

# Vieillir chez soi

## **Sans proches aidants, rien n'est possible**

Les soins aux proches sont attendus et (encore) fournis dans notre société :

- Une bonne moitié des personnes âgées de 85 ans et plus ont besoin d'aide et/ou de soins.
- La majorité (environ 75%) des personnes sont prises en charge à domicile.
- Les partenaires, ainsi que les filles et les fils adultes, sont les premiers concernés.
- Il s'agit en premier lieu *d'une aide et d'une assistance* ; les soins relèvent avant tout de professionnels externes.

# Les soins aux proches permettent d'économiser de l'argent

mais impliquent des coûts qui pourraient être évités

## Économie :

moins d'entrées prématurées en institution > moins de coûts résiduels pour les communes.

## Coûts :

### *Les coûts de la santé :*

- a) pour les proches : santé ("patients cachés"), social (solitude).
- b) pour la société : coûts de santé plus élevés, pauvreté des femmes âgées

*Coûts d'opportunité* : les soignants en âge de travailler (c'est la majorité) ne sont pas (ou que partiellement) disponibles sur le marché du travail.

Plus la conciliation entre vie familiale et professionnelle est mauvaise, plus les pertes économiques sont importantes (manque de personnel qualifié).

# Prise en charge par les proches - combien de temps encore ?

- D'ici 2050, doublement du nombre de personnes âgées de 80 ans et plus en Suisse. Un habitant sur 10 a plus de 80 ans (OFS 2020).
- Raréfaction des ressources humaines dans les familles.

Les soins aux proches ne seront désormais possibles que si

- ils sont complétés par une aide extra-familiale : Développement des offres professionnelles et coordination des offres d'aide et de soins.
- les conditions de travail sont assouplies.
- les pertes financières des proches sont limitées.

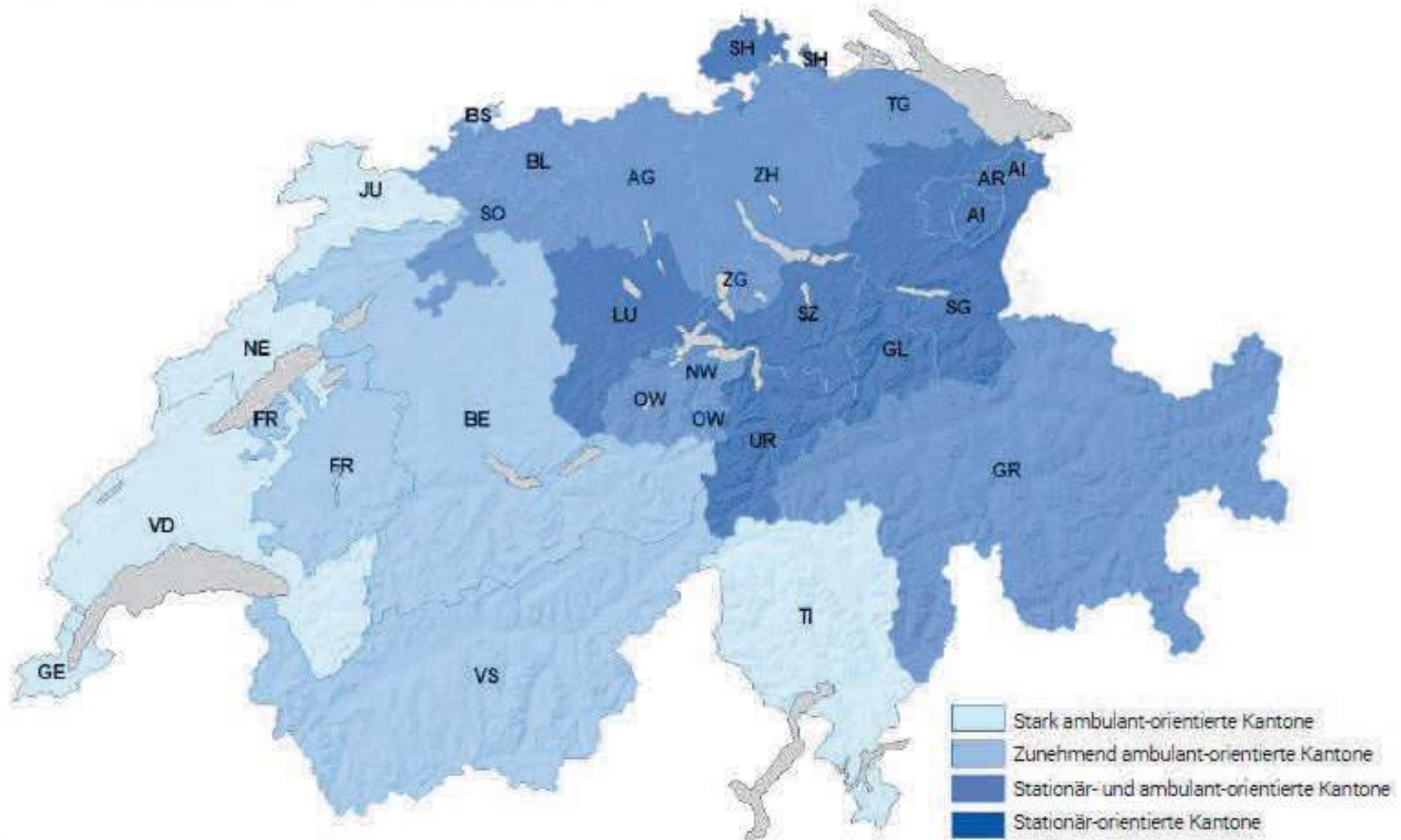
# **L'ambulatoire avant le stationnaire**

