

### QUI PEUT FAIRE APPEL À UNE GARDE ?

**Cindy :** A la base, c'est une demande de la famille qui souhaite lâcher prise car cela devient difficile à supporter et à gérer. En fonction de leurs besoins, on les oriente vers une aide familiale, une garde à domicile ou une aide-ménagère.

**Sandy :** Souvent, c'est une population vieillissante, qui doit continuer à travailler mais qui doit tout de même s'occuper de sa famille. Avec la perte d'autonomie, les personnes peuvent manifester la volonté de rester chez soi. Or, cela représente un investissement personnel conséquent pour la famille qui fait alors appel à nous.

**Louise :** La famille peut avoir besoin de prendre du temps pour soi et nous confier la personne pendant des courses ou autre. Tant la famille que la personne sont rassurés qu'on soit là, nous sommes peut-être la seule personne avec qui ils parleront sur la journée ou sur plusieurs jours.

### QUE PRÉFÉREZ-VOUS DANS VOTRE MÉTIER ?

**Sandy :** Le fait de pouvoir donner et aider les autres. Quand ils sont bien, je suis bien.

**Louise :** Le relationnel ! Nous avons beaucoup plus de temps à consacrer aux personnes par rapport aux cliniques et aux maisons de repos. Les gens sont heureux de rester chez eux grâce à nous et la famille a pu faire ce qu'elle avait à faire sereinement.

**Cindy :** J'ai d'abord travaillé en crèche puis en maison de repos. Je ne me sentais pas à l'aise d'aller si vite avec les gens alors que les personnes âgées ont besoin de temps. Et puis l'enrichissement est grand ! Ces gens ont vécu tellement de choses qu'on ne peut pas apprendre dans les livres. Par notre présence, on veille à redonner de la vie. Le fait de prendre le temps d'écouter leurs souvenirs permet aux personnes de stimuler leur mémoire et de bénéficier d'empathie, que la famille n'avait peut-être plus la patience d'offrir.

### QUE DIRIEZ-VOUS À QUELQU'UN QUI HÉSITE À FAIRE APPEL À UNE GARDE À DOMICILE ?

**Cindy :** Tester, c'est l'adopter ! *(rires)* Notre but est que la personne garde son autonomie. Nous sommes là pour les aider mais pas pour faire les choses à leur place. On les stimule en permanence et on prend le temps avec eux.

**Louise :** Les aidants peuvent se relâcher pendant que nous nous occupons de leurs proches, c'est un renouveau. Franchissez-le pas, sans culpabiliser !

**Sandy :** Le public ne connaît pas ou a une mauvaise image de la garde à domicile. Ils ne se rendent pas compte du bénéfice que cela peut avoir sur leur quotidien. On nous dit souvent qu'on aurait fait appel à nous beaucoup plus tôt « si on avait su » !

### Nos affiliés nous font confiance...

« Le premier contact avec la CSD a été absolument positif. Nous avons rencontré une dame charmante, sensible et chaleureuse. Elle a réussi à tenir conversation avec mon compagnon qui est d'un naturel taiseux et assez méfiant devant la nouveauté, et il m'en parle encore aujourd'hui avec beaucoup de bonheur. »

