



COMMUNIQUÉ

PUBLICATION IMMÉDIATE

DES BÉNÉVOLES PRÊTENT LEURS YEUX POUR FAVORISER L'AUTONOMIE ET LA SANTÉ DES AÎNÉS AVEC UN DÉFICIENCE VISUELLE

Sherbrooke, le mercredi 5 décembre 2018 – En cette Journée internationale des bénévoles, il est essentiel de souligner l'importance de la contribution des bénévoles au développement social de notre collectivité. Saviez-vous que certains deviennent bénévoles pour prêter leurs yeux quelques heures par semaine? De nos jours, être un aîné, même sans incapacité, peut représenter un défi pour fonctionner au quotidien, notamment dans une ère numérique en changement constant. Ajoutez la perte de la vue dans l'équation.

Recherche pour favoriser l'autonomie et la santé

Favoriser la participation sociale des aînés, c'est-à-dire l'implication de la personne dans des activités qui lui procurent des interactions avec les autres dans la communauté, a des effets positifs sur leur santé et leur qualité de vie. Et que dire de la préservation de leur indépendance. Et si ces avantages menaient à une meilleure santé, voire une diminution dans l'utilisation des services sociaux et de santé?

La professeure-chercheure à la Faculté de médecine et des sciences de la santé (FMSS) de l'Université de Sherbrooke et au Centre de recherche sur le vieillissement (CdRV) Mélanie Levasseur y consacre ses recherches depuis 2010. Grâce à une subvention des Instituts de recherche en santé du Canada obtenue en 2016, une équipe de chercheurs sous sa gouverne travaille à développer et à évaluer un ensemble d'interventions et d'actions en ce sens.

C'est dans cette optique qu'en 2017, Caroline Pigeon, docteure en neuropsychologie, débutait son stage postdoctoral au CdRV, en adaptant aux besoins spécifiques des aînés qui présentent une déficience visuelle, une intervention pour encourager leur participation sociale.

L'Accompagnement personnalisé d'intégration communautaire (APIC)

L'APIC est un programme qui consiste à aider un aîné ayant des incapacités à cibler et à s'entraîner en vue de réaliser des activités importantes pour lui, mais difficiles à accomplir seul. À raison de 3 heures par semaine, avec la présence d'un accompagnateur-citoyen formé et supervisé par une équipe de professionnels, une sortie est prévue. Ces activités peuvent être, par exemple, d'aller manger au restaurant ou de participer à une activité offerte par un organisme communautaire. Les bénévoles deviennent ainsi, pendant cet entraînement d'une durée déterminée, les yeux de leur pair afin de lui prodiguer des conseils, des repères, mais aussi la confiance nécessaire pour accomplir ces activités sociales et de loisir de façon autonome.

L'étude sur le terrain avec des bénévoles

Entre septembre 2017 et août 2018, dans le cadre d'un partenariat avec le Centre de réadaptation de l'Estrie (CRE) du CIUSSS de l'Estrie – CHUS, Caroline Pigeon a travaillé pour une durée de 6 à 9 mois, avec huit bénévoles qui ont été jumelés à huit aînés ayant une déficience visuelle. Les bénévoles du CRE ont été formés et supervisés tout au long de l'accompagnement afin d'avoir les ressources et le soutien leur permettant d'aider les aînés à s'intégrer davantage dans la communauté et à pratiquer des activités significatives, et ce, même après l'APIC.

Un duo gagnant

Les résultats préliminaires de l'étude indiquent que l'accompagnement reçu lors du programme APIC a contribué à améliorer la pratique d'activités sociales et de loisirs des aînés, mais aussi leur qualité de vie et leur mobilité. Certains rapportaient que l'accompagnement avait une influence positive sur leur confiance en eux, leur bien-être ou encore leur motivation à prendre soin d'eux. Plusieurs considèrent que le programme a dépassé leurs attentes et doit être implanté à grande échelle.

Faits saillants

- En Estrie, une personne sur cinq est âgée de 65 ans et plus et le tiers d'entre elles vivent seules à domicile;
- Selon une étude canadienne, près d'une personne sur 3 souhaite participer davantage socialement.

Citations

- Caroline Pigeon met en lumière l'aspect humain du jumelage : *« Ce qui est extraordinaire de cet accompagnement, c'est qu'il apporte des bénéfices à la fois aux aînés, mais également aux bénévoles, aussi bien retraités qu'étudiants, d'acquérir de l'expérience et de se sentir compétent, d'ouvrir leurs horizons, ou encore d'apprendre de nouvelles choses, par exemple, le tricot, l'histoire du Québec et des recettes traditionnelles. Enfin, de belles amitiés ont également été nouées! ».*
- *« Si vous avez un proche en perte d'autonomie qui vit à domicile ou en résidence, visitez-le et aidez-le à s'intégrer dans la communauté pendant le congé des fêtes, mais aussi tout au long de l'année. Participer socialement pour un aîné avec des incapacités, c'est aussi quand la communauté vient à lui »,* ajoute Mélanie Levasseur.

- 30 -

Renseignements et entrevues

Marie-Josée Loïselle, conseillère en communication
CIUSSS de l'Estrie – CHUS
819 346-1110, poste 22589 | Cell. : 819 679-6538
Marie-josée.loiselle.ciusse-chus@ssss.gouv.qc.ca