

Une journée pour sortir de l'ombre



Les proches aidants accomplissent par amour et parfois par obligation, un travail précieux. © KEYSTONE

02.11.2021

La sixième journée intercantonale des proches aidants leur a permis de se retrouver à Fribourg samedi

ZOÉ LÜTHI

Interview » Un peu de temps pour eux et pour se faire entendre: voici ce que proposait l'association **Proches aidants Fribourg (PA-F)** à plus d'une centaine de personnes concernées par la journée intercantonale des proches aidants samedi. Sandrine Pihet, présidente de l'association depuis 2018, a accueilli une audience record à l'Ancienne Gare de Fribourg.

Qui sont les proches aidants?

Sandrine Pihet: Des amis, des parents, des voisins, souvent des femmes, qui prennent soin d'une personne vulnérable dans leur entourage. C'est une implication substantielle sur plusieurs mois, souvent plusieurs années.

Les proches aidants accomplissent par amour, et parfois par obligation, un travail précieux. Cela décharge non seulement le système de santé, mais permet un accompagnement très personnel qu'un professionnel n'est pas en mesure de fournir. Ils sont des soutiens émotionnels et sociaux formidables. Chacun d'entre nous est susceptible d'avoir besoin d'un proche aidant ou d'en devenir un.

Quelle est la mission de l'association Proches aidants Fribourg?

Nous soutenons les proches aidants en leur facilitant l'accès aux informations relatives à leur situation et à celle de la personne qu'ils aident. Nous assurons notamment une meilleure collaboration au sein d'un réseau de professionnels de la santé. Ce sont des gens qui font passer les besoins de quelqu'un avant les leurs, sans forcément s'en rendre compte. Nous leur offrons des espaces d'écoute et de soutien, tels que la hotline Proch-écoute, mise en place il y a un an. Nous envoyons aussi une newsletter trimestrielle à nos membres, et nous organisons de petits événements au cours de l'année pour eux.

Pourquoi une journée des proches aidants?



Pour leur dire merci, leur offrir de la reconnaissance pour ce qu'ils font pour la société et qu'ils se sentent moins seuls. Mais aussi pour qu'ils puissent échanger avec des représentants politiques et sanitaires afin d'amorcer des changements nécessaires. Ça peut être très frustrant et lourd d'endosser ce rôle.

Ça peut être très frustrant et lourd d'endosser ce rôle.

Sandrine Pihet

A quels types de défis font-ils face?

Il y en a beaucoup, dont les moments de transition. Lorsqu'un adolescent devient majeur, il n'a plus accès à une structure adaptée. Tout ce que ses parents ont construit est à repenser. Ce travail n'est pas toujours reconnu. Tous les proches aidants ne remplissent pas les critères d'indemnisation, qui ciblent surtout les soins. Les proches aidants peuvent toucher 25 francs par jour au maximum, mais certains ne touchent rien du tout. On leur dit qu'ils ne font pas assez, alors qu'ils font déjà tellement!

Comment la pandémie a-t-elle influé sur le quotidien des proches aidants?

Beaucoup ont soudainement réalisé que s'ils tombaient malades, ils n'avaient pas de solution pour la personne dont ils s'occupent. Ça fait peur. Les mesures sanitaires les ont particulièrement isolés. Ils craignaient aussi d'infecter leurs proches vulnérables. Leur charge en a été décuplée.