

Messages clés

Les messages clés suivants ont été créés pour aider le public et les organisations à répondre à des questions simples sur la Journée nationale des proches aidants 2020. Veuillez utiliser ces messages lorsque vous vous adressez aux médias, dans vos infolettres ou sur votre site Internet pour aider à diffuser les messages et veiller à ce que les aidants naturels reçoivent le soutien et la reconnaissance appropriés, particulièrement en cette période d'instabilité et d'inquiétude.

QUI SONT LES PROCHES AIDANTS?

Les proches aidants (aussi appelés aidants ou aidants naturels) sont des membres de la famille, des amis, des voisins ou d'autres personnes importantes pour la personne aidée, qui offrent des soins gratuitement aux personnes ayant des problèmes de santé de longue durée, une incapacité physique ou mentale ou des difficultés liées au vieillissement.

QU'EST-CE QUE LA JOURNÉE NATIONALE DES PROCHES AIDANTS?

Le premier mardi du mois d'avril a été unanimement désigné par les membres du Parlement du Canada pour reconnaître le travail gratuit « invisible ». Cette journée, aussi connue sous le nom de *Journée nationale des proches aidants*, marque le début* de notre reconnaissance officielle des proches aidants et de leur contribution précieuse aux personnes aidées, à nos collectivités et à notre économie. En 2020, la Journée nationale des proches aidants tombe le 7 avril.

QU'EST-CE QUE LA CAMPAGNE « CHAQUE MINUTE COMPTE »?

Chaque minute compte permet de poser une action collective pour les proches aidants et de reconnaître leur importance pour les Canadiens. Si vous offrez votre aide au proche aidant dans votre vie, ou si vous faites partie d'une organisation qui soutient les proches aidants, le temps que vous donnez peut avoir un impact positif sur leur vie.

VU LA SITUATION ACTUELLE, POURQUOI CONTINUER DE CÉLÉBRER LA JOURNÉE NATIONALE DES PROCHES AIDANTS?

Cette Journée nationale des proches aidants arrive dans une période d'incertitude et d'inquiétude. En plus de tout ce qu'ils et elles font déjà pour les autres, les aidants naturels doivent maintenant faire face aux conséquences de la COVID-19 sur les personnes vulnérables et les plus à risque de nos collectivités. Maintenant plus que jamais, nous devons penser à nos proches aidants et montrer notre soutien.

Nous sommes conscients que tout le monde est affairé à la gestion de la crise, mais nous choisissons de diffuser notre message pour nous assurer que les proches aidants sont pris en compte dans la planification et bénéficient d'un soutien adéquat.

* Nous travaillons tous ensemble, pendant toute l'année et d'un océan à l'autre, à faire reconnaître officiellement le travail et l'importance des proches aidants au Canada. De nombreux événements témoignant de notre gratitude envers les proches aidants se tiennent le premier mardi d'avril en Ontario, qui célèbre pour sa part le *Jour des aidants naturels*. En Alberta, en Colombie-Britannique et en Nouvelle-Écosse, la reconnaissance grimpe d'un cran avec le *Mois de sensibilisation sur le rôle des proches aidants* qui dure tout le mois de mai. Québec ajoute sa touche finale aux célébrations avec la *Semaine nationale des proches aidants*, qui se tient pendant la première semaine de novembre.



COMMENT LE PUBLIC ET LES ORGANISATIONS PEUVENT-ILS SOUTENIR LES PROCHES AIDANTS?

[Voir le résumé graphique des manières dont le public et les organisations peuvent donner du temps aux proches aidants]

Chaque minute compte favorise les activités de sensibilisation et les actions axées sur les cinq besoins universels des proches aidants :

- Préserver la santé et le bien-être des proches aidants;
- Minimiser le fardeau financier des proches aidants;
- Permettre un accès convivial à l'information et à l'éducation;
- Créer un environnement de travail/d'éducation flexible qui respecte les obligations des proches aidants;
- Accumuler des données probantes sur les proches aidants pour favoriser la prise de décisions fondées sur des preuves.

QUELLES SONT LES DIFFÉRENTES MANIÈRES DE PARTICIPER À LA CAMPAGNE?

Bien que notre public cible constitue les fournisseurs de soins de santé et les proches aidants qui subissent la pression supplémentaire découlant de la COVID-19, nous souhaitons faciliter l'accès pour tout le monde à notre documentation, disponible sur demande sur le site Web de carerscanada. Nous vous encourageons tous et toutes à participer dans la mesure de vos capacités.

1. **Expo virtuelle sur les proches aidants : Apprenez comment les gens donnent du temps aux proches aidants et voyez à quel point chaque minute compte**

Au lieu du programme prévu de diffusion en direct, tout le contenu sera diffusé sur demande pour que les gens puissent y avoir accès au moment souhaité. Le 7 avril, visitez notre site Web pour voir comment différentes organisations donnent de leur temps pour soutenir les proches aidants. Vous pourrez entendre des témoignages des proches aidants expliquant comment le temps que vous donnez peut avoir une incidence sur leur vie.

2. **Chronomètre global : Montrez-leur qu'ils sont importants pour vous**

Proches aidants au Canada a rejoint la campagne de sensibilisation mondiale Time Counts, menée par Embracing Carers, pour soutenir les aidants naturels du monde entier.

Aidez-nous à ajouter 100 000 minutes au chronomètre global en affichant le temps que vous accordez aux proches aidants pour montrer leur importance. Dès le 30 mars, prenez un engagement en minutes à carerscanada.ca

3. **Nous sommes tous et toutes dans le même bateau : Faites passer le mot**

Aidez-nous à passer le mot et montrer comment vous accordez du temps aux proches aidants en utilisant les mots-dièses #Procheaidantconscient2020 et #JournéeNationaleDesProchesAidants dans vos publications sur les médias sociaux, et aidez les gens à participer.

QUELLE IMPORTANCE REVÊT VOTRE ENGAGEMENT À DONNER DU TEMPS?

Même si l'opinion publique et les programmes politiques s'intéressent de plus en plus au bien-être des aidants naturels, il y a plus à faire. Votre engagement prouvera l'importance de notre travail de promotion du bien-être des proches aidants au Canada en **montrant l'importance que vous accordez aux proches aidants d'un océan à l'autre.**

Les proches aidants sont fiers de pouvoir aider, et en tant que Canadiens et membres de la société, nous sommes fiers de les aider à notre tour. Ensemble, nous croyons que nous pouvons concrétiser notre vision d'un pays qui reconnaît, respecte et soutient le rôle de l'aidant naturel dans la société. **Par notre engagement, nous souhaitons montrer aux proches aidants qu'ils ne sont pas seuls.**

POURQUOI DONNER DU TEMPS POUR SOUTENIR LES PROCHEs AIDANTS?

- Il y a environ 8 millions de proches aidants au Canada, ce qui équivaut à une personne sur quatre. Ces personnes doivent pouvoir rester en santé et préserver leur bien-être tout en offrant des soins.
- Les proches aidants doivent déjà faire face à de nombreux problèmes de santé et de nombreuses difficultés émotionnelles et sociales, particulièrement ceux et celles qui fournissent des soins substantiels. 28 % des proches aidants trouvent qu'il est stressant d'offrir des soins et 19 % indiquent que leur santé physique et émotionnelle en pâtit.
- Bien que la plupart des proches aidants (64 %) passent moins de 10 heures par semaine à offrir des soins, 15 % passent de 10 à 19 heures et 21 % passent 20 heures et plus. Au cours des semaines à venir, les proches aidants risquent de ne pas pouvoir prendre congé ou leurs pauses habituelles en raison du stress.
- Les proches aidants exécutent déjà différentes tâches d'intensité variable plus ou moins exigeantes sur le plan physique et émotionnel. Ils doivent maintenant faire face aux conséquences de la COVID-19 et continuer à répondre aux besoins et à combler les lacunes du système, en l'absence d'une autre solution.
- Même s'ils vont essayer de trouver un équilibre entre les soins et le travail, certains aidants n'y arriveront pas. De nombreux proches aidants ont pris congé (26 %), réduisent leurs heures de travail (15 %), renoncent à des offres d'emploi rémunéré (10 %) ou ont dû démissionner pour prendre soin d'un être cher. Quand l'équilibre entre les soins et le travail est rompu, la perte de productivité engendrée équivaut à un coût de 1,3 milliard pour notre économie.
- Les proches aidants font partie intégrante de notre système de santé (les soins qu'ils offrent gratuitement valent 25 milliards annuellement) et réduisent les coûts de placement en établissement. En temps normal, les proches aidants fournissent déjà 80 % des soins nécessaires aux personnes souffrant de maladies chroniques. S'ils tombent malades à leur tour, ils et elles ne pourront plus offrir de soins.
- La majorité des proches aidants ont entre 45 et 64 ans, et peuvent eux-mêmes souffrir d'une incapacité ou de problèmes de santé de longue durée qui peuvent accroître leur vulnérabilité. Ne pas répondre aux besoins des proches aidants entraîne une baisse de la satisfaction de vivre, une baisse autosignalée de la santé mentale et une augmentation du stress quotidien.