



Mental Health Commission of Canada / Commission de la santé mentale du Canada



amiquébec  
Agir contre la maladie mentale / Action on mental illness

## Les proches aidants dans les milieux de travail

### Webinaire sur les milieux de travail

Ella Amir, Ph. D., M.BA.	Directrice générale, AMI-Québec
Carol Plathan	Responsable des horaires, Université Concordia
Samantha Kolapak, M.P.P.	Agente de transmission du savoir, Commission de la santé mentale du Canada

26 mars 2014, 12 h à 13 h



Mental Health Commission of Canada / Commission de la santé mentale du Canada



amiquébec  
Agir contre la maladie mentale / Action on mental illness

## Oratrices

		
<b>Samantha Kolapak</b>	<b>Ella Amir</b>	<b>Carol Plathan</b>
Commission de la santé mentale du Canada	AMI-Québec	Université Concordia

/2

## Programme

1. Les proches aidants au Canada
2. Définitions et importance
3. Répercussions psychologiques et physiques, financières, sur l'emploi
4. Soutien destiné aux proches aidants
5. Création de milieux de travail souples
6. Expérience personnelle d'un proche aidant

*N'hésitez pas à poser des questions tout au long des exposés. Veuillez écrire vos questions dans la case réservée au clavardage à la droite de l'écran.*

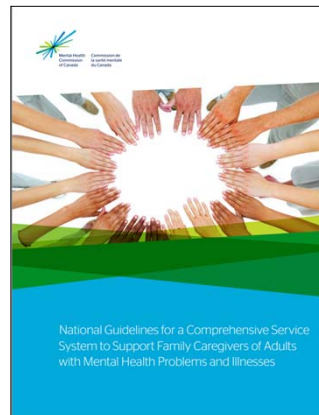
/ 3

## Être proche aidant au Canada

Les proches aidants sont des ressources précieuses.

La [Stratégie en matière de santé mentale pour le Canada](#) réclame davantage de soutien pour les proches aidants et une plus grande reconnaissance de leur rôle pour les aider :

1. à s'occuper d'une personne ayant un vécu expérientiel de la maladie mentale
2. à satisfaire leurs propres besoins puisqu'ils peuvent être accablés par le stress et le chagrin causés par les répercussions de la maladie mentale.



### Directives pour les proches aidants :

<http://www.mentalhealthcommission.ca/Francais/document/8606/directives-pancanadiennes-en-faveur-d%E2%80%99un-syst%C3%A8me-de-prestation-de-services-pour-les-pr>

/ 4



Mental Health  
Commission  
of Canada

Commission de  
la santé mentale  
du Canada

**amiquébec**  
Agir contre la maladie mentale  
Action on mental illness

## Les proches aidants et le budget fédéral de 2014

- Le budget de 2014 annonçait la mise sur pied d'un plan canadien de soutien des employeurs aux aidants naturels. Ce plan propose aux employeurs des moyens efficaces de favoriser la participation des proches aidants au marché du travail.
- Le plan comporte la création d'un groupe d'employeurs chargé de repérer des pratiques en milieu de travail qui procurent un soutien aux aidants naturels.



/ 5



Mental Health  
Commission  
of Canada

Commission de  
la santé mentale  
du Canada

**amiquébec**  
Agir contre la maladie mentale  
Action on mental illness

## Créer des milieux de travail souples

- Des milieux de travail accueillants pour les proches aidants n'aident pas seulement les proches aidants eux-mêmes, mais les employeurs et la société tout entière.
- Que peuvent faire les employeurs?
  - Adopter la norme nationale sur la santé mentale.
  - Se familiariser avec les lignes directrices encadrant les services aux proches aidants et ses recommandations.
  - Adopter des politiques visant à rendre les milieux de travail accueillants pour les proches aidants (congés, horaire de travail souple) pour réduire les risques de perte de revenu attribuable au fait de s'occuper d'un membre de la famille ayant un problème de santé mentale.
  - Offrir un milieu de travail souple (réduire les heures de travail ou modifier les tâches)
  - Fournir de l'information (PAEF, etc.), accorder de l'aide et fournir du soutien émotionnel et autres types de soutien.

/ 6



Mental Health Commission of Canada



Commission de la santé mentale du Canada



amiquébec  
Agir contre la maladie mentale  
Action on mental illness

## Proche aidant

Contrairement aux aidants rémunérés, les proches aidants prodiguent des soins à un conjoint, un enfant, un parent, un membre de la famille étendue ou un ami qui a besoin d'aide en raison de son âge, d'une maladie débilitante, d'une blessure chronique, d'une maladie de longue durée ou d'un handicap.

