

UN GUIDE INCONTOURNABLE POUR LES PROCHES AIDANTS



**AVANCER EN ÂGE
GUIDE D'ACCOMPAGNEMENT
POUR LE MAINTIEN À DOMICILE**

Jean-Luc Héту
GROUPÉDITIONS ÉDITEURS (info@groupepditions.com)
ISBN 978-2-923656-03-8
158 PAGES, 19,95 \$

La majorité des personnes âgées vivent à domicile et ont recours au soutien de leurs proches. Groupéditions Éditeurs vient de publier un guide qui a été pensé et conçu pour les proches aidants des personnes âgées ainsi que pour les aînés : *Avancer en âge – Guide d'accompagnement pour le maintien à domicile.*

L'auteur, un spécialiste réputé en gériatrie, a préparé ce guide de façon à les aider à mieux affronter certaines réalités incontournables, telles **la relation parents âgés/enfants adultes ; les déclin sensoriels ; la dépression ; la maladie ; les atteintes à l'intégrité ; le deuil.** L'auteur a reçu de nombreux témoignages de personnes âgées et de proches aidants qui, au terme de la lecture d'extraits de l'ouvrage, ont tenu à lui faire part de leur appréciation. En voici deux exemples :

- *Une femme dont le conjoint de 75 ans a un cancer non traitable me dit : «Je ne lui parle pas de sa maladie, parce que ça va le faire pleurer.» L'un et l'autre s'isolent donc dans le silence. Après le décès, la dame ne parle pas de son deuil à sa fille, car celle-ci ne sait pas comment réagir. Je lui remets une copie de mes «Points de repère à l'intention des personnes aux prises avec un deuil», et elle me dit par la suite que ça l'a beaucoup aidée et qu'elle a fait lire ce document à sa fille.*
- *Un homme de quatre-vingts ans s'occupe pendant trois ans de son épouse atteinte d'Alzheimer, sans aucune connaissance des enjeux en présence et avec un stress croissant. Lorsqu'il entend finalement parler de la maladie, il me confie : «Si j'avais su ça avant, j'aurais été beaucoup plus patient avec elle et j'aurais mieux su comment la prendre.»*

L'auteur de l'ouvrage, Jean-Luc Héту, possède une maîtrise en Psychologie (Université de Sherbrooke) et en Counseling (Syracuse University). Il est aussi l'auteur de nombreux ouvrages, dont *Psychologie du vieillissement – comprendre pour intervenir* et *La relation d'aide*. Il a collaboré pendant plusieurs années au Certificat de gérontologie de l'Université du Québec en plus de donner un grand nombre de conférences sur le vieillissement.

**AVANCER EN ÂGE – GUIDE D'ACCOMPAGNEMENT
POUR LE MAINTIEN À DOMICILE**

ISBN 978-2-923656-03-8 – 158 PAGES, 19,95 \$

Jean-Luc Héту

www.groupepditions.com/avancer-en-age-guide-d-accompagnement-pour-le-maintien-a-domicile.html

PAGES SUIVANTES : BON DE COMMANDE ET RÉSUMÉ DÉTAILLÉ DU LIVRE

BON DE COMMANDE

PLACEZ VOTRE COMMANDE :

PAR TÉLÉPHONE : 514-461-1385

PAR TÉLÉCOPIEUR : 514-461-1386

PAR COURRIEL : info@groupepitions.com

PAR LA POSTE : C. P. 88030, LONGUEUIL (QC) J4H 4C8

OU EN CLIQUANT DIRECTEMENT SUR NOTRE SITE WEB (paiement sécurisé) :

www.groupepitions.com/avancer-en-age-guide-d-accompagnement-pour-le-maintien-a-domicile.html



AVANCER EN ÂGE – GUIDE D’ACCOMPAGNEMENT POUR LE MAINTIEN À DOMICILE

ISBN 978-2-923656-03-8 – 158 PAGES, 19,95 \$

VEUILLEZ ME FAIRE PARVENIR :

QUANTITÉ _____ PRIX : 19,95 \$/ch., plus TPS 1,00\$ = 20,95 \$

FRAIS DE LIVRAISON : 6,95 \$ (nombre illimité d’exemplaires)

