



L'accompagnement après 55 ans : l'aîné·e et son parcours de vie



Devenir un senior c'est passer dans un âge qui est émaillé de changements : arrêt de l'activité en atelier ou en espace de jour; passage à l'âge de la retraite...

Pour les proches aidant·e·s, il faudra accompagner cette transition dans les domaines des soutiens financiers, de la santé et de la vie quotidienne : rythme de vie, occupations, loisirs, liens sociaux. Et ce tout, en tenant compte de son propre vieillissement. Ci-dessous un pense-bête pour vous soutenir dans toutes ces démarches sans vous oublier.

Accompagnement de la vie de l'aîné

- Accompagner à vivre les deuils, les pertes, les réactions familiales, les ruptures, les ennuis de santé, la baisse de performance...
- Accompagner la personne aidée pour garantir une bonne qualité de vie et des relations sociales en lien avec son projet de vie
- Assurer le relai dans la gestion des dossiers administratifs, fiscaux et financiers (trouver une personne de confiance)
- Établir un dossier Junorah pour l'accueil en espace de jour, foyer pour les Aînés, ou autre
- Renforcer l'aide à domicile en cas de maintien à domicile : Nomad, ASAdom, etc

Accompagnement de la fin de vie

- Accompagner et soutenir la fin de vie de la personne aidée
- Savoir anticiper pour le bien-être de la personne aidée : choix du lieu de vie
- Gérer les deuils, les pertes, la baisse de performance, les réactions familiales
- Participer à la gestion de fin de vie de la personne aidée et envisager de déléguer certaines tâches que celle-ci implique : soins, tâches administratives, juridiques, financières

Besoins de la personne proche aidante :

- *Le·la proche aidant·e vieillit : penser à l'énergie qui n'est plus la même...*
- *Gérer son stress, mais aussi rester lucide sur ses capacités d'accompagnement et ses limites*
- *Bénéficier de conseils pour organiser et prévoir cette période de la vie de la personne aidée à domicile ou ailleurs*
- *Bénéficier d'une formation de type "derniers secours"*
- *Bénéficier d'écoute et de soutien à la prise de décision, et aux inévitables changements à faire accepter*
- *Bénéficier de périodes de répit régulières et planifiées (accueil complet ou à temps partiel)*