

Votre programme d'aide aux employés et à la famille (PAEF) est un service confidentiel de soutien pouvant vous aider à entreprendre une démarche pour effectuer un changement.

Les centres d'hébergement et de soins de longue durée

Choisir un autre mode de vie pour un être cher est un processus qui demande de la réflexion, du temps et de la planification. En raison du vaste éventail d'options, le défi consiste à choisir le type d'hébergement correspondant le mieux à ses besoins. Ces quelques conseils pourraient vous aider.

Qu'est-ce qu'un centre d'hébergement et de soins de longue durée?

Il s'agit d'une résidence sous supervision permanente d'infirmières, offrant également des programmes de loisir, des soins personnalisés et des services de professionnels de la santé sur appel.

Certains établissements intègrent aussi des programmes de réadaptation et des services de pharmacie ou de laboratoire ainsi que des étages réservés aux soins médicaux d'urgence, tandis que d'autres offrent une aile de haute sécurité pour les résidents souffrant de la maladie d'Alzheimer ou atteints de démence.

Planifier et obtenir de l'information

Parlez-en à la personne que vous aimez. Emménager dans un établissement de soins de longue durée représente un changement de vie majeur, pour vous et l'être cher. Plusieurs choix s'offrent à vous, qu'il s'agisse de la dimension de l'établissement, de son emplacement, du coût de l'hébergement ou des services offerts. Il existe aussi de nombreuses options en ce qui concerne les repas, les services de santé, les soins infirmiers et les activités de loisirs.

Dressez une liste de ce qui pourrait l'intéresser dans sa nouvelle résidence. Il pourrait s'agir d'activités planifiées (excursions d'une journée, travaux d'artisanat, cours hebdomadaires de musique, etc.), de renseignements sur le logement et les services disponibles. Sa participation au processus de décision, dans la mesure du possible, contribuera à soulager l'anxiété de chacun. Si vous lui donnez l'occasion d'exprimer ses désirs, il aura l'impression d'exercer un certain contrôle sur les nouveaux arrangements concernant son hébergement.

Effectuez vous-même une recherche. Lorsque vous choisissez un établissement de soins pour aînés, il est important de prendre votre temps. Demandez des dépliants publicitaires, faites des appels, explorez les sites Web et parlez à des amis ou des membres de votre famille qui ont déjà vécu une situation similaire. Voici des questions à poser :

- Quelles sont les compétences du personnel? Reçoit-il une formation continue?
- Combien de plaintes l'établissement a-t-il reçues? Ont-elles été réglées?
- De quelle façon les urgences médicales sont-elles gérées? Avez-vous un médecin sur demande?
- Renseignez-vous au sujet de la dernière inspection ou du renouvellement de l'agrément du centre. Demandez une copie du rapport d'inspection ou de l'agrément.

Recueillez le plus de renseignements possible sur chacun des établissements et voyez lequel correspond le mieux aux besoins de l'être cher.

Consultez son médecin. Certains établissements exigent dans leur processus d'admission un examen médical récent. Avec le consentement de l'aîné, prévoyez une visite chez son médecin de premier recours afin de vous aider à déterminer les soins dont il aurait besoin. Ces derniers pourraient être non requis, légers ou exiger une attention particulière et comprendre, par exemple, la distribution par le personnel infirmier de médicaments délivrés sur ordonnance ou autres soins.

Demandez des explications sur les coûts. Les coûts varient d'un établissement à l'autre. Demandez au directeur du programme de soins offerts aux résidents ce qui est inclus ou non dans les coûts. La nourriture, les excursions, les soins infirmiers et autres soins de santé sont-ils inclus? Le coût de l'hébergement peut-il être payé comme un loyer mensuel ou bien faut-il payer plusieurs mois à l'avance? Le directeur devrait aussi vous mentionner s'il existe des frais supplémentaires pour d'autres services, par exemple un abonnement à une revue ou à un journal, les services téléphoniques et le nettoyage à sec.

Planifiez une visite. Avant de prendre une décision, visitez plusieurs établissements afin d'avoir une meilleure idée de chacun d'entre eux. En plus de vérifier l'état physique des lieux, il est important de parler aux membres du personnel et aux résidents pour mieux palper l'atmosphère en général. Demandez à quelques résidents leur opinion sur l'établissement.

Renseignez-vous sur les règlements et les politiques de l'établissement. Demandez une copie du contrat ou de l'entente d'admission. Lisez attentivement le document afin de connaître tous les règlements de l'établissement.

Renseignez-vous sur les heures de visites, le respect de la vie privée des résidents, les possibilités de sortir la personne que vous aimez et demandez si les enfants et les animaux sont admis dans l'établissement lors des visites. Si vous comprenez bien les politiques de l'établissement (surtout en ce qui concerne les visites), il vous sera plus facile de rester en contact avec l'être cher.

Faciliter la transition

Concrètement, il se peut que le déménagement dans un établissement de soins prolongés soit un traumatisme pour tout le monde. Quand le jour J sera enfin arrivé, il y a de fortes chances que vous ressentiez un mélange de soulagement et de culpabilité. Votre parent âgé, pour sa part, risque d'être inquiet ou déprimé. Il n'y a probablement rien qui puisse réduire le stress du déménagement. Cependant, vous pouvez rendre le processus plus harmonieux et faciliter l'adaptation pendant les premiers jours.

- Déterminez exactement ce dont l'aîné pourrait avoir besoin dans sa chambre. Si possible, déménagez son fauteuil préféré ou d'autres objets qu'il aime; cela sera pour lui très réconfortant.
- Conseillez votre parent dans le choix de photos ou d'autres petits souvenirs de son domicile et de sa famille qu'il conservera dans sa chambre.
- Étiquetez tous ses vêtements à son nom. Essayez d'éviter de choisir des vêtements qui coûtent cher ou qui sont uniques, car ils peuvent se perdre.
- Dressez une liste des choses que votre parent aime et n'aime pas, y compris les aliments et les boissons.
- Rédigez une brève description à son sujet afin que les membres du personnel sachent ce qu'il faisait dans la vie, les choses dont il est fier, etc. Soulignez ce qui distingue cette personne qui va vivre avec eux.

© 2026 Morneau Shepell ltée. Votre programme ne comprend pas nécessairement tous les services décrits dans ce site. Veuillez consulter la documentation de votre programme pour plus d'information. Pour une assistance immédiate, composez le 1 844 880 9137.

Au cours des premiers jours suivant le déménagement, il existe d'autres moyens de manifester votre soutien et de vous assurer que l'aîné se sent bien dans sa nouvelle résidence :

- Faites connaissance avec l'infirmière principale ou le chef d'équipe de l'étage.
- Organisez une rencontre avec le médecin et les autres membres du personnel de santé de l'étage afin d'obtenir des réponses à vos questions et d'échanger des renseignements concernant votre parent.
- Faites connaissance avec les membres de la famille des autres résidents afin d'offrir votre soutien.
- Lors de vos visites, offrez à votre parent du temps de qualité. Concentrez-vous sur ses forces et les bons souvenirs ou bien faites ce qu'il faut pour qu'il se sente bien.
- Si vos moyens vous le permettent, obtenez un soutien supplémentaire. Par exemple, quand vous ne pouvez le faire, rémunérer une personne qui accompagnera l'aîné lors d'une promenade ou s'assoira avec lui pour parler.
- Conservez l'équilibre dans votre vie et n'oubliez pas vos propres besoins.
- Attendez-vous à une période d'adaptation. Dans les premiers jours, il y a de fortes chances que votre parent soit troublé par le déménagement. Faites preuve de patience et offrez-lui du soutien et de l'enthousiasme. Faites-lui savoir que vous serez toujours là pour lui (ou pour elle).
- Essayez de ne pas vous attarder à vos sentiments de culpabilité. Souvenez-vous que la culpabilité, la colère et la frustration sont des réactions normales à une situation dont vous n'êtes pas responsable. Acceptez ce qui est inévitable et efforcez-vous de gérer cette nouvelle situation avec le plus d'enthousiasme possible.

Si vous croyez qu'un parent âgé devrait vivre dans un centre d'hébergement de soins de longue durée, cette décision devra être planifiée. Assurez-vous d'effectuer une bonne recherche sur les établissements qui pourraient lui convenir. Et, surtout, maintenez une bonne communication entre vous et l'aîné afin d'être certain que ses intérêts fondamentaux sont bien servis.