

### Les proches aidants d'aînés

Lorsqu'une personne prend soin d'une proche, elle devient proche aidant.

**Selon l'Institut de la statistique du Québec, on comptait, en 2012, plus d'un million de proches aidants au Québec.** 1,13 million de proches aidants, c'est 1,13 million de parcours différents. Certains aidants offrent du soutien une ou deux heures par semaine à leur proche alors que d'autres y consacrent plus de 20 heures. Certains doivent concilier leurs responsabilités professionnelles et familiales avec leur rôle d'aidant, ou encore se déplacer puisqu'ils n'habitent pas avec la personne aidée. Certains le font par amour, d'autres par obligation.



Le rôle de proche aidant s'inscrit dans un parcours qui évolue constamment en fonction de l'intensité de l'engagement de l'aidant et de la relation avec la personne aidée. Tout comme chaque personne est différente, chaque parcours est unique et peut varier en fonction de plusieurs facteurs, comme l'âge, les conditions socioéconomiques, l'état de santé, la relation antérieure avec la personne aidée, etc.

Même si les parcours diffèrent d'une personne à l'autre, on reconnaît tout de même, de façon générale, une certaine trajectoire dans les besoins exprimés par le proche aidant et la personne accompagnée. Voici, par exemple, les principaux besoins exprimés par les aidants qui accompagnent une personne atteinte d'une maladie neurocognitive :



Plus vite un proche aidant pourra identifier ce qu'il vit et ce qui l'attend, plus vite il pourra trouver les ressources et les outils qui l'aideront dans son quotidien. Nous vous invitons à consulter le Bottin des ressources pour aînés que vous avez reçu par la poste afin de connaître les différents services et soutien disponible. *(texte et image tirés du site internet de [www.lappui.org](http://www.lappui.org))*

### **Les Aînés branchés**

Il y a deux ans, le comité MADA organisait des cours d'ordinateurs ou de tablettes pour les aînés afin de leur permettre l'initiation à cette technologie. Ce cours fut un franc succès. En 2017, il y a eu des ateliers de mise à niveau, mais l'intérêt semblait avoir diminué puisqu'il y a eu peu de participants. Le comité MADA aimerait connaître votre intérêt afin de planifier, s'il y a lieu, d'autres sessions de formation. Vous pouvez contacter le comité MADA par courriel à l'adresse : **[mada@valdavid.com](mailto:mada@valdavid.com)** ou par téléphone madame Lynne Lauzon au numéro (819) 324-5680, poste 1. Il est important pour le comité de connaître vos besoins afin de bien planifier les activités.