Zeitschrift: Générations : aînés
Herausgeber: Société coopérative générations
Band: 33 (2003)
Heft: 4

Rubrik: Info Seniors

Nutzungsbedingungen
Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 15.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

Aider peut être épuisant

«Je m'occupe quotidiennement de ma mère, très âgée et handicapée. Ce sont des moments enrichissants et profonds, mais aussi exténuants...» *Ursula F.*

Il est vrai que l'affection, la bonne volonté et le courage, aussi grands soient-ils, ne constituent pas une protection sans faille face à la fatigue physique ou nerveuse, pouvant conduire à l'épuisement. Pour bien aider, il convient d'observer les signes de ses propres limites, s'autoriser à prendre soin de sa propre qualité de vie et, parfois, demander de l'aide à son tour.

Une récente étude réalisée par le Centre Leenaards pour la Personne Agée (CLPA) a mis en évidence le fait que «lorsque l'avance en âge s'accompagne de la maladie, de la dépendance, de l'isolement social, elle confronte davantage encore les proches de la personne âgée: c'est sur eux que repose une charge d'aide plus ou moins aisée à assumer, à investir ou, plus simplement, à vivre». Le terme «proches» désigne les membres de la famille, le voisinage ou toute personne non engagée dans un service d'aide professionnalisé, qui effectue des travaux d'entretien du ménage, des courses, des soins, du soutien relationnel et affectif, etc.

Du temps et des informations

Cette étude nous apprend que la possibilité pour une personne âgée de continuer à vivre chez elle dépend moins de sa santé fonctionnelle que de la qualité du réseau des personnes qui lui apportent aide et réconfort. Par ailleurs, l'épuisement guette les proches les plus dévoués, car leur implication dans le soutien qu'ils apportent ne faiblit pas avec la progression de la dépendance que connaît la personne aidée. Ces proches expriment souvent deux besoins majeurs. Tout d'abord, ils souhaitent pouvoir s'aménager des temps de répit, en faisant appel par exemple aux professionnels de l'aide à domicile ou en confiant la personne aidée, l'espace de quelques heures ou de quelques jours, aux bons soins d'une unité d'accueil temporaire ou d'un lieu de court séjour médicalisé. Ceci leur permet de reprendre leur souffle, de retrouver une énergie dont ils ont besoin pour continuer d'apporter leur soutien. Ensuite, ils désirent disposer d'une information claire et suffisante sur les organisations auxquelles ils peuvent faire appel.

A cet égard, Info Seniors contribue à rendre plus transparente la structure sociale et médico-sociale, tant au profit des personnes âgées que des proches qui leur accordent leur temps et leur attention. Ceci afin de donner sens à la belle parole de l'éthicien Eric Fuchs: «La dépendance n'a pas qu'un aspect négatif, elle peut être aussi le moment d'un accueil de ce qui tisse avec autrui le vrai goût de la vie.»

L'épuisement guette les proches, car leur implication augmente avec la progression de la dépendance de la personne aidée.

›› *La brochure «Maintien à domicile des personnes âgées, quel soutien pour les proches?» peut être commandée auprès du Centre Leenaards pour la Personne Agée, rue du Grand-Chêne 6, 1003 Lausanne.*

Info Seniors

Tél. 021 641 70 70
De 8 h 30 à 12 heures

Egalement *Générations*, case postale 2633, 1002 Lausanne.

Roby et Fanny

Par Pécub