Un souhait - plusieurs solutions

Conditions-cadres et champs d'action

Conditions-cadres

# Suisse : La gestion du besoin de soins varie selon les régions et les cultures

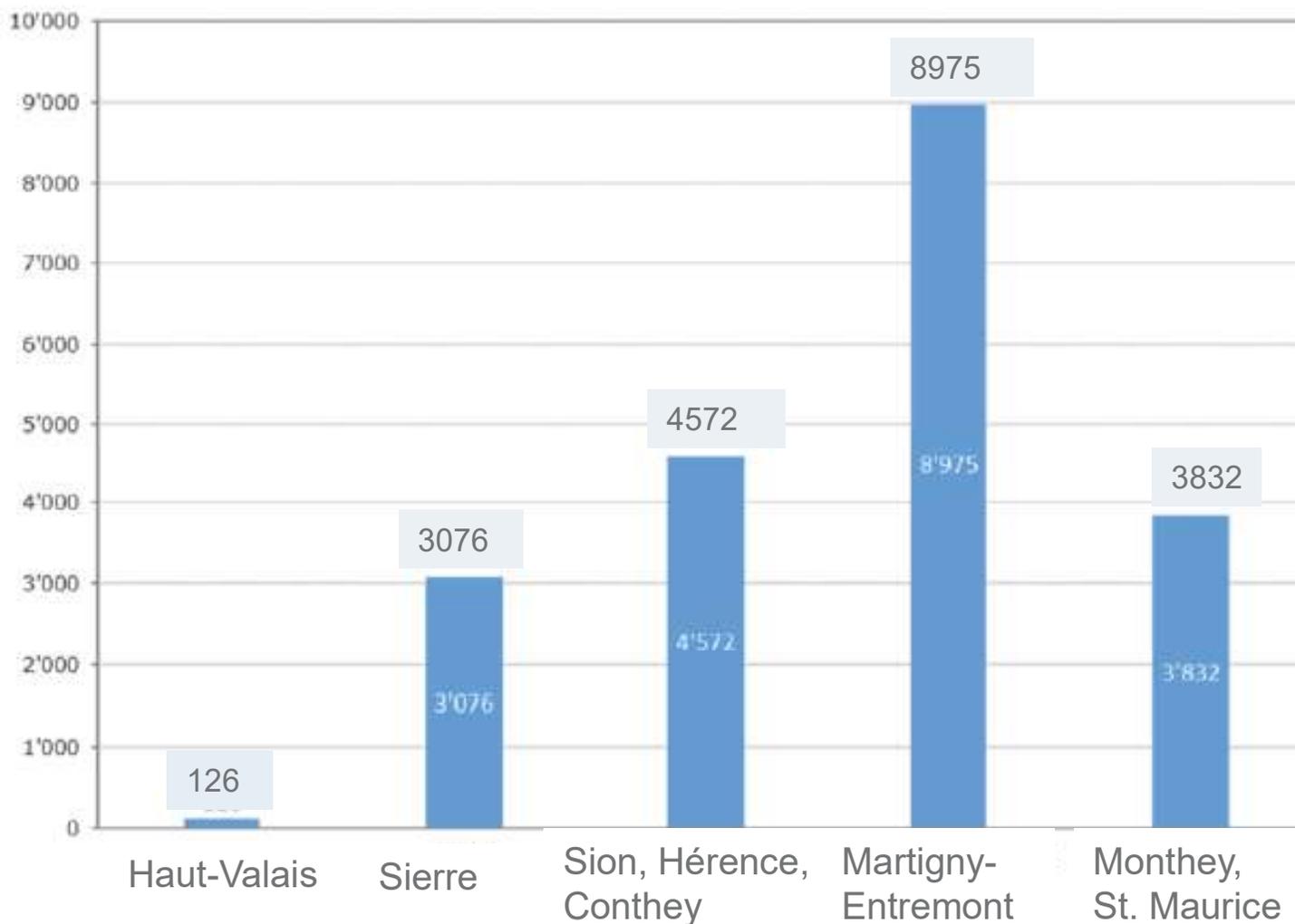


Conditions-cadres

# Valais : Possibilités d'allègement inégales

Structures de jour et de nuit disponibles

(Source : Soins de longue durée en Valais, Service de la santé publique 2019)



# Champs d'action

Politique, communes, cantons, société civile, ...