Les proches aidants offrent divers types de soutien, dont les suivants :

Compréhension du système de santé mentale


Accès aux services

Transport


Plaidoyer en faveur de services

Octroi de soutien social, financier et émotionnel


/ 7



Mental Health Commission of Canada



Commission de la santé mentale du Canada



amiquébec  
Agir contre la maladie mentale  
Action on mental illness

## Importance

- Plus de **8 millions** d'aidants (ce chiffre augmente sans cesse)
  - Soins liés au vieillissement (proche aidant) – 28 %
  - Cancer – 11 %
  - Maladie cardiovasculaire – 9 %
  - Maladie mentale – 7 %
- La plupart des proches aidants sont âgés de 45 à 64 ans (44 %); ils s'occupent de leurs parents (39%); et une légère majorité d'entre eux sont des femmes (54 %)
- 9 % s'occupent de leurs beaux-parents, 8 % d'un conjoint et 5 % d'un enfant

*Source : Statistique Canada, 2012; Canadiens de 15 ans et plus ayant fourni de l'aide à un /<sup>8</sup>membre de leur famille ou à un ami pour un problème de santé de longue durée, une incapacité ou des problèmes liés au vieillissement, 2012.*



Mental Health  
Commission  
of Canada

Commission de  
la santé mentale  
du Canada

**amiquébec**  
Agir contre la maladie mentale  
Action on mental illness

### **Pas si, mais quand**

- Familles plus petites et plus dispersées
- Davantage de femmes sur le marché du travail
- Report du mariage et des enfants
- Report du départ à la retraite
- Vieillesse de la population
- Augmentation de l'espérance de vie, augmentation du taux de personnes handicapées
- Problèmes de ressources humaines dans le secteur rémunéré



/ 9



Mental Health  
Commission  
of Canada

Commission de  
la santé mentale  
du Canada

**amiquébec**  
Agir contre la maladie mentale  
Action on mental illness


### **Les proches aidants :**

- Prennent en charge plus de la moitié des coûts totaux des soins à domicile
- Prodigent des soins non rémunérés d'une valeur annuelle de plus de 5 milliards de \$
- En 2009, on a estimé à plus de 25 milliards de \$ la contribution économique des proches aidants
- Permettre aux gens de demeurer plus longtemps à la maison; compléter les services offerts dans les établissements de soins.




*Sources: Fast et coll., 2011; Chappell et coll., 2004; Hollander et coll., 2009; CHPCA The Way Forward, 2013*

/ 10



Mental Health  
Commission  
of Canada

Commission de  
la santé mentale  
du Canada

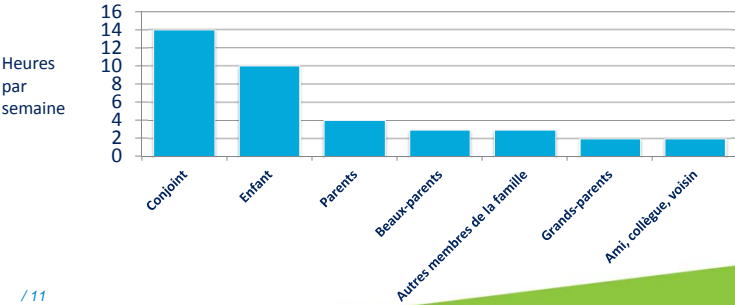


ami québec  
Agir contre la maladie mentale  
Action on mental illness

Sources: <http://www.statcan.gc.ca/daily-quotidien/130910/dq130910a-fra.pdf>  
<http://www.statcan.gc.ca/pub/75-006-x/2013001/article/11858-fra.pdf>


## Intensité

- Plus de temps consacré à s'occuper d'un enfant ou d'un conjoint malade ou handicapé.
- 17 % des proches aidants consacrent plus de 20 heures/semaine aux soins qu'elles prodiguent contre 11 % chez les proches aidants.




Catégorie	Heures par semaine (approx.)
Conjoint	14
Enfant	10
Parents	4
Beaux-parents	3
Autres membres de la famille	3
Grands-parents	2
Ami, collègue, voisin	2

/ 11



Mental Health  
Commission  
of Canada

Commission de  
la santé mentale  
du Canada



ami québec  
Agir contre la maladie mentale  
Action on mental illness

## Répercussions

- 1. Santé – psychologique et physique**
  - Répercussions les plus marquées pour les personnes qui s'occupent d'un enfant ou d'un conjoint.
- 2. Finances**
  - Un proche aidant sur cinq (19 %) a reçu du soutien financier en 2012.
  - Les proches aidants d'un enfant (28 %), d'un conjoint (20 %) et d'un père ou d'une mère (7 %) ont éprouvé des difficultés financières.
- 3. Emploi**
  - Plus des trois quarts des proches aidants occupent un emploi et la plupart d'entre eux travaillent à temps plein.
  - La Saskatchewan, le Québec et les industries de régie fédérale offrent la protection d'emploi aux personnes devant prendre un congé de plus de 12 jours.

/ 12

## Les fardeaux des proches aidants ne se ressemblent pas

- Les répercussions pour les proches aidants et les attentes à leur égard varient
- L'expérience de chacun est difficile à quantifier
- Fardeau objectif ou fardeau subjectif

### Exemples :

#### Démence



- Les soins quotidiens à prodiguer représentent au moins 46 heures par semaine; prévalence élevée de dépression.

