

Le Comité des usagers du CSSS de Laval vous informe



Comité des usagers
du Centre de santé
et de services
sociaux de Laval

Il y a plus de deux millions d'aidants naturels au Canada. En faites-vous partie? 80 % des personnes qui aident d'autres personnes sont des aidants naturels qui s'ignorent. Mais qu'est-ce qu'un proche aidant au juste? Existe-t-il des ressources pour leur venir en aide?

Ressources à l'intention des proches aidants

Un proche aidant, aussi appelé aidant naturel, est une personne qui dispense des soins et/ou du soutien à quelqu'un de son entourage qui possède un handicap physique ou mental, qui est un malade chronique ou dont la santé est précaire. Elle prodigue de 8 à 40 heures de soins par semaine et la tendance indique que plus la personne aidée avance en âge, plus ce nombre d'heures tend à s'accroître. Le risque de décès du proche aidant augmente de 60 % lorsque celui-ci est

lui-même âgé et en mauvaise santé. L'importance pour celui-ci de prendre soin de lui est donc évidente.

Groupe de soutien

Des groupes de soutien à l'intention des proches aidants sont organisés dans différents quartiers de l'île de Laval. Chaque session comporte des ateliers animés par une intervenante sociale qui aborde différents thèmes, tels l'épuisement, la communication, la gestion du stress, la médication, l'hébergement et la nutrition.

Illustration : iStockPhoto



Centre de jour

Les services du centre de jour s'adressent aux personnes âgées qui demeurent à domicile et qui souhaitent maintenir leurs capacités physiques et leurs habiletés sociales. Habituellement situés dans les centres d'hébergement, les centres de jour accueillent,

au moins une fois par semaine, les personnes référées par les services de soutien à domicile. Les activités s'étendent habituellement sur une journée complète et visent à contrer l'isolement social, à donner du répit aux proches aidants et à stimuler l'autonomie physique.

Information sur le centre de jour :
450 622-5110, poste 4922

Information sur les groupes de soutien :
450 668-1804, poste 7522

Association lavalloise des personnes aidantes :
450 686-2572

Cette capsule d'information est produite par le Comité des usagers du CSSS de Laval, dont le représentant en matière de santé physique est :
M Jean-Luc Gougeon

280, boul. Roi-du-Nord, local 1420
Laval (Québec) H7L 4L2

 **450 622-5110, poste 4945**
cusagers.csssl@sss.gouv.qc.ca

Centre de santé et de services sociaux
de Laval