- **Logement** : adapté à l'âge, financièrement supportable ; intégré socialement
- **Possibilités de prise en charge à domicile** : aide et soins ambulatoires réglés, service de repas, aide à domicile, services de transport, ...
- **Information, conseil** : coordonné au niveau communal/régional ; aperçu des offres locales (points de contact et d'information)
- **Proches aidants** : soutien, conseil, décharge (structures de jour, etc.)
- **Voisinage, participation sociale** : communautés de soutiens, interlocuteurs sociaux, lieux de rencontre, plateformes numériques
- **Technologies modernes** : systèmes d'appel d'urgence, «smart homes», moyens de communication ; éducation numérique
- **Participation** des personnes âgées dans toutes les décisions qui les concernent
- **Lignes directrice du 3ème âge**

# Trois exemples de bonnes pratiques

# Information, conseil, soutiens coordonnés pour les personnes âgées

Habitation avec services - Vicino Casa, Lucerne

<https://www.vicino-luzern.ch/>

**Membres** : Alzheimer, Caritas, Pro Senectute LU, aide et soins à domicile, CRS, églises, ville de Lucerne, pharmacies, ...

**Offre** : aide administrative et technique, aide ménagère, soins et assistance, service de transport, service d'accompagnement, téléphone d'urgence 24h/24, ...

Du willst ...

... solange wie möglich in der vertrauten Wohnumgebung  
... die Kontakte zu deiner Nachbarschaft wahren  
... in deinem Quartier dein Leben gestalten  
... dann ist «Vicino Casa» die Lösung!

Wer schaut  
täglich, ob es  
mir gut geht?

An wen ka  
notfalls in  
oder am W  
wenden?

**Vicino Casa t'offre les services suivants :**

- Accès exclusif à un numéro de téléphone 24h/24 pour toutes les situations d'urgence
- Des propositions de solutions personnalisées pour répondre à tes besoins
- Contrôles de sécurité préventifs (par ex. prise de contact quotidienne)
- Assurer les soins aux animaux et aux plantes ainsi que le service d'apport et de retrait (courses, poste, pharmacie, etc.) en cas de situation d'urgence
- Conseils sur l'habitat afin de rendre le quotidien plus sûr et plus agréable grâce à des adaptations judicieuses
- Prise de contact personnelle

Ces services d'aide sont facturés 60 CHF par mois.

# Participation, lignes directrice 3eme âge, information, coordination, soutien

"Vieillir en Singine", FR

<https://www.programmsocius.ch/projekte/sensebezirk/projektbeschreibung>

## **19 communes :**

Lignes directrices pour le 3eme âge et service de coordination commun (2019)

## **1 objectif :**

permettre aux personnes âgées de vivre le plus longtemps possible de manière autonome à leur domicile.

- Coordination des prestations et comblement des lacunes de l'offre,
- Promotion de l'entraide ainsi que de l'accompagnement et des soins axés sur les besoins.
- Le centre d'accueil et de mise en réseau coordonne, informe et conseille.
- Plate-forme "sensemobil", fournit des services de transport.

# Aide de voisinage

Petite, fine et exactement là où il faut

## Accompagner :

Médecin/administration/thérapie/coiffeur  
Aide aux transports publics  
Promenades/petites randonnées  
courses/courrier

## société :

Visites/entretiens/lectures à haute voix  
Cuisiner/repas en commun  
Soulagement des proches aidants  
Théâtre/concert/cinéma

## Ménage :

En cas d'absence : appartement/courrier/plantes  
Bricolage/petits travaux de jardinage  
Assistance technique : téléphone/téléphone portable/TV/ordinateur/appareils électriques

## Enfants :

Encadrement et soutien

## Administration :

Travaux de rédaction formels  
Soutien administratif



L'AIDE ORGANISÉE  
ENTRE VOISINS DANS  
LE HAUT-VALAIS  
unique en son genre

Association fondée en 2018 -  
Initiative Ursula Dellberg, directrice

41 Volontaires  
68 Utilisateurs/trices