



Le Réseau entre-aidants tient à vous souhaiter une très belle année 2011!

Dans ce numéro du bulletin L'envol :

- Crédits d'impôt pour les proches aidants
- La maladie d'Alzheimer
- Témoignage d'une personne malade

Obtenir un crédit d'impôt pour le soutien d'une personne à domicile

Saviez-vous que vous pourriez obtenir, sous réserve de certaines conditions, des crédits d'impôt des gouvernements fédéral et provincial pour le soutien d'un proche à domicile?Voici un bref aperçu des possibilités. Nous vous conseillons de consulter un professionnel afin de vérifier votre admissibilité et le type de crédit pouvant s'appliquer à votre situation.

Maintien à domicile d'une personne âgée – gouvernement du Québec

Au Québec, il est possible d'obtenir un crédit d'impôt remboursable pour le maintien à domicile d'une personne âgée résidant au Québec et âgée de 70 ans ou plus. Les « dépenses admissibles », payées par un conjoint de moins de 70 ans lorsque l'autre conjoint est âgé de 70 ans, sont acceptées.

Soutien d'un proche parent – gouvernements fédéral et provincial

Un particulier, respectant certaines conditions, peut obtenir un crédit d'impôt pour aidant naturel. Ce crédit est accordé à une personne qui habite à un moment de l'année avec un proche parent, à qui il doit dispenser des soins à domicile. Le crédit ne peut être accordé pour une personne qui ne fait que rendre visite au proche parent. Pour en savoir davantage sur la définition de « proche parent », vous pouvez vous référer aux déclarations de revenus respectives des gouvernements fédéral et provincial.

Services de relève à domicile – gouvernement du Québec

Un particulier admissible qui réside au Québec à la fin de l'année peut bénéficier du crédit d'impôt remboursable en reconnaissance des services qu'il a fournis à un aidant naturel. Les services admissibles, fournis au domicile du bénéficiaire, doivent être non rémunérés. Pour en savoir davantage sur les services admissibles, vous pouvez vous référer à la déclaration de revenus du Québec. Les personnes suivantes ne sont pas admissibles à ce crédit :

- le conjoint du bénéficiaire des soins;
- le père, la mère, l'enfant, le frère ou la sœur du bénéficiaire des soins, de même que leur conjoint.

Crédit d'impôt remboursable pour relève bénévole

Un aidant naturel peut allouer un montant maximal de 500 \$ à titre de crédit d'impôt (pour un maximum de 1000 \$ par année) à un particulier qui lui a fourni bénévolement des services de relève à domicile, pour un total d'au moins 400 heures au cours de l'année.

Crédit d'impôt remboursable pour frais de relève

Un aidant naturel peut bénéficier d'un crédit d'impôt remboursable pour des services spécialisés de relève pour la garde ou la surveillance du bénéficiaire avec qui il habite et qui est atteint d'une incapacité significative. Ce crédit équivaut à 30 % du total des frais qu'il a payés dans l'année, jusqu'à concurrence de 5 200 \$.

Pour en savoir plus - Consultez les sites suivants :

Agence de revenu du Canada – Montant pour aidants naturels

• www.cra-arc.gc.ca/tx/ndvdl/tpcs/ncm-tx/rtrn/cmpltng/ddctns/lns300-350/315/menu-fra.html

Revenu Québec – Maintien à domicile d'une personne âgée

• www.revenu.gouv.qc.ca/fr/citoyen/credits/credits/credit_remb/maintien_domicile/default.aspx

Revenu Québec – Crédit d'impôt pour aidant naturel

• www.revenu.gouv.qc.ca/fr/citoyen/clientele/aines/avantages_fiscaux/hebergement_parent.aspx

Conférence du Réseau entre-aidants :

Crédits d'impôt pour les proches aidants. Offert par le (RAANM), le mercredi 2 mars à 19 h, pour les résidents du Québec.

[cliquez ici pour s'inscrire](#)

Communiquer et interagir avec les personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer

Par Lisa Lacasse, éducatrice spécialisée

Centre de soutien aux aidants naturels - programme de stimulation à domicile

Communiquer avec une personne qui souffre de la maladie d'Alzheimer exige de la patience et beaucoup de compréhension. Pour éviter de vous disputer, essayez plutôt :

- De soutenir votre proche et de lui démontrer de l'intérêt;
- D'utiliser des méthodes non verbales pour le rassurer et le mettre à l'aise, tels que lui sourire, le toucher et interagir à l'aide de contacts visuels;
- De mettre l'accent sur les sentiments et non sur les faits;
- De lui laisser du temps pour accomplir une tâche ou pour répondre à une question et surtout, ne pas l'interrompre;
- De lui parler lentement et clairement;
- De changer les questions en réponses et le négatif en positif;
- D'éviter de questionner votre proche sur son passé ou en utilisant des expressions telles que « Tu ne te souviens pas ... »;
- D'utiliser des repères visuels, comme pointer du doigt ou toucher;
- De porter attention au ton de votre voix; utilisez un ton calme et de faible intensité.

Il est important de comprendre que lorsqu'un comportement difficile survient, la personne n'agit pas de cette façon consciemment, mais réagit plutôt à une des situations suivantes :

- un malaise physique ou de la faim;
- trop de stimulations;
- un environnement inconnu;
- une tâche trop compliquée;
- une situation frustrante.

Mots clés dont il faut se rappeler lorsque l'on interagit avec une personne atteinte d'Alzheimer :

- Donnez-lui le contrôle
- Encouragez-la
- Rassurez-la
- Donnez-lui des réponses positives
- Explorez des idées d'activités (assurez-vous que les