



GROUPE DES AIDANTS DU SUD-OUEST

Nous avons votre réalité à cœur

INFO-AIDANTS JUIN 2020

Le Groupe des aidants du Sud-Ouest voudrait rappeler à tous ses membres de bien suivre les consignes du gouvernement du Québec et du Canada quant à la situation actuelle. En effet, les points de presse sont les meilleurs moments pour avoir accès aux informations, le point de presse du gouvernement canadien est diffusé à 11h00 et celui du gouvernement québécois à 13h.

De plus, il est primordial de respecter toutes ces consignes, surtout si vous êtes en relation directe ou indirecte avec une personne vulnérable. Même si quelques mesures de déconfinement sont prévues par les gouvernements, il faut toutefois respecter les mesures de distanciation sociale ainsi que le port du couvre-visage le plus possible, surtout avec les personnes vulnérables. Nous savons que la crise actuelle peut être très difficile pour plusieurs d'entre vous. Nous sommes conscient.es et le milieu communautaire est là pour vous!

Voici quelques références pour vous :

- **211** - Service d'information et référence sur les services communautaires, publics et parapublics.
- **Tel-Aînés** - Service d'écoute au 514 353-2463 ou 1 877 353-2460
- **Ligne d'intervention en prévention du suicide** - 1 866 APPELLE (277-3553)
- **L'Appui** — ligne Info-Aidant - Service professionnel d'écoute - 1 855 852-778
- **Ligne Aide Abus Aînés** - Ligne de soutien - 1 888 489-ABUS (2287)
- **Fédération des centres d'assistance et d'accompagnement aux plaintes (FCAAP)** - 418 527-9339 ou 1 877 767-2227.
- **Interligne** - Service d'aide aux personnes LGBTQI2+ - 1 888 505-1010

Nous sommes là pour vos questions, n'hésitez pas!

Envoyez un courriel
au groupedesaidantsdusudouest@videotron.ca ou téléphonez et laissez un message au 514-564-3061.



GROUPE
DES AIDANTS
DU SUD-OUEST

7475, boulevard Newman
Bureau 405
H8N 1X3, LaSalle
Montréal, QC

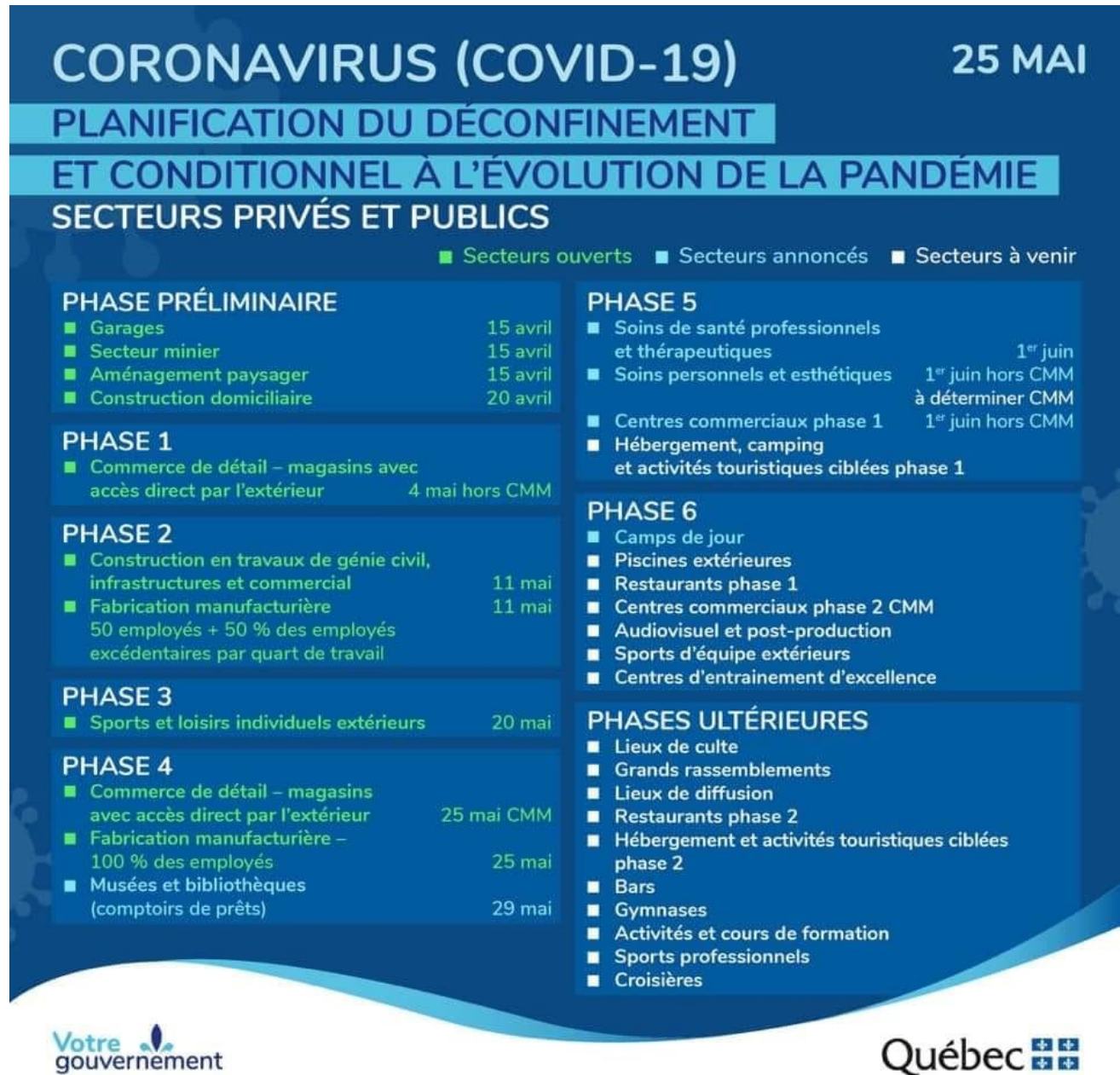
Téléphone : 514-564-3061
Courriel :
groupedesaidantsdusudouest@videotron.ca



