



Pour Marie-Claire Bottinelli qui s'occupe de son mari atteint d'alzheimer, le soutien de Pro Senectute et d'Edwige Perraudin (à g. sur la photo) est précieux.

# Les proches aidants peuvent aussi être aidés

La Valaisanne Marie-Claire Bottinelli, qui s'occupait jusqu'ici, seule, de son mari atteint de la maladie d'Alzheimer, a fini par demander du soutien à Pro Senectute. Récit d'une situation d'urgence.

« C'est un rôle terrible, que je ne suis plus en mesure d'assumer seule! » Les mots choisis par Marie-Claire Bottinelli pour décrire sa fonction de proche aidant traduisent l'urgence teintée d'épuisement dans laquelle elle s'est retrouvée. Cette habitante de Praz-de-Fort, en Valais, a en effet assumé, sans soutien externe, cette fonction aussi importante que contraignante, durant des années.

Son histoire personnelle nous ramène en effet en 2006, année où son mari est victime d'un AVC. Mais la situation se péjorera fortement, il y a deux ans, quand on diagnostiquera à ce dernier la maladie d'Alzheimer. « Cet épisode m'a forcée à baisser mon taux de travail à 70%, afin de passer plus de temps à son côté, souligne cette femme de 56 ans. Je

me levais vers 6 heures le matin pour lui préparer son repas et ses médicaments avant d'aller travailler. Durant mon absence, il lui est arrivé de faire sauter le système électrique ou de s'oublier, mais c'était encore gérable. » Jusqu'à ce jour de septembre 2020, où un nouveau coup du sort s'abat sur le couple. Monsieur, 71 ans, fait une crise d'épilepsie. « A partir de là, plus possible de le laisser seul, note-t-elle. Il n'est d'ailleurs même plus en mesure d'utiliser un téléphone. » Marie-Claire Bottinelli emprunte l'image d'un enfant en bas âge dont il faut s'occuper en permanence pour expliquer ce qui est désormais son quotidien.

Cette situation inextricable la conduit à chercher de l'aide, en l'occurrence auprès de Pro Senectute. « Le plus dur, c'est certainement d'être seule pour tout

gérer », poursuit-elle. Pourquoi n'a-t-elle pas demandé du soutien avant? « Cela fait un moment que je suis en relation avec Pro Senectute, mais mon mari a toujours mis les pieds au mur, répond-elle. Sa maladie fait qu'il déteste les changements. Il lui est déjà arrivé de mettre une infirmière à la porte! Les aides-soignantes vont devoir se montrer patientes. » A l'heure où nous parlons avec Marie-Claire Bottinelli, soit la mi-septembre, le système de garde est tout juste en train de se mettre en place. Au soulagement se mêle donc un peu d'appréhension. « De toute façon, il n'y avait pas d'alternative, puisque je dois continuer de travailler, explique-t-elle. Et je ne pouvais quand même pas le placer dans un EMS, car il se serait laissé mourir. »

Corinne Cuendet

Ce cas d'espèce en cache malheureusement de nombreux autres. « Les proches aidants sont généralement obligés de porter sur leurs épaules la responsabilité de leurs proches dépendants, ce qui, à la longue, peut être très pesant, constate Edwige Perraudin, assistante sociale à Pro Senectute Valais. Ils attendent d'ailleurs souvent d'être dans l'urgence avant de demander de l'aide. Beaucoup de personnes ne savent d'ailleurs pas vers qui se tourner. » Pro Senectute est précisément un interlocuteur de choix en matière d'accompagnement. « Nous informons sur ce qui existe, nous faisons les démarches pour les gens qui n'en ont plus la force et, suivant comment, nous pouvons aussi proposer des appuis financiers, énumère la professionnelle. Les maladies cognitives sont généralement les plus difficiles à gérer,

« Sans elle, je ne sais pas ce que j'aurais fait, car, dans cette maladie, on n'est pas beaucoup aidée »

MARIE-CLAIRE BOTTINELLI, PROCHE AIDANTE



car la personne touchée dans sa santé ne se rend pas compte qu'elle s'agrippe plus que de raison à l'aidant, qui représente en quelque sorte sa bouée de sécurité. Ce sont des périodes très compliquées à gérer, durant lesquelles des vies sont chamboulées. »

