

**«Proches aidants...
une aide colossale
pour notre société...
un rôle à reconnaître
et valoriser. »**

Jean-Christophe Schwaab
Parrain des proches aidants
de la Croix-Rouge vaudoise

**«Les proches
aidants, ces héros
de l'ombre...»**

Rosette Poletti
Marraine des proches aidants
de la Croix-Rouge vaudoise



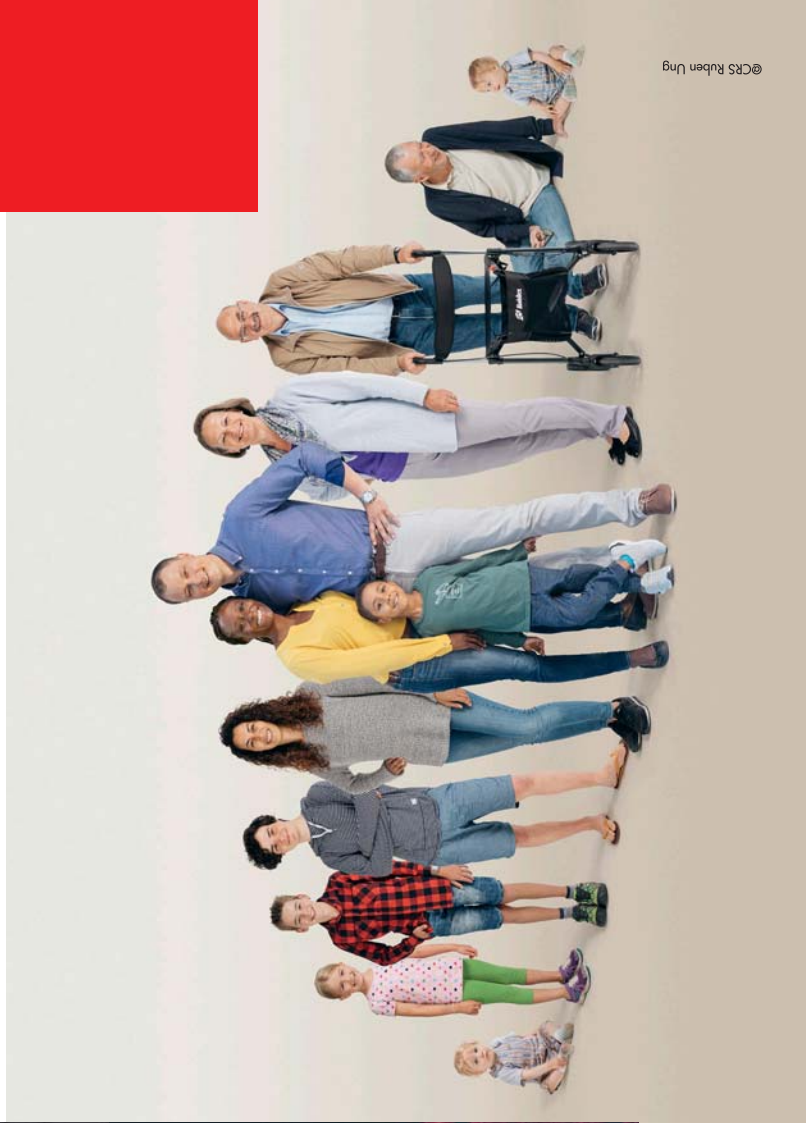
EDUQUA



© C. Spoerri

Croix-Rouge vaudoise

Prestations de soutien aux Proches Aidants



©CRS Ruben Ung

Renseignements et contact :

Du lundi au vendredi: 8h00 -12h00 /13h30 -16h30

Croix-Rouge vaudoise Association cantonale
de la Croix-Rouge suisse

Rue Beau-Séjour 9-13

Case postale 5683 – 1002 Lausanne

Tél. 021 340 00 70

Fax 021 320 66 73

info@croixrougevaudoise.ch

www.croixrougevaudoise.ch

Octobre 2017/CRV

canton de
vaud

**proches
aidants**

Croix-Rouge vaudoise
Association cantonale de la Croix-Rouge suisse



Prendre soin de l'autre ... en prenant soin de soi

Beaucoup d'entre nous sont des proches aidants

Un proche aidant est une personne qui consacre de son temps au quotidien auprès d'un proche atteint dans sa santé et/ou son autonomie. Il assure à titre non-professionnel, de façon régulière et pour une durée indéterminée, une présence ainsi qu'un soutien pour l'aider et assurer sa sécurité. Ce proche peut être quelqu'un de notre **famille**, un **ami** ou un **voisin**.

Ce « partenaire » indispensable du maintien à domicile a besoin de reconnaissance et de soutien. Traverser des moments de doute ou risquer l'épuisement sont des étapes normales dans ce type de situation.

La Croix-Rouge vaudoise est là et propose un éventail de prestations spécialement développées pour vous apporter des solutions :

- + Assistante Croix-Rouge pour prendre soin de vos enfants
- + Cours & formations
- + Interventions de bénévoles à domicile



Parents-Rescousse

Un proche, votre partenaire, ou l'un de vos enfants requiert des soins particuliers et une attention continue? Cette situation peut bouleverser la gestion de votre quotidien.

Le Service Parents-Rescousse a été conçu pour répondre aux besoins urgents des familles qui traversent des difficultés personnelles et se retrouvent momentanément indisponibles pour s'occuper pleinement de leur enfant bien portant.

La Croix-Rouge vaudoise mandate à domicile un/e Assistante Croix-Rouge qui prend le relais des parents. Cette personne veille sur l'enfant, effectue les soins d'hygiène, joue avec lui, prépare les repas. Si nécessaire, elle l'accompagne à l'école, à la garderie et surveille les devoirs.

Pour être accessible à toutes et tous, le tarif de cette prestation est calculé selon le revenu net de la famille.



Des astuces pour aider sans s'épuiser

des ateliers utiles pour augmenter l'efficacité de votre aide, en protégeant votre santé

Nos formations abordent les problématiques des activités de proches aidants en quatre points :

+ L'engagement du proche aidant

Ce cours propose un partage d'astuces afin d'aider avec plus d'efficacité tout en évitant l'épuisement. Vous renforcerez ainsi la capacité de choisir l'aide que vous apportez.

☑ Les sessions ont lieu pendant le mois de mars.

+ L'accompagnement lors des soins et des déplacements

Apprenez à prendre soin de votre proche et de vous-même : protégez votre dos lors de l'aide aux déplacements et disposez de moyens efficaces pour les soins corporels.

☑ Les sessions se tiennent au mois de juin.

+ La communication avec mon proche

Découvrez les bases d'une communication et d'une relation apaisée avec votre proche. Certaines techniques de communication en situation de handicap sensoriel et de troubles cognitifs seront abordées.

☑ Les sessions sont organisées au mois de septembre.

+ La fin de vie

Ce cours aborde les thématiques de l'accompagnement en fin de vie et de la spiritualité.

Comment concilier fin de vie et sérénité ?

☑ Les sessions sont organisées au mois de novembre.

Chaque formation est composée de trois sessions (3X3 heures) et peut être suivie indépendamment l'une de l'autre.



Une relève bénévole le temps de respirer

Les personnes qui vous sont chères sont entre de bonnes mains

La présence d'un bénévole à domicile permet aux proches aidants de prendre un peu de temps pour souffler et se ressourcer. Notre prestation se veut complémentaire aux offres de relève professionnelle existantes.

Les bénévoles ont suivi une formation de plusieurs jours centrée sur l'accompagnement, la relation et la prévention des risques d'accident.

La prestation est gratuite.