GROUPE DES AIDANTS DU SUD-OUEST

Nous avons votre réalité à cœur

Voici le tableau présenté par le gouvernement du Québec quant à la planification du déconfinement et conditionnel à l'évolution de la pandémie. Le déconfinement se fait graduellement, certes, mais il faut continuer à suivre les mesures de la santé publique.



Votre gouvernement

Québec



GROUPE
DES AIDANTS
DU SUD-OUEST

7475, boulevard Newman
Bureau 405
H8N 1X3, LaSalle
Montréal, QC

Téléphone : 514-564-3061
Courriel :
groupedesaidantsdusudouest@videotron.ca



Informations pour les personnes proches aidantes en hébergement

Voici quelques informations importantes concernant les personnes proches aidantes qui désirent se rendre dans un établissement pour voir une ou un proche.

Les personnes proches aidantes qui souhaitent apporter leur aide devront suivre attentivement les directives du ministère de la Santé et des Services sociaux pour assurer leur propre sécurité et celle des autres personnes.

Formulaire de consentement

La personne proche aidante devra signer un formulaire de consentement qui indiquera :

- ⇒ qu'elle a pris une décision éclairée et volontaire, en pleine connaissance des risques qui y sont associés et qu'il serait possible qu'elle contracte l'infection pendant les visites ou encore qu'elle infecte son proche;
- ⇒ qu'elle s'engage à adopter les comportements requis pour assurer sa sécurité, celle du résident qu'elle soutient, celle des autres résidents et des membres du personnel.

Si vous vous rendez dans un milieu où il y a des personnes infectées par la COVID-19, il y a un risque pour vous de l'attraper, malgré toutes les précautions que vous prendrez. Si vous êtes une personne à risque en raison de votre âge ou d'une condition médicale, il pourrait être préférable de ne pas y aller.



? Savez-vous que...

- ⇒ **Au Québec, on compte plus de 1,13 million de personnes proches aidantes soutenant des personnes de 65 ans et plus.**
- ⇒ **De ce nombre, 3 personnes proches aidantes sur 5 sont des femmes, 37% ont des enfants à la maison et une personne proche aidante sur 2 soutien son père ou sa mère. De plus, 72 % d'entre elles fournissent de l'aide à leur proche au moins une fois par semaine et 56 % sont sur le marché du travail. (APPUI, 2017)**





Suite...

Surveillance des symptômes

- ⇒ Si vous êtes soumis à un isolement (par exemple en raison d'un contact étroit avec un cas de COVID-19), vous ne pouvez pas vous rendre dans un CHSLD, une RI-RTF ou une RPA avant la fin de votre isolement.
- ⇒ Vous devez être asymptomatique ou rétabli de la COVID-19 pour pouvoir vous rendre dans un CHSLD, une RI-RTF ou une RPA.
- ⇒ Vous devez effectuer une autosurveillance des symptômes. Dès la moindre apparition de symptômes, vous ne devez pas vous présenter au CHSLD, à la RI-RTF ou à la RPA.