NOM : _____

ADRESSE : _____

_____ CODE POSTAL _____

___ Ci-joint : Chèque ou mandat à l’ordre de GROUPEPITIONS

___ Veuillez me facturer

Signature

Date



C. P. 88030, LONGUEUIL (QC) J4H 4C8

TÉLÉPHONE : 514-461-1385

TÉLÉCOPIEUR : 514-461-1386

COURRIEL : info@groupepitions.com

Veillez noter que cet ouvrage est aussi disponible en librairie

PAGES SUIVANTES : VOIR LE RÉSUMÉ DÉTAILLÉ PAR CHAPITRE

RÉSUMÉ DU GUIDE



Avancer en âge

Guide d'accompagnement pour le maintien à domicile – pour les aînés et les proches aidants

Auteur : Jean-Luc Héty

Éditeur : GROUPÉDITIONS ÉDITEURS

ISBN 978-2-923656-03-8, 158 pages, 19,95 \$

1. Entretenir ses contacts - Les réseaux de soutien

Le guide établit la correspondance entre la qualité du réseau de soutien de la personne âgée et sa qualité de vie, et on y présente cinq habiletés à développer pour améliorer son réseau : l'empathie, la capacité de s'exprimer, la gratitude, l'habileté à négocier, et la capacité de pardonner et de s'excuser.

2. Gérer la relation parent âgé/enfant adulte

On y présente d'abord les motifs fréquents d'insatisfaction de la personne âgée à l'endroit de ses enfants, ce qui pourra aider à sensibiliser les proches à ces points délicats. On offre aussi des points de repère aux enfants lorsqu'un de leurs parents est en perte d'autonomie, ou lorsqu'il est très âgé. On fait de même pour les contacts entre frères et sœurs vieillissants.

3. Faire le bilan de sa vie

L'une des tâches développementales majeures à la vieillesse consiste à *mettre de l'ordre* dans son passé et à se réconcilier avec son parcours, de manière à pouvoir aborder sereinement par la suite les défis qui restent. On présente les étapes de la relecture de vie et on montre brièvement comment les proches peuvent faciliter cette démarche.

4. Faire face aux déclin sensoriels et cognitifs

On décrit les déclin sensoriels et leur impact et on donne des conseils lorsque l'acuité auditive décline et que la vue baisse. On aborde brièvement le déclin des aptitudes cognitives et surtout de la mémoire, et l'on termine avec des suggestions pour améliorer sa mémoire.

5. Composer avec la dépression

On présente le phénomène de la dépression chez la personne âgée, puis on fait des suggestions concernant sa prévention et sa détection, ainsi l'accompagnement d'une personne déprimée.

6. Composer avec la maladie d'Alzheimer

Après avoir décrit la maladie et les étapes de sa progression, on en formule les enjeux majeurs et on offre des points de repère pour les soignants.

7. Composer avec une maladie chronique

Ayant campé à grands traits la dynamique de la maladie chronique, on présente quatre stratégies d'adaptation permettant de maintenir une vie saine et satisfaisante.

8. Prévenir les atteintes à son intégrité

Au menu : négligence et abus; principales manifestations des quatre catégories d'abus; l'infantilisation et ses formes; les facteurs de risque; des indices pour le dépistage et des conseils pour la prévention.

9. Vivre ses deuils

Le deuil y est présenté comme un ensemble de tâches : reconnaître la perte, réagir à la séparation, revivre sa relation avec le défunt et développer une nouvelle relation avec lui. On présente aussi les indices d'un deuil compliqué pour lequel un suivi sera nécessaire.

10. Cheminer vers sa mort

On énumère les tâches du mourant : admettre la réalité de l'imminence du décès, mettre ses affaires en ordre, prévoir l'avenir immédiat, revoir sa vie et intégrer les expériences non finies, et faire ses adieux. On formule aussi les tâches des proches et celles des intervenants.

Annexe 1 – Un guide pour revoir notre vie

Cette section offre des questions propres à susciter une relecture de vie. Ces questions couvrent les secteurs suivants : la famille d'où je viens; (s'il y a lieu) mon couple et la famille que j'ai fondée; l'école, le travail et moi; mon image corporelle, ma sexualité et ma santé; mes amis, mes ennemis... et les autres; l'argent et moi; la perte de mes proches, de mes trésors et de mes rêves; ma façon de voir *la* vie et de voir *ma* vie.

Annexe 2 - Points de repère à l'intention des personnes aux prises avec un deuil

Le guide se termine avec 23 points de repère destinés à permettre à une personne endeuillée de progresser dans son parcours et de le mener à terme.

www.groupeditions.com/avancer-en-age-guide-d-accompagnement-pour-le-maintien-a-domicile.html