#### Santé mentale

- Responsabilités fréquemment de longue durée ou s'étendant sur toute une vie; la stigmatisation accroît les défis à relever pour les proches aidants.

Sources : Schultz et coll., 2003; Veltman et coll., 2002

/ 13

## Pourquoi est-il important de soutenir les proches aidants?

- Les proches aidants peuvent faciliter le rétablissement et améliorer la qualité de vie et la participation aux activités communautaires.
- Un soutien adéquat peut atténuer le stress que subissent souvent les proches aidants.
- Les soins et le soutien non rémunérés qu'offrent les proches aidants enrichissent notre système de santé et de services sociaux et seraient très coûteux s'il fallait les remplacer par des services rémunérés.

Source : Directives pancanadiennes en faveur d'un système de prestation de services pour les proches aidants d'adultes ayant une maladie mentale, CSMC, 2013.

/ 14



Mental Health  
Commission  
of Canada

Commission de  
la santé mentale  
du Canada

**ami québec**  
Agir contre la maladie mentale  
Action on mental illness

## Être un proche aidant, un rôle gratifiant

- Un soutien adéquat peut faire davantage que de réduire les risques; il peut rendre le rôle de proche aidant encore plus gratifiant.
- Quelque **9** proches aidants sur 10 ont dit trouver leur rôle gratifiant.
- Quelque **7** proches aidants sur 10 ont également dit que leurs liens avec le membre de leur famille dont ils s'occupent s'étaient resserrés.



/ 15

Un soutien adéquat est essentiel



Mental Health  
Commission  
of Canada

Commission de  
la santé mentale  
du Canada

**ami québec**  
Agir contre la maladie mentale  
Action on mental illness

## Profil professionnel de Carole

- Travaille à temps plein, milieu de travail comptant quelque 7 000 employés
- Doit être remplacée en cas d'absence
- Employée syndiquée
- Sa convention collective lui assure 5 jours de congés en cas d'urgence
- Régime de congés annuels assez souple

/ 16



## Profil de proche aidante de Carole

- S'occupe seule de deux adultes :
  - Fils adulte souffrant de schizophrénie et de toxicomanie
  - Mère âgée atteinte de démence



/ 17

## Interaction travail/rôle de proche aidant

- Le quotidien
- Les rendez-vous
- Problèmes découlant de l'ordonnance du tribunal
- Hospitalisations d'urgence
- Hospitalisations de longue durée
- Crises imprévisibles découlant de la psychose



/ 18

### Points forts de l'employeur et améliorations proposées

- Régime de congés annuels souple
- Importance du travail d'équipe
- Importance accordée à l'empathie
- Permet le travail à la maison au besoin (l'employé peut ainsi faire du « rattrapage »)

/ 19

### Place à l'amélioration

- Les points forts sont fonction du superviseur.
- Nécessité d'horaires de travail plus souples.
- Nécessité d'insister davantage sur le travail d'équipe au sein des services administratifs.
- Accroître les dispositifs visant à soutenir les aidants (et l'employeur du même coup)
- Nécessité de changement d'attitudes pour refléter le caractère tout à fait « normal » des besoins des aidants (Ne pas oublier que la plupart d'entre nous sommes ou serons des aidants à un moment dans notre vie!)

/ 20

### Les employeurs doivent faire participer les proches aidants à la mise en œuvre de la Norme dans le milieu de travail

- La société tout entière, y compris les secteurs public et privé, doit collaborer à la réalisation d'une vision en ce qui touche le soutien à accorder aux proches aidants au Canada.
- La Norme est un guide et une référence pour les employeurs.
- La Norme aidera les employeurs à soutenir les personnes devant concilier responsabilités professionnelles et soins à prodiguer à un membre vieillissant de la famille ou à des amis.

**Avantages :** la santé physique et mentale des employés a des chances de s'améliorer; la satisfaction au travail et le rendement professionnel ont aussi des chances d'augmenter.

/ 21

### Participez à la discussion

Communiquez. Contribuez. Collaborez.



La plateforme de collaboration en ligne est un espace d'échange et un référentiel en ligne portant sur la santé mentale au Canada. Discutez de santé mentale avec les utilisateurs et publiez vos impressions en ligne. Plus vous contribuerez, plus cet outil gagnera en robustesse!

<http://www.mentalhealthcommission.ca/Francais/mhcc-collaborative-spaces>

TWITTER : @MHCC\_ #SantéMentaleAuTravail #normeCad

/ 22



**amiquébec**  
Agir contre la maladie mentale  
Action on mental illness

## Merci

Renseignements : [skolapak@commissionsantementale.ca](mailto:skolapak@commissionsantementale.ca)

Site Web : [www.commissionsantementale.ca](http://www.commissionsantementale.ca)

Suivez-nous sur :    

Français: <http://www.mentalhealthcommission.ca/Francais/workinar>

Les opinions exprimées aux présentes sont celles de la Commission de la santé mentale du Canada.  
La production de ce document a été rendue possible grâce à la contribution financière de Santé Canada.