Autres consignes à suivre

Dès votre arrivée en CHSLD, en RI-RTF ou en RPA, vous aurez à compléter un registre afin de faciliter la recherche de contacts par la santé publique advenant une éclosion à la COVID-19, le cas échéant.

Vous devez arriver dans le milieu de vie avec des vêtements propres et changez de vêtements à votre arrivée à la maison et lavez ces derniers (lavage régulier).

Limitez au maximum les déplacements à l'extérieur de votre domicile pour prévenir la propagation du virus.

À l'intérieur du milieu de vie :

- ⇒ Circulez uniquement pour vous rendre à la chambre ou à l'unité du résident et vice versa.
- ⇒ Évitez de vous approcher à moins de deux mètres des autres résidents, des membres du personnel et des autres personnes proches aidantes.
- ⇒ Ne vous rendez pas dans les aires communes du CHSLD, de la RI-RTF ou de la RPA.
- ⇒ Ne vous déplacez pas dans les réserves d'équipement.
- ⇒ Quittez la chambre si un membre du personnel vous le demande, lors d'une intervention médicale, et revenez seulement lorsqu'il vous dira de revenir.





Mises à jour des directives d'assouplissement

Le 26 mai dernier, des mises à jours des mesures d'assouplissement pour l'accès des personnes proches aidantes aux établissements ont été publiée par le gouvernement.

Voici un petit résumé créé par le Regroupement des aidants naturels du Québec (RANQ) :

Précisions sur les personnes proches aidantes qui apportent une aide ou un soutien significatif

- ⇒ Les personnes proches aidantes qui souhaitent offrir une aide ou un soutien "significatif" seront autorisées dans les établissements
- ⇒ L'aide et le soutien significatifs peuvent être offerts par plus d'une personne proche aidante auprès d'une même personne en milieu de vie. Mais une seule personne par plage horaire sera autorisée dans les établissements
- ⇒ Le soutien est considéré significatif s'il est offert de façon régulière, pour répondre à des besoins et contribuer à l'intégrité et au bien-être d'un proche.
- ⇒ Les personnes proches aidantes pourront déterminer elles-mêmes la durée, le moment et la fréquence des visites en tenant compte des modalités usuelles et des particularités du milieu de vie
- ⇒ Les CHSLD, les RI-RTF ou les RPA qui ne voudront pas respecter en totalité ou en partie les nouvelles consignes, devront documenter et justifier leur intention et y être autorisé par le ministère de la Santé et des Services Sociaux.
- ⇒ La personne proche aidante peut, si elle le souhaite, demander un test pour
- ⇒ La personne proche aidante peut le demander à l'établissement ou faire ses propres démarches

Responsabilité du CHSLD, de la RI-RTF1 ou de la RPA

- ⇒ Des horaires d'arrivée et de sortie peuvent être attribués pour éviter au maximum les contacts entre les personnes. Cela doit se faire dans le respect des volontés du moment de visite de la personne proche aidante
- ⇒ Offrir la plus grande plage d'accueil possible des personnes proches aidantes dans le respect des modalités de visites usuelles.
- ⇒ Le nombre de nouvelles personnes proches aidantes peut être modulé en fonction de la capacité d'accueil et du contexte particulier du milieu de vie (nombre de cas infectés ou employés absents).





GROUPE DES AIDANTS DU SUD-OUEST

Nous avons votre réalité à cœur

Mises à jour des directives d'assouplissement

Gestion des insatisfactions ou des désaccords dans l'interprétation et l'application des directives ministérielles

- Identifier un gestionnaire ou une personne désignée au sein du CHSLD, de la RI-RTF ou de la RPA responsable de répondre aux questions et aux insatisfactions des personnes proches aidantes liées à l'interprétation et à l'application des directives ministérielles. Le gestionnaire ou la personne désignée du milieu de vie doit :
 1. faire une analyse neutre de la situation ce qui signifie qu'il ne doit pas être impliqué de façon directe par l'insatisfaction ou le désaccord soulevé par la personne proche aidante;
 2. réfléchir et proposer des pistes de solutions qui conviennent à l'ensemble des parties impliquées;
 3. s'assurer que les personnes proches aidantes sont informées du rôle du gestionnaire ou de la personne désignée dans le milieu de vie et des coordonnées pour le joindre;
 4. diriger, lorsque les insatisfactions ou les désaccords persistent, les personnes proches aidantes vers le commissaire aux plaintes et à la qualité des services, conformément à la procédure d'examen des plaintes de l'établissement et en toute confidentialité

etrebien danssatete.ca

RESSENTIR
c'est recevoir un message

PEUR
COLERE
TRISTESSE
JOIE
SURPRISE
DEGOUT
SERENITE
AMOUR
PIERTE
MUSCIE

MOUVEMENT
SANTÉ MENTALE
QUÉBEC

Promouvoir. Soutenir. Outiller.

