

<b>Zeitschrift:</b>	Magazine aide et soins à domicile : revue spécialisée de l'Association suisse des services d'aide et de soins à domicile
<b>Herausgeber:</b>	Spitex Verband Schweiz
<b>Band:</b>	- (2014)
<b>Heft:</b>	4
<b>Artikel:</b>	Un travail de titan
<b>Autor:</b>	Wenger, Susanne
<b>DOI:</b>	<a href="https://doi.org/10.5169/seals-853001">https://doi.org/10.5169/seals-853001</a>

### Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 01.02.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**



# Un travail de titan

En Suisse, d'innombrables personnes nécessitant des soins à domicile peuvent compter sur l'aide de leurs proches. Mais ces derniers ont eux-mêmes besoin de soutien.

roses est la personne atteinte de démence, tandis que son partenaire est pâle et surmené. Il faut se rendre à l'évidence: soigner des proches est une tâche usante. Pourtant, en Suisse, des dizaines de milliers de personnes dépendantes peuvent compter sur leurs proches, pour la plupart des partenaires ou enfants. Seulement un cinquième des personnes âgées entre 80 et 89 ans vit dans un EMS.

#### Soutien psychique

Ce sont encore et toujours majoritairement les femmes qui soignent les proches. C'est le résultat de l'étude «Swiss Age Care», commanditée par l'Association suisse des services d'aide et de soins à domicile (ASSASD) en 2010/2011. En Suisse romande, un quart des proches aidants sont des hommes; au Tessin, ils sont encore moins nombreux. En Suisse alémanique en revanche, on compte tout de même un tiers d'hommes parmi les proches aidants. Les époux et les fils compensent là où de nos jours, les femmes sont engagées professionnellement et donc moins disponibles. Parmi les aidants, une catégorie a été jusqu'ici à peine visible: les enfants de parents atteints de maladies chroniques ressentent une surcharge et une détresse psychique que l'on devine plus qu'on ne les connaît. En Suisse alémanique, les proches fournissent entre 26 et 60 heures d'aide par semaine; en Suisse latine, ce sont même entre 61 et 99 heures. Le soutien de ces proches est émotionnel et psychique. Ils gèrent les relations sociales et les finances, organisent l'aide, s'occupent des transports et du ménage. C'est seulement ensuite qu'ils fournissent, le cas échéant, des soins proprement dits.

#### Le rôle important des services de maintien à domicile

Cette mission, emplie de sens, peut néanmoins saper leurs propres forces. La responsabilité importante, l'inquiétude permanente et l'isolement social sont sources de stress pour les proches aidants. A un moment donné, les limites propres à chacun sont atteintes, particulièrement si les proches aidants sont déjà âgés ou professionnellement encore actifs, tout en ayant d'autres obligations familiales. Leur engagement se fait alors au détriment de leur santé, comme l'a clairement montré l'étude Swiss Age Care. «L'aide et les soins que les proches fournissent à domicile représentent un travail de titan, fait dans l'ombre», constate Beatrice Mazenauer, secrétaire générale de l'ASSASD. Sans ces prestations gratuites, le coût du service de santé suisse augmenterait de plusieurs milliards. Car sans le soutien des proches, beaucoup de personnes qui nécessitent des soins et continuent à vivre chez eux devraient déménager bien plus tôt dans un établissement médico-social.

#### S'occuper d'un proche: une tâche éprouvante.

Photo: istock

«Trois heures de sommeil ininterrompu, c'est déjà beaucoup», dit le retraité qui se consacre jour et nuit à sa femme, atteinte de démence. «Je me sens comme un extincteur qui réussit systématiquement à éviter le pire», raconte la fille qui s'occupe quotidiennement de ses parents âgés, et se retrouve entre-temps sans travail. Comme l'observe un médecin de famille lors de ses visites à domicile, souvent, la personne soignée aux joues

A l'avenir, avec le vieillissement de la population et l'augmentation des cas de démences, il sera encore plus important d'offrir des soins en suffisance. La plupart des cantons orientent leur système de prise en charge selon le principe «les soins ambulatoires avant les soins stationnaires». Par conséquent, les proches aidants sortent peu à peu de l'ombre pour occuper le devant de la scène politique. Au niveau fédéral, un groupe de travail interdépartemental prépare un rapport sur le sujet. Celui-ci peut être abordé sous plusieurs angles, mais il est évident pour tous qu'il existe entre la branche du maintien à domicile et les proches aidants d'importantes interfaces. Selon Beatrice Mazenauer, le but est «d'impliquer les proches dans le travail, afin de garantir une aide et des soins à domicile de bonne qualité». Le nouveau concept-cadre actuellement en cours d'élaboration à l'ASSASD définit quatre champs d'action: collaborer, soulager, informer, conseiller et soutenir. Beatrice Mazenauer souligne que la branche peut apporter tout son savoir-faire dans le soutien des proches, mais également de plus en plus lors des conseils aux aides-ménagères étrangères. Les cantons devraient donc compenser davantage ces prestations de conseils. Selon Beatrice Mazenauer, le concept a reçu un écho majoritairement favorable lors de la procédure de consultation auprès des associations cantonales. Certains points devraient cependant être encore complétés ou modifiés. Le concept devrait être soumis en novembre à l'assemblée des délégués pour discussion et approbation.

#### **Eviter des pertes au niveau des salaires et des rentes**

Les «filles soignantes» en particulier ont tendance à réduire leur activité professionnelle ou à abandonner leur métier lorsqu'elles s'occupent d'un parent. Cela peut entraîner des pertes de salaire et de rente. Il existe aujourd'hui des possibilités d'atténuer ces pertes, grâce aux bonifications sur le compte de l'AVS pour tâches d'assistance, ou au budget d'assistance de l'AI. Lorsqu'ils réduisent leur activité pour fournir des soins à domicile, les proches aidants de parents nécessitant des soins et ayant droit aux prestations complémentaires peuvent demander une compensation pour perte de salaire. Ce dernier point est souvent ignoré. Sur le plan fédéral, une initiative parlementaire demande une allocation d'assistance pour les personnes qui prennent soin d'un proche. Le canton de Fribourg (voir page 13) paie des indemnités forfaitaires minimales aux proches aidants. Dans d'autres cantons, des organisations d'aide et de soins à domicile rémunèrent les proches aidants. Il est également question d'allégements fiscaux pour ces derniers.

L'Allemagne applique un modèle de prise en charge familiale (Familienpflegezeit) pour concilier activité professionnelle et soins. Il permet de réduire son activité pro-

fessionnelle pendant deux ans pour s'occuper de parents nécessitant des soins sans risquer de perdre son emploi ou son salaire. En Suisse, des efforts au niveau de l'entreprise sont encouragés par l'Institut de recherche Careum et son programme «Work and Care». Ce programme met des instruments pratiques à disposition des responsables RH. Pour décharger les familles, il faut davantage de foyers de jour, des lits de vacances, des services d'urgences, une offre de repas à midi, des habitats encadrés. Les familles doivent savoir à quels services s'adresser. Leur engagement doit également être reconnu. La ville de Berne a montré la voie avec sa campagne «Mein Pflegestar» (ma star des soins) pour remercier les proches aidants. Certains milieux professionnels envisagent de les honorer avec une forme d'attestation qui soulignerait leur engagement et leurs compétences – tel que le «dossier bénévolat» qui atteste des aptitudes du travailleur bénévole.

Susanne Wenger

➤ [www.workandcare.ch](http://www.workandcare.ch)

#### **Journée nationale de l'Aide et des soins à domicile**

swe. Cette année, la journée nationale ASD du 6 septembre aura pour thème les proches aidants. De nombreuses organisations de maintien à domicile montreront comment elles travaillent main dans la main avec les proches aidants et pourquoi notre société ne peut pas se passer de cet immense engagement.

➤ [www.spitex.ch/Pour-clients-clientes/  
Dans-votre-region](http://www.spitex.ch/Pour-clients-clientes/Dans-votre-region)