courir dans tous les sens. Cela me ferait du bien d'avoir davantage de temps pour moi et de bénéficier d'un soutien accru de professionnels. Parfois, je souhaiterais aussi que ma mère se montre plus reconnaissante pour les heures que je lui consacre.

Sur quel type de soutien pouvez-vous actuellement compter pour la prise en charge de votre mère ?

Nous recevons peu de soutien, mais pour l'instant, cela suffit. Chaque semaine, une infirmière vient apporter

les médicaments de ma maman et contrôle qu'elle respecte bien les dosages. De plus, lorsque je suis au tra-

vail, je peux compter sur des voisins dignes de confiance qui veillent sur elle. Quand je n'ai pas le temps d'aller la voir, je peux aussi faire appel à ma nièce, qui habite à deux pas de chez elle. J'ai également inscrit ma mère dans une maison de retraite de la région – par mesure de précaution ainsi que pour d'éventuels séjours de répit.



Besoins personnels

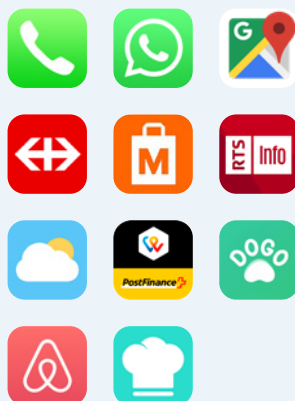
- Être informée sur les services de soutien financier et des prestataires de services d'aide locaux
- Bénéficier d'un soutien dans la planification du maintien à domicile du parent et de son éventuelle entrée en EMS
- Obtenir reconnaissance et gratitude de la part de la personne aidée
- Disposer d'une solution en cas d'urgence médicale.

Équipement informatique

Madame Laurent se sent relativement à l'aise avec l'utilisation des appareils informatiques. Elle se sert principalement de son smartphone, car elle est souvent en déplacement. Elle l'utilise pour téléphoner, organiser son quotidien et ses loisirs grâce à des applications de messagerie instantanée ainsi que pour faire des achats grâce à une application de courses en ligne. À la maison,

elle dispose d'un ordinateur fixe qui lui permet de rechercher des informations sur internet, de consulter ses courriels et de remplir des formulaires en ligne.

Applications mobiles utilisées



Pour Patricia Laurent, l'application mobile devrait :

- Dresser la liste des offres de prestations d'aide locales
- Mettre en relation avec les prestataires de services appropriés
- Offrir des informations sur le maintien à domicile
- Informer sur la loi et des aides financières

Madame Laurent souhaite une application mobile qui lui permette de rechercher des informations spécifiques liées au vieillissement de sa mère. Elle voudrait être dirigée vers les prestataires de services appropriés afin de faciliter son maintien à domicile et d'anticiper son éventuelle entrée en EMS. Une liste des différentes offres locales offrirait à Madame Laurent la possibilité d'optimiser la vie quotidienne avec sa mère.

“ Je verrais bien des avantages dans une application mobile capable d'orienter les gens lorsqu'ils deviennent proches aidants. Parce qu'il est vrai qu'au début, j'étais un peu perdue. ”