David Goudreault
Porte-parole

Campagne
annuelle de
promotion de
la santé mentale
2020-2021



GROUPE
DES AIDANTS
DU SUD-OUEST

7475, boulevard Newman
Bureau 405
H8N 1X3, LaSalle
Montréal, QC

Téléphone : 514-564-3061
Courriel :
groupedesaidantsdusudouest@videotron.ca



SOCIÉTÉ DE LA
SCLÉROSE LATÉRALE
AMYOTROPHIQUE
DU QUÉBEC

Savez-vous que le mois de Juin est le mois de la sensibilisation à la Sclérose latérale amyotrophique (SLA)?

Mais qu'est-ce que la Sclérose latérale amyotrophique?

La sclérose latérale amyotrophique (également appelée SLA, maladie de Lou Gehrig ou maladie des motoneurones) est une maladie qui paralyse graduellement les personnes, car le cerveau n'est plus en mesure de communiquer avec les muscles du corps que nous pouvons normalement bouger à notre guise. Au fil du temps, alors que les muscles du corps se détériorent, une personne vivant avec la SLA perd la capacité de marcher, de parler, de manger, d'avaler et, éventuellement, de respirer.

La SLA n'est pas contagieuse. La SLA est incurable et il existe peu d'options de traitement pour la majorité des personnes vivant avec la maladie.

La SLA en chiffres*

- ◆ Plus de 200 000 personnes vivent avec la SLA à travers le monde.
- ◆ On estime que 3 000 Canadiens vivent actuellement avec la SLA.
- ◆ Chaque année, environ 1 000 Canadiens meurent de la SLA. Un nombre similaire de Canadiens reçoivent un diagnostic de SLA chaque année.

Si vous ou une personne que vous connaissez avez reçu un diagnostic de SLA, vous pourriez avoir de la difficulté à comprendre ce que cela signifie et ce que vous devez faire.

La vie avec la SLA présente plusieurs défis pour les personnes vivant avec la maladie, leurs soignants, leurs familles et leurs amis. En plus d'avoir besoin de soutien physique, les personnes vivant avec la SLA pourraient avoir de la difficulté à composer avec les changements émotifs et de style de vie qui y sont associés.

LA SOCIÉTÉ DE LA SLA DU QUÉBEC

5415 Paré, bureau 200

Mont-Royal, Qc

H4P 1P7

Téléphone : 514 725-2653

Sans frais au Québec : 1 877 725-7725



GROUPE
DES AIDANTS
DU SUD-OUEST

7475, boulevard Newman
Bureau 405
H8N 1X3, LaSalle
Montréal, QC

Téléphone : 514-564-3061

Courriel :

groupedesaidantsdusudouest@videotron.ca



GROUPE DES AIDANTS DU SUD-OUEST

Nous avons votre réalité à cœur

CALENDRIER DES ATELIERS

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
1	2	3	4	5
8	9 Atelier Musique & Bien-être 14h à 15h30	10	11 Atelier Santé 10h à 11h30	12
15	16 Atelier Relaxation 14h à 15h30	17	18 Atelier Musique & Bien-être 10h à 11h30	19
22	23 Atelier Santé 10h à 11h30	24	25 Atelier Relaxation 14h à 15h30	26

Atelier Musique & Bien-être

(Atelier donné par Annabelle Brault, thérapeute de la musique)

Permettez-vous un moment de détente agréable où la musique est utilisée comme moyen de communication et de créativité afin d'appivoiser les défis de la proche aidance.

Atelier Santé

(Atelier donné par Stéphanie Julien, Naturopathe agréée, conférencière et formatrice certifiée)

Pour un cerveau en santé

« La qualité de vie d'une personne âgée dépend beaucoup de l'état de son cerveau.

Il appartient à chacun de protéger dès le plus jeune âge cet organe merveilleux du corps humain.

La dégradation de la santé du cerveau ne se fait pas en quelques jours, mais sur 10, 20 ou 30 ans. Souvent une résultante de l'inflammation.

L'atelier santé nous permet d'y voir plus clair! »



GROUPE
DES AIDANTS
DU SUD-OUEST

7475, boulevard Newman
Bureau 405
H8N 1X3, LaSalle
Montréal, QC

Téléphone : 514-564-3061
Courriel :
groupedesaidantsdusudouest@videotron.ca