ACTIONS SENIORS | N°85 | mars à mai 2024 | Hospice général

CAD JOURNAL

Vous avez dit proches aidants ?

Être proche aidant, ça peut être très différent selon les circonstances. Ce qui surprend l'observateur extérieur, c'est que les personnes réalisent tard, voire jamais, qu'elles sont proches aidantes : pas le temps de prendre du recul, la situation demande simplement d'agir et surtout de s'organiser jour après jour, pour son propre temps et pour celui de l'aidé.

Dans ce journal, vous trouverez des témoignages de personnes proches aidantes ainsi que le message de la déléguée cantonale aux proches aidants qui vous décrira tout ce qui est organisé pour les proches. À travers ces témoignages, on verra que la proche aidance est une histoire humaine, de valeur, de devoir et d'amour pudiquement exprimé.

Nous avons l'espoir que cette lecture puisse vous informer et aussi fournir quelques pistes pour éviter de se noyer dans la situation.

Si vous êtes un proche aidant et que votre esprit est déjà suroccupé, retenez une idée, celle de prendre du temps pour vous. Et pourquoi pas à la Nouvelle Roseraie ou au CAD ?

À ne pas manquer !

Bal de printemps
Mardi 12 mars 2024
de 14h00 à 17h00
Entrée libre
Renseignements :
secrétariat CAD, 022 420 42 80

Séance d'information :
À la retraite ? L'argent et vos droits, mode d'emploi.
Mardi 19 mars 2024
de 9h30 à 11h00
à Chêne-Bougeries
Voir programme ci-joint.

Film : "Deux"
Jeudi 30 mai 2024
à 14h30 au CAD
Inscriptions (places limitées) :
secrétariat CAD, 022 420 42 80
Voir programme ci-joint.

Proches aidants, les héros anonymes !

Un proche aidant est une personne qui soutient un proche atteint dans sa santé, son autonomie. Il assure à titre non-professionnel un soutien (de près ou de loin, régulier ou irrégulier) pour l'aider dans ses difficultés et assurer sa sécurité. Il peut s'agir d'un membre de la famille, d'un voisin ou d'un ami.

Selon l'Office fédéral de la statistique, en 2017, **près de 20% de la population suisse** (15 ans et +) est proche aidante, ce qui représente 1.4 million de personnes.

Quelques **2,3 milliards d'heures de travail non rémunérées**, qui représentent plus de **80 milliards de francs.**

Mais au-delà des chiffres, c'est une aventure humaine forte, qui ne laisse personne indifférent. Voici quelques éclairages sur la question.

Véronique Petoud, déléguée cantonale aux personnes proches aidantes

Véronique Petoud, infirmière de formation, a d'abord travaillé aux HUG avant d'occuper différentes fonctions dans les soins à domicile, durant plus de 20 ans. En 2015, elle rejoint la direction générale de la santé en tant que cheffe de secteur du réseau de soins avant d'être nommée à son poste actuel en 2020 intégré nouvellement au département de la cohésion sociale. Elle nous reçoit pour évoquer sa mission.

De quand date la prise de conscience de la problématique de la proche aidance ?

La définition de la personne proche aidante (PPA) est posée déjà en 2008 au niveau cantonal, dans le cadre de la Loi sur l'organisation du réseau de soins en vue du maintien à domicile. Le canton de Vaud, ayant créé en 2012 une journée cantonale du proche aidant, Genève s'y rallie l'année suivante. C'est la mise en évidence de la thématique de la proche aidance pour le public et 10 cantons font maintenant partie de cette alliance. C'est

l'occasion de réunir de nombreux acteurs et de favoriser les échanges.

Quels sont les principaux défis ?

L'enjeu des politiques publiques est de soutenir les personnes proches aidantes pour prévenir leur épuisement et éviter des conséquences sur leur santé. Il s'agit de leur permettre ainsi d'assurer un soutien indispensable à leurs proches tout en bénéficiant eux-mêmes d'un accompagnement et de moments de répit. Notons au passage que la proche aidance touche 1 personne sur 4 en Suisse, toutes les générations et tous les milieux sociaux.

En 2023, à Genève, la Cour des comptes a effectué une évaluation sur le dispositif de soutien existant. Elle a notamment mis en évidence que la valorisation monétaire des activités réalisées par les personnes proches aidantes de personnes âgées représente a minima 218 millions de francs par an. Il s'agit d'un indicateur fort pour l'orientation de cette politique publique et le soutien du maintien à domicile.

Quelles sont les questions auxquelles répondre durant cette législature ?

Comment contacter les personnes proches aidantes ? Souvent elles considèrent que ce qu'elles font est naturel, jusqu'au moment où survient l'épuisement. Lorsque cela devient trop lourd, elles finissent par découvrir les dispositifs existants et reconnaissent que si elles en avaient pris conscience avant, nombre de situations problématiques auraient pu être évitées. Nous avons mis en place un numéro de téléphone qui permet d'informer, d'orienter et même de prendre une demande de

PAGE
Proche Aidance GEnève

relève à domicile urgente pour soulager la personne. Je ne peux que recommander d'utiliser ce numéro.

Comment susciter l'intérêt des personnes proches aidantes à s'identifier, à faire reconnaître leur statut ?

Une piste serait la mise en place d'une carte de légitimation et d'y associer un accès facilité aux prestations de répit à domicile et hors domicile. Pour rappel, ces prestations, déjà existantes et majoritairement prévues pour les aidés en âge AVS, permettent aux personnes proches aidantes de souffler, de s'accorder des moments pour elles. Pour l'instant, en fonction de la perte fonctionnelle de son proche, on peut activer une aide financière via l'allocation pour impotent de l'AVS, qui est versée directement à la personne aidée. De plus, si elle est déclenchée, cette aide donne des bonifications dans l'AVS du proche aidant dans le cas où ce dernier n'est pas encore en âge AVS. L'allocation est cumulable avec d'autres aides et n'est pas imposable. J'encourage toute personne éligible à cette aide d'y avoir recours sans tarder et de se faire soutenir par un service social pour remplir cette démarche.

Pour toutes informations, n'hésitez pas à appeler la ligne Proch'info !

proch' info
058 317 7000

Huguette Charbonnier, bénévole et très engagée !

Huguette Charbonnier est bénévole au CAD depuis 1988. Elle s'est occupée de Jozsef durant ses dernières années. Elle a aujourd'hui 86 ans et, pour ceux qui la rencontrent pour la première fois, elle semble posséder une énergie peu commune alliée à une forte personnalité.

Comment s'est mise en place cette relation de proche aidant proche aidé ?

Je ne me voyais pas comme une proche aidante. Jozsef habitait à Meyrin et moi à Onex. Il était hongrois, né en 1934. Il est arrivé en Suisse en 1956, suite aux événements de guerre dans son pays. En 2011, après le décès de son épouse, il est venu au CAD, comme bénévole.

La perte de son épouse lui a causé un énorme chagrin. Il était au fond du trou. Il m'a confié qu'il pleurait tout le temps chez lui. De temps en temps je lui apportais des choses à manger au CAD.

Jozsef était de caractère réservé, ne parlait pas beaucoup et était plutôt introverti. Il n'avait pas eu d'enfant et n'avait plus de famille. Sa situation me touchait. C'est cela qui m'a rapproché de lui. Petit à petit naturellement une amitié est née.

Qu'est-ce que vous pensiez lui apporter ?

Surtout de la présence et un peu de chaleur humaine. J'allais aussi régulièrement en bus lui faire ses courses.

Sa santé s'est lentement dégradée entraînant l'intervention de l'**imad**. Je prenais régulièrement de ses nouvelles par téléphone. Parfois je n'arrivais pas à le joindre. J'appelais alors les hôpitaux et apprenais qu'il avait été hospitalisé. J'allais alors lui rendre visite et il était tout content de me voir. Cela s'est produit de nombreuses fois.

Sa santé devenant précaire, il a été placé sous curatelle et on lui a intimé de trouver une place dans un **EMS**. On m'a confié la tâche de l'accompagner pour visiter des **EMS** et l'aider à choisir. Finalement il a trouvé qu'à Butini, ça pouvait aller.

Il y est resté 7 mois. Fin octobre, début novembre son état s'est dégradé de plus en plus. Il restait couché et ne mangeait presque plus. Les infirmières m'ont annoncé que sa fin était proche et que cela pouvait arriver d'un jour à l'autre. Je suis alors allée le voir dix jours durant. Puis, il est décédé le onzième, à 6 heures du matin. C'était le 7 novembre 2023. Ce fut pour lui une délivrance car il n'avait plus envie de vivre, cela se voyait dans ses yeux.

Jean-Claude Pasquier, un engagement sans limite…

Qui êtes-vous et comment en êtes-vous venu à devenir proche aidant ?

Je m'appelle Jean-Claude, j'ai 85 ans et 63 ans de mariage. Madeline, mon épouse, est décédée le 1er avril 2023 alors qu'elle souffrait de la maladie de Parkinson. Nous avons 3 enfants.

En 2016, lorsque nous avons appris la maladie de Madeline, Najet, notre filleule, infirmière, est revenue à Genève pour prendre soin d'elle. Au terme d'un séjour de 2 mois fait par Madeline à **Beau-Séjour**, il nous a été demandé de prendre une décision quant à son lieu de vie.

J'ai alors tout mis en place pour qu'elle puisse revenir à la maison. Une entrée en EMS n'était envisageable ni pour mes enfants, ni pour moi-même. J'ai donc modifié notre appartement afin qu'il soit adapté et engagé du personnel.

L'imad venait s'occuper de mon épouse le matin et le soir.

En ce qui concerne la journée, au début je pensais que je pouvais le faire, mais je me suis vite rendu compte qu'en fait ça n'était pas vivable. J'ai donc engagé 3 personnes pour être avec elle pendant la journée. Un planning a été mis en place. Najet s'occupait de l'aspect médical et des repas. Moi, je faisais les nuits.

Face à une telle situation on se retrouve seul. La famille lointaine et les amis ne sont pas des plus soutenants, ils nous donnent des conseils mais ne peuvent comprendre ce que l'on vit. J'ai rejoint, cinq fois par année, le groupe de parole Parkinson qui se réunit au CAD. Il est primordial d'être avec ses pairs. Ce sont des personnes qui nous comprennent et avec qui on peut échanger avec respect, soutien et même souvent avec des rires ! J'ai aussi suivi des cours à l'**HEDS**, ce qui m'a beaucoup apporté.

On ne décide pas de devenir proche aidant, ça nous tombe dessus ! C'est un nouveau métier.

Être proche aidant c'est quoi?

C'est une présence quotidienne ! Ce qu'on a tendance à oublier : c'est tous les jours, 24 heures sur 24, non seulement être présent mais s'occuper des soins, des repas, de la tenue d'un appartement, bref de tout !

Il est primordial de s'accorder des moments privilégiés pour soi. J'avais donc les lundis matin pour aller marcher et manger avec des amis et les mardis soir pour participer aux activités du Caméra Club de Genève.

J'ai toujours été un battant ! J'avais lu des articles de presse sur l'existence de salaires payés par l' **AsFam**. Cela existe partout en Suisse romande… sauf à Genève, bien que les assurances maladie participent au système de l'**AsFam**.

Je suis allé chercher des réponses auprès de M. Poggia et M. Apothéloz, car leurs services répondaient toujours : « Genève n'a pas d'argent » quand on les interpellait sur ce sujet… Ce n'était pas pour moi directement que je faisais ces démarches, mais j'estimais qu'être proche aidant méritait une reconnaissance par le corps politique, médical, et la population.

Une petite anecdote ?

Ce qui a été la première alerte : la pizza mise à l'envers dans le four !

Quelques pistes…

GE suis proche aidant | ge.ch
proche.info@etat-ge.ch
058 317 7000

PAGE
Proche Aidance GEnève

Aider un proche
www.prosenectute.ch

PRO SENECTUTE

Pour Les Assistants Familiaux
AsFam.ch

AsFam
POUR PROCHES AIDANTS

Nouvelle Roseraie, du répit pour vous, du plaisir pour tous !

Qu'elle soit perçue comme un havre de bien-être ou une réponse nécessaire aux épreuves de la vie, la Nouvelle Roseraie est là pour joindre l'utile à l'agréable.

La maison est belle, surplombant le lac et entourée de vignes. L'air de Lavaux fait du bien à ses visiteurs, la cuisine est gourmande et l'équipe d'animation vous laisse chaque fois un souvenir impérissable de vos vacances. Chacun.e est libre de s'y inscrire pour un séjour à thème, que ce soit entre ami.e.s, en couple ou seul.e.

En plus de faire plaisir, la Nouvelle Roseraie rend des sacrés services : vous pouvez y accompagner un parent/conjoint âgé et vous reposer un peu, par la même occasion. Si ce dernier est encore autonome, vous pouvez le confier à l'équipe et partir en vacances ailleurs, sans culpabiliser ou vous soucier des accidents ménagers ou autres chutes qui pourraient lui arriver. Une infirmière est sur place et veille à la prise des médicaments journaliers.

À la Nouvelle Roseraie, des solutions concrètes existent pour soulager celle ou celui qui s'occupe d'une personne âgée à besoins spécifiques.

N'hésitez pas à nous contacter pour plus d'informations.

Si vous souhaitez découvrir la Nouvelle Roseraie, une prochaine excursion découverte, aura lieu le mardi 25 juin 2024.

Renseignements et inscriptions : Secrétariat Vacances Seniors au 022 420 42 90 de 8h30 à 12h00 ou par mail à : vacanceseniors@hospicegeneral.ch

Votre avis nous intéresse !

Le groupe des seniors porteur du projet **"Compétences et transmission intergénérationnelle"**, issu de l'Innovathon 2023* organise un groupe témoin sur la thématique :

"L'état actuel des relations intergénérationnelles hors cadre familial".

Ce groupe de consultation est organisé afin de récolter des informations sur les relations entre seniors et adolescents·es. Le but de cette rencontre est d'identifier des points clefs dans ce type de relation à un moment donné de la retraite. Pour définir un consensus, écarter les préjugés et trouver des pistes pour mieux vivre ensemble.

Nous cherchons donc 12 seniors ayant entre 72 et 77 ans, disponibles pour participer à une matinée. Ce moment d'échange aura lieu au CAD **le 13 mars 2024 entre 9h30 et 12h00** et sera suivi d'un apéro dinatoire.

Merci de vous inscrire auprès de notre secrétariat: 022 420 42 80

*une action du CAD permettant aux seniors de s'engager dans des projets citoyens