Association de proches aidants

2020 rapport d'activité

Un début d'année 2020 prometteur avec une énergie positive. Un engagement avec confiance et force. Un ensemble de partenaires complémentaires. Le tout nous a portés le premier mois et nous a permis de tenir le coup les mois suivants.

L'année 2019 a préparé nos activités pour 2020 avec une priorité au déploiement de l'association de Proches-Aidants. C'était important pour nous, entre autres, de garder l'engagement et la confiance de la Fondation qui nous soutient généreusement, et de pouvoir continuer notre activité, d'une manière sereine, concentrés sur le rôle et la place des proches aidants

2019 : La préparation des diverses activités prévues se fonde sur l'expertise des proches aidant-e-s en lien avec :

- leurs pratiques du terrain pour trois Ateliers thématiques proches aidants-es
- leurs relations avec les futurs professionnels pour la Journée thématique Proches aidants-es de l'HESAV
- leur autodétermination et leur expertise pour la formation en ligne par et pour les proches aidants-es.

Arrêt brutal, le monde est mis en stand-by. Qu'est-ce qui nous arrive, pour combien de temps et comment allons-nous continuer ?

Les proches aidants, soit se confinent avec leurs aidés et l'inquiétude d'être une source d'infection est grande, soit il y a une distance à prendre, plus de visites et les commissions posées devant la porte ce qui compliquent

sérieusement la vie de tous les jours. Souvent ils font parties des personnes non seulement exposées, mais dont l'action envers leur aidé prend une dimension parfois dramatique comme lors d'une hospitalisation, hébergement en EMS ou deuil.

Ne pas pouvoir suivre son aidé à la maison comme avant la pandémie, ni l'accompagner en cas d'hospitalisation, ni aller le trouver en EMS et ni l'accompagner, même si c'est plus rare, dans ses derniers jours sur cette terre, puis être presque seuls pour le convoi funèbre, est une situation difficilement supportable. Cela demande d'aller puiser profond dans ses ressources affectives et psychiques.

Après un sentiment de désorientation et la perte de repères, il faut prendre du temps pour se réapproprier un espace différent. Des choses ont dû être changées mais notre engagement auprès de nos proches et notre entraide restera active et adaptée à la situation actuelle.

Une période incertaine se dessine à l'horizon. Le monde doit évoluer, s'ajuster, s'adapter et rester flexible pour vivre ! Survivre ? Les proches aidants connaissent déjà un peu, parfois beaucoup, cette situation. Ils doivent jongler avec plusieurs casquettes entre les divers activités et engagements.

Solitude, abandon, peur de mourir, peur de « faire mourir »

Après le premier choc, nous mettons en route une communication par téléphone et rencontre virtuelle avec information, soutien et accompagnement. Et en même temps chacun doit gérer sa propre vie et les conséquences de ce changement.

Téléphones : il y avait un mélange entre les divers appels, comment je dois faire, où chercher les informations et de l'aide.

Nous avons eu très peu de téléphone en mars et avril. En avril, mai et juin la secrétaire générale a appelé tous les membres de l'association. Avec certains elle a instauré un contact téléphonique régulier.

Parrainages : les suivis ont été faits selon les possibilités, par téléphone, promenade avec un thermos de thé ou en présentiel au domicile.

En chiffres : 104 membres, **3** parrainages, **17** rencontres avec **76** participants, **63** appels téléphoniques informations, écoute, soutien et accompagnement. **1** lettre d'informations, **1** rapport d'activité 2019, **3** séances de comité, **6** séances de bureau.

Rencontres des proches aidants-es 2020

En juin juillet, septembre et octobre nous avons repris en présentiel les rencontres des proches aidants à Rolle, Yverdon, Lausanne et Aigle. En novembre et décembre pour certains lieux nous avons relevé le défi des rencontres virtuelles. Une expérience concluante et touchante. Bien sûr cela ne remplace pas le présentiel mais nous avons vécu l'échange authentique avec émotion et cela nous a permis de penser avec confiance la continuité en 2021.

Témoignages du temps du confinement

- Je découvre que je vis un certain confinement depuis des années dans mon rôle de proche aidant. L'angoisse et la peur d'infecter mon proche aidé ne me permet plus de sortir.
- Merci au soutien à distance de la famille et de l'entourage.
- Je ne peux plus visiter mon proche qui est placé en EMS. Fin de vie et enterrement impossible à partager.
- Le choix à faire pour mon enfant handicapé confiné soit en institution internat ou à la maison pendant les prochains mois.
- Comment prendre soin de son enfant 24h/24h ? Comment faire face à son stress dû aux changements, quelles activités adéquates à choisir ? Qui reste à la maison ? Comment assumer le télétravail?
- Comment supporter l'éloignement territorial qui ne permet plus d'aller voir et soutenir sa famille ? Comment mettre en route un soutien sur place ? Avec qui ?

30 octobre la journée des proches aidants : quelques évènements en lignes ont eu lieu.

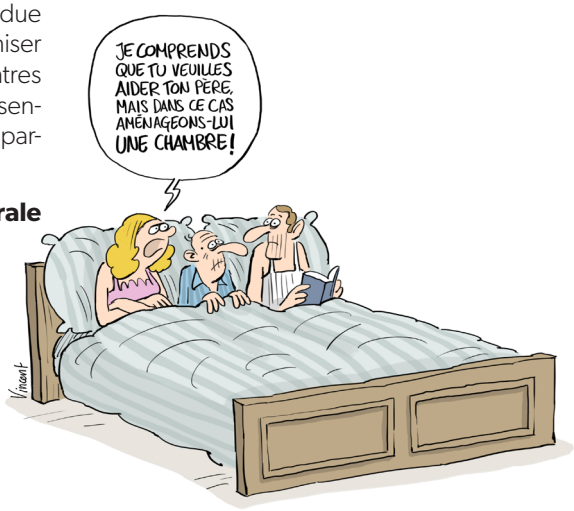
- « Portes ouvertes virtuelles, découvrir les groupes d'entraide un soutien gratuit pour les proches aidants-es. » l'association de proches aidants avec Info Entraide Vaud.
- «Oser les mots pour soulager les maux». Une rencontre virtuelle organisée par Espace proches et animée par Adalberto Barreto. La secrétaire générale W. Lecocq s'était inscrite : « C'était extraordinaire comment les échanges ont été authentiques et touchants. Je me suis rendue compte qu'il est possible d'organiser dans certaines conditions des rencontres virtuelles qui sont authentiques, font sentir l'empathie et la sincérité dans les partages ».

Waltraut Lecocq, Secrétaire générale
Vullierens, août 2021

Citation

Le coronavirus nous rappelle à notre humanité et à notre condition d'êtres profondément sociaux, inséparables les uns des autres.

(Edgar Morin, philosophe, scientifique et sociologue français)



Association de proches aidants

En Etraz 5
1313 Ferreyres VD

IBAN CH47 8043 4000 0087 8384 8
CCP 10-4733-5

No gratuit 0800 77 88 00
info@proches-aidants.ch
www.proches-aidants.ch