

# LES GARDES RÉPIT, UNE VÉRITABLE BULLE D'AIR POUR LES FAMILLES !



**Catherine**  
42 ans - Garde Répît  
depuis 6 ans



**Stéphanie**  
43 ans - Garde Répît  
depuis 7 ans



## TARIF HORAIRE:

	Affiliés*	Non-affiliés
De 8h à 20h	4 €/heure	4,50 €/heure
De 20h à 8h Week-end & jours fériés	5 €/heure	5,50 €/heure

**Vous souhaitez obtenir plus d'informations  
sur le Service Garde répît ?**

081/777.100 • [csd.namur@solidaris.be](mailto:csd.namur@solidaris.be) •  
[www.csdnamur.be](http://www.csdnamur.be)

**Les aidants proches d'une personne en situation de handicap peuvent ressentir le besoin de souffler et de prendre un temps de pause. Les Gardes Répît prennent alors le relais. En plus de veiller au bien-être et au confort du bénéficiaire, elles proposent des activités récréatives adaptées aux besoins spécifiques de la personne. Catherine et Stéphanie, Gardes Répît à la Centrale de Services à Domicile, ont accepté de partager avec nous leur quotidien.**

### QUI PEUT FAIRE APPEL À UNE GARDE RÉPÎT ?

**Catherine:** Pour bénéficier de l'aide du Service Répît, la personne doit être en situation de dépendance lourde et qui nécessite la présence d'un aidant proche à domicile. Il faut aussi être enregistré à l'AVIQ ou avoir une allocation de remplacement de revenus d'intégration ou avoir des allocations familiales majorées.

**Stéphanie:** Si la famille rencontre ces conditions, elle peut s'inscrire auprès de la CSD. Une assistante sociale préparera avec la famille un dossier afin de répertorier toutes les informations essentielles concernant le bénéficiaire (type de handicap, informations sur la santé, sorties autorisées...). Pour faciliter la prise en charge, il est possible de prévoir des prises de contact entre le bénéficiaire et la Garde. Ça permet de rassurer autant la famille que le bénéficiaire.

### À QUEL MOMENT FAIRE APPEL À VOUS ?

**C.:** S'ils veulent être disponibles pour les autres, il est important pour les aidants proches de préserver du temps pour eux, des moments pour souffler et sortir de leur quotidien : aller au restaurant en amoureux, voir des amis, aller au cinéma... Ils ont tendance à oublier qu'avant d'être aidants proches, ils sont aussi des êtres humains ! Il ne faut pas attendre d'être en crise, de ne plus « voir le bout du tunnel » pour faire appel à nous.

**S.:** Il y a des personnes chez qui nous allons toutes les semaines, d'autres chez qui c'est une fois par mois. Chaque personne a un rythme différent qu'il faut trouver et respecter.

Nous intervenons, par exemple, dans une famille pour permettre à la maman de se concentrer sur ses tâches ménagères car le handicap de son enfant nécessite au quotidien toute son attention.

#### AU QUOTIDIEN, QUE FAIT UNE GARDE RÉPIT ?

**S. :** Nous faisons des activités artistiques, sportives et récréatives avec le bénéficiaire. Notre métier consiste vraiment à le stimuler, à le garder éveillé. Au niveau de l'hygiène, il nous arrive de devoir faire le change ou une toilette. En fait, la Garde Répit fait autant d'activités au domicile qu'à l'extérieur.

**C. :** C'est vrai que la plupart des gens pensent qu'on reste enfermée au domicile avec le bénéficiaire alors que pas du tout ! En fonction de la situation, on peut faire des expositions, des visites de châteaux ou de musées, des balades dans la nature... Il y a un vrai lien de confiance qui se crée avec le bénéficiaire.

**S. :** Même s'il devient adolescent ou adulte, le parent peut continuer à voir son enfant comme un enfant. Avec le handicap, le parent a tendance à le surprotéger. Mais les besoins et les aspirations changent aussi. La Garde Répit va toujours essayer de trouver de nouvelles activités qui répondent au mieux aux envies et aux potentialités du bénéficiaire.

#### QUELLE EST LA FORMATION D'UNE GARDE RÉPIT ?

**C. :** Notre équipe est composée de profils variés. Chaque garde a des compétences spécifiques. Moi par exemple, j'ai travaillé dans la psychiatrie, d'abord la pédopsychiatrie et ensuite la psychiatrie pour adultes. Stéphanie est puéricultrice de formation. Dans le cadre du Service Répit, on bénéficie toutes d'un accompagnement et d'un suivi spécifique.

**S. :** En fait, il n'y a pas une formation en tant que telle pour être «Garde Répit». Mais nous bénéficions d'une formation continue et d'une formation spécifique sur certains handicaps. Par exemple, nous sommes formées pour l'autisme, la maladie d'Alzheimer, la manipulation des personnes, la gestion de situations de crise, la communication avec les personnes atteintes de déficience mentale...

#### QUELLE RELATION ENTRETIENEZ-VOUS AVEC LA FAMILLE ?

**S. :** Les aidants proches nous font vraiment confiance, ils nous écoutent parce qu'on a une réelle expertise. En plus, la présence d'une Garde Répit permet de débloquer certaines situations. Quand on aide une famille, ce sont en fait tous les services de la CSD dont les bénéficiaires peuvent profiter.

«Même si ce n'est pas facile pour la famille de nous confier leur proche, les aidants ne devraient jamais avoir honte de faire appel à nous !»

**C. :** Tout à fait ! Parce qu'ils ne sont généralement pas au courant de toutes les aides que la CSD peut leur apporter. On les informe aussi sur les

aides financières dont ils pourraient bénéficier auprès des pouvoirs publics pour des aides techniques comme des lits médicalisés, des monte-escaliers ou autres.

#### LE SERVICE RÉPIT DÉVELOPPE DE NOUVEAUX PROJETS ?

**C. :** On développe actuellement l'accompagnement de nos bénéficiaires en milieu hospitalier. Avec la charge de travail qu'ils ont déjà, le personnel infirmier ne sait pas rester en permanence au chevet de la personne en situation de handicap alors qu'elle a des besoins spécifiques. Les familles restent donc généralement 24 heures/24 avec leur proche.

**S. :** Que ce soit pour une hospitalisation comme une pneumonie ou pour une intervention, on prend le relais à l'hôpital pour permettre à la famille de rentrer à la maison. Ça permet de rassurer tout le monde, même le personnel infirmier qui connaît moins bien le handicap que nous ! D'une certaine manière, on les soulage parce qu'on peut se charger de donner les repas par exemple.

