

## SENTIMENTS

Par cette activité, nous développons un sentiment de reconnaissance envers le travail des aidants naturels, car nous observons la difficulté de leur quotidien.

Malgré le fait que nous limitons notre aide à deux jours de bénévolat, nous ressentons un sentiment de devoir accompli. Celui-ci est amplifié, car nous aidons des gens dotés d'une bonté naturelle. En effet, une des leçons retenues est qu'ils tentent d'aider même lorsqu'ils se font aider, par exemple, en nous offrant des collations. C'est une expérience mémorable pour toute l'équipe et nous sommes heureuses d'avoir aidé notre prochain.

## RÉTROSPECTIVE

Nous ne ressentons aucun regret quant à l'activité, mis à part le fait de n'avoir pu revoir les familles plus d'une fois. Cela aurait permis de développer une plus grande complicité avec les aidants. Si c'était à refaire, nous aurions étalé l'activité sur un plus grand laps de temps, puisque c'est une activité physique exigeante. Nous répéterions l'expérience sans hésitation, car nous sentons la gratitude des aidants envers le travail accompli.



En bref...

## PROBLÉMATIQUE

Au Québec, il y a un manque d'aide flagrant aux aidants naturels de personnes âgées (Bernier, 2008, p.3). À l'aide du bénévolat, notre objectif principal est d'offrir du répit à quelques proches-aidants en s'acquittant d'une partie de leurs tâches.

## NOTRE ACTIVITÉ

Nous avons raclé les feuilles des terrains de cinq aidants naturels le jeudi 16 octobre de 9:00 à 16:00 et le vendredi 17 octobre de 8:30 à 12:00. Cette activité automnale est parfaitement adaptée au moment de l'année et ainsi, répond à leur besoin immédiat.

Nous avons collaboré avec Anne-Marie Sarrasin, coordonnatrice et intervenante du Programme de Répit Alzheimer de *La Maison des Tournesols* de St-Hubert.

Coordonnées : 450-445-9290,  
[amsarrasin@maisondestournesols.org](mailto:amsarrasin@maisondestournesols.org)



## Soutien aux aidants naturels par le bénévolat

Les Aid'en Or  
Camille Brie-Gagnon  
Mariane Gaudreau  
Béatrice Walsh

En collaboration avec  
Anne-Marie Sarrasin,  
Coordonnatrice et intervenante à  
*La Maison des Tournesols*



## LA PROBLÉMATIQUE

La population québécoise étant vieillissante, un nombre grandissant de personnes nécessitent des soins en fin de vie (Brühlhart, Brügger et Sottas, 2013, p.1). L'état d'engorgement du système de santé favorise alors les soins à domicile, qui sont d'ailleurs de 75 à 90 % administrés par des proches. Ce projet s'adresse aux aidants, principalement un membre de la famille, un ami ou un voisin, qui assistent quotidiennement un proche en perte d'autonomie atteint de la maladie d'Alzheimer (Dunbrack, 2005, p.6). L'activité permet de réduire le fardeau quotidien des aidants afin qu'ils puissent vaquer à d'autres occupations. Notre intention est de leur accorder du répit.

## MOTIVATIONS

La réalisation de ce projet nous touche particulièrement puisque nous devons, peut-être à notre tour, aider nos parents qui proviennent de la génération des « Baby-Boomers ». Nous éprouvons une satisfaction à venir en aide à quelques familles aidantes qui ont davantage l'habitude d'aider les autres.



## BÉNÉVOLAT

Pour notre activité de bénévolat, il a fallu appeler plusieurs organismes avant d'obtenir une réponse positive de la part de *La Maison des Tournesols*. Après un échange de



courriels échelonné sur plusieurs semaines, nous avons rencontré, à deux reprises, madame Anne-Marie Sarrasin à St-Hubert, lieu où l'organisme se situe. L'intervenante fut d'une grande aide pour planifier le bénévolat.

Premièrement, nous avons conçu un horaire détaillé des journées de bénévolat pour en maximiser l'efficacité. Munies de nos râteaux, de nos sacs à poubelle et de nos vêtements d'extérieur, nous avons travaillé sans relâche afin d'aider le plus possible les cinq familles ciblées par madame Sarrasin. Arrivées sur les lieux de l'activité, nous avons été accueillies par les aidants et leur proche malade. Leur rencontre fut enrichissante. En tout en partie, environ cinquante sacs ont été amassés.



## TÉMOIGNAGE

« La Maison Gilles-Carle, comme lieu de répit, était le rêve que je partageais avec Gilles qui savait mieux que quiconque que seule une aidante reposée et en santé peut alléger le supplice de la personne malade dont elle prend soin. Et il savait, encore mieux que quiconque, que toujours la maladie fait mentir le destin. Car aidante, on le devient du jour au lendemain, d'où l'urgence de faire de cette cause celle de demain. » — Chloé Sainte-Marie, porte-voix des aidants naturels



FONDATION  
*Maison Gilles-Carle*