Marie-Claire Bottinelli a pleinement profité des prestations offertes par Pro Senectute. « Madame Perraudin a été un ange, avoue-t-elle. Sans elle, je ne sais pas ce que j'aurais fait, car, dans cette maladie, on n'est pas beaucoup aidée. Elle a notamment pris de mes nouvelles et m'a aussi aidée à obtenir une prime d'impotence partielle. »

La dimension financière a, bien évidemment, un impact direct sur la vie des proches aidants. « Un accompagnement à la journée est rémunéré à l'heure et n'est pas remboursé par l'assurance, déplore Marie-Claire Bottinelli. De fait, même quand je vais faire les courses, je n'ai pas l'esprit totalement tranquille, dans la mesure où je sais que je paie dans un même temps une dame pour garder mon mari. Mais il faut que je m'y fasse, c'est comme ça. » Marie-Claire Bottinelli conserve malgré tout l'espoir de pouvoir, un jour, prendre du temps pour elle, chose qu'elle n'a plus faite depuis bien longtemps...

FRÉDÉRIC REIN

Pro Senectute œuvre pour le vivre ensemble des jeunes et des aînés. Depuis plus de 100 ans, nous sommes aux côtés des personnes âgées et de leurs proches.

Soutenez-nous :  
CP 87-500301-3

IBAN CH91 0900 0000 8750 0301 3

## PRO SENECTUTE GENÈVE A DÉMÉNAGÉ

On pourrait parler d'un changement (nécessaire) dans la continuité. En déménageant de la Maladière à Vigne Rouge, route de Saint-Julien 5B, l'antenne genevoise de Pro Senectute s'offre en effet des locaux à la hauteur des enjeux du vieillissement et de la croissance des demandes qu'elle reçoit (6175 en 2019). « Nous allons désormais pouvoir fournir des prestations dans un cadre sécurisant et garantir un accueil de qualité aux seniors, se réjouit Joël Goldstein, directeur de l'association. Ce n'était plus le cas dans nos anciens locaux exigus, occupés depuis trente-trois ans. » Plus accessible aux seniors, ce lieu de 940 mètres carrés permet aussi de réunir, sous un même toit, la consultation sociale, l'administration, le soutien aux proches et le service technique, jusqu'ici répartis sur trois sites. Autre force de ce projet: la proximité avec le public cible du foyer de jour « Le Caroubier », géré par Pro Senectute Genève. En outre, les travailleurs sociaux bénéficieront d'une actualisation des systèmes informatiques, qui leur permettra de faire des consultations à domicile, tout en se connectant à distance. Bref, des changements profitables à tous.

**PRO  
SENECTUTE**  
PLUS FORTS ENSEMBLE

**CORONAVIRUS: UN SEUL NUMÉRO NATIONAL POUR PRO SENECTUTE: 058 591 15 15**

### BIENNE

Rue Centrale 40 CP 940  
2501 Bienne  
biel-bienne@be.prosenectute.ch  
Tél. 032 328 31 11  
Fax 032 328 31 00

### FRIBOURG

Passage du Cardinal 18  
CP 169 1705 Fribourg 5  
info@fr.prosenectute.ch  
Tél. 026 347 12 40  
Fax 026 347 12 41

### GENÈVE

Route de Saint-Julien 5B 1227 Carouge  
info@ge.prosenectute.ch  
Tél. 022 807 05 65

### TAVANNES

Chemin de la Forge 1 2710 Tavannes  
prosenectute.tavannes@ne.ch  
Tél. 032 886 83 80  
Fax 032 886 83 89

### DELÉMONT

Centre d'action sociale des aînés  
Ch. du Puits 4 CP 800  
2800 Delémont  
prosenectute.delemont@ne.ch  
Tél. 032 886 83 20  
Fax 032 886 83 19

### NEUCHÂTEL

Bureau régional Neuchâtel  
Rue de la Côte 48a  
2000 Neuchâtel  
prosenectute.ne@ne.ch  
Tél. 032 886 83 40  
Fax 032 886 83 41

### LA CHAUX-DE-FONDS

Rue du Pont 25  
2300 La Chaux-de-Fonds  
prosenectute.cf@ne.ch  
Tél. 032 886 83 00  
Fax 032 886 83 09

### VAUD

Rue du Maupas 51  
1004 Lausanne  
info@vd.prosenectute.ch  
Tél. 021 646 17 21  
Fax 021 646 05 06

### VALAIS

Siège et centre d'information  
Rue de la Porte-Neuve 20 1950 Sion  
info@vs.prosenectute.ch  
Tél. 027 322 07 41  
Fax 027 322 89 16