

Qu'est-ce qu'on entend par répit flexible ?

Résultats d'une recherche-action

OBJECTIF DE CETTE RECHERCHE-ACTION :

Compléter l'offre de services disponibles en mettant en place un **service de répit flexible** destiné aux personnes proches aidantes (PPA) de personnes âgées présentant un début de troubles neurocognitifs qui requièrent une présence et une surveillance sur le territoire des MRC de Rimouski-Neigette et de La Mitis.

RÉSUMÉ :

À partir de 12 entrevues réalisées auprès de personnes proches aidantes ayant bénéficié de ce service entre l'automne 2024 et l'automne 2025, cette infographie vise à préciser la nature de la composante **flexible** du service et à expliciter en quoi celle-ci répond au besoin de soutien des PPA.

CONTEXTE :

Cette recherche-action est réalisée dans le cadre et avec le soutien financier de la démarche *Bien vieillir chez soi*. Pour en savoir plus, consultez le site: vieillirchezsoi-bsl.org/



PROFIL DES PERSONNES PROCHES AIDANTES (N=12):

Genre :



= 10 (F)



= 2 (H)

Âge :

Âge moyen de 70 ans.

Lien avec la personne
aînée :

Dans 58,3% des cas, il s'agit du conjoint ou de la conjointe (n=7), et dans 41,7%, il s'agit de la mère ou du père (n=5).

Heures consacrées au rôle de PPA (par semaine) :

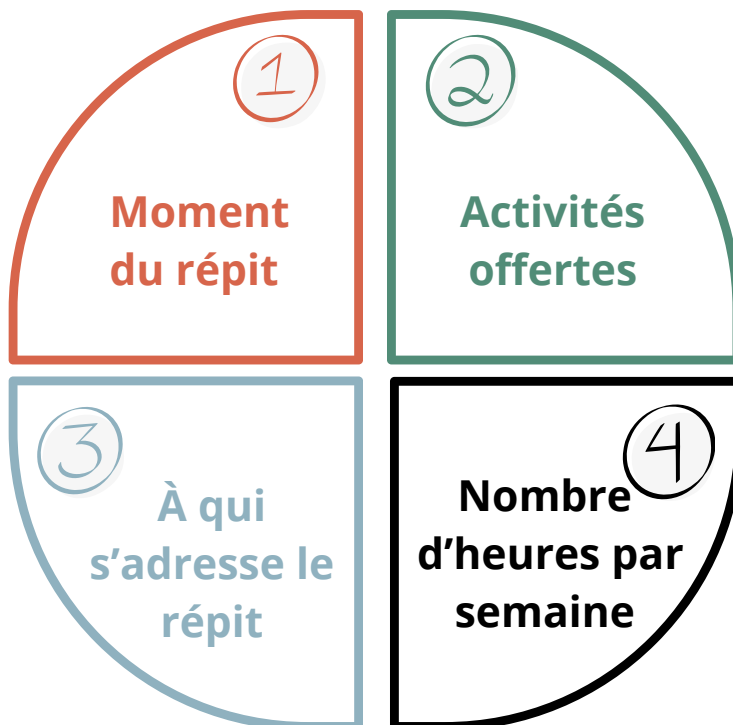


10h et -	: 16,7 %
11 à 20h	: 25 %
21h et +	: 58,3 %



QU'EST-CE QU'ON ENTEND PAR RÉPIT FLEXIBLE ?

La flexibilité du service a été conçu selon 4 composantes :



Perception des PPA à l'égard des 4 composantes :

La flexibilité recherchée par les PPA, quant au moment de répit :

- 1) Avoir du répit, à **des jours différents à chaque semaine**.
- 2) Avoir la possibilité de **changer le moment de répit à la dernière minute**, en cas d'imprévu et/ou de maladie.

La flexibilité recherchée par les PPA, quant aux activités offertes :

- 1) La variété des **activités offertes rend le service plus adapté et plus en adéquation avec les besoins** des PPA.

Exemples d'activités offertes :



Aller faire des commissions



Faire des activités de stimulation



Présence et surveillance



Accompagnement à des rendez-vous



Moments d'échanges

La flexibilité recherchée par les PPA, quant à qui s'adresse le répit :



Dans la moitié des situations (n=6), les visites de répit étaient réalisées en présence de la personne aînée et de la PPA, tandis que dans l'autre moitié des cas, le temps de répit était consacré exclusivement à la personne aînée.

1) Pour les PPA, le fait d'avoir la possibilité de **s'intégrer ou non au moment de répit constitue une plus-value.**

- La simple présence d'une personne bénévole pour échanger avec la personne aînée et la PPA constitue en soi un moment de répit.
- La possibilité de pouvoir sortir à l'extérieur du domicile en étant en toute confiance représente un réel moment de répit.

La flexibilité recherchée par les PPA, quant au nombre d'heures de répit :



Dans le cadre de cette recherche-action, les PPA ont bénéficié en moyenne de 1,6 heures de répit par semaine.

Bien que cette aide soit appréciée, plusieurs PPA souhaiteraient pouvoir **bénéficier, à l'occasion, de périodes de répit plus longues**, leur permettant de s'absenter toute une journée.

Centre intégré
de santé
et de services sociaux
du Bas-Saint-Laurent

Québec



CIRUSSS

UQAR

CENTRE
D'Action BÉNÉVOLE
DE LA MITIS

CONTACT

Pour rejoindre l'équipe de recherche :

Marie-Hélène Morin, T.S, Ph.D. (chercheuse principale)

marie-helene_morin@uqar.ca

418-723-1986 poste : 1246



Note de breffage rédigée par Sara Gosselin, agente de recherche, Chaire CIRUSSS (UQAR).

Gosselin, S., Morin, M-H., Filion, M-J., Dubé, J., Legoupil, P., Ouellet, M., Dionne, D., Massé, S., Deschênes, G., Boulay, L. et Rioux, L.(2026).