

# LA LIBERTÉ

## Des outils pour les proches aidants

09.01.2020

**Formation » La Haute Ecole de santé de Fribourg organise des cours pour les proches amenés à prendre en charge des malades souffrant de démence.**

Les proches amenés à aider des malades souffrant de démence sont souvent démunis, confrontés à des situations stressantes. La Haute Ecole de santé Fribourg (HEdS-FR) organise des cours pour les soulager. «Il existe déjà dans le canton des lieux qui accueillent les malades pour un moment, permettant aux proches de souffler», remarque Sandrine Pihet, professeure à la HEdS-FR et responsable de ce projet. «Ce que nous proposons est différent: nous leur donnons des outils qu'ils pourront utiliser au quotidien.»

Car la tâche est lourde lorsque l'on accompagne une personne victime d'Alzheimer ou souffrant d'importants troubles de la mémoire. Il faut non seulement gérer ses nombreux oublis, les moments où elle semble perdue mais aussi ses accès de colère ou son agressivité. Sans oublier de veiller à sa sécurité.

«**Apprendre à être mieux...** pour mieux aider.» Tel est le titre du cours en groupes qui commence le 4 mars à Fribourg. Il comptera 7 séances de trois heures chacune. «Nous acceptons au maximum dix personnes par groupe. Et nous axons cette formation sur la pratique, sur des solutions aux problèmes rencontrés au quotidien», explique Sandrine Pihet. Mieux connaître la maladie du proche aidé afin de comprendre ses réactions, découvrir des moyens de

communiquer avec lui ou apprendre des stratégies pour gérer plus facilement les crises font partie des objectifs visés. Selon les chiffres de la Haute Ecole de santé, plus de 4500 personnes souffrent de démence dans le canton de Fribourg, la moitié vivant à domicile avec l'aide d'un à trois proches. Les spécialistes estiment que ce nombre devrait doubler d'ici à 2040. «Un gros enjeu pour nous est de réussir à atteindre les proches aidants qui ont besoin d'aide, note Sandrine Pihet. Dans ce but, nous collaborons avec le Service d'aide et soins à domicile.» **STÉPHANIE BUCHS**

Inscriptions jusqu'au 10 février: 026 429 60 52 ou [sandrine.pihet@hefr.ch](mailto:sandrine.pihet@hefr.ch)

[ECOLE](#)[FORMATION](#)[SANTÉ](#)[TOUS LES TAGS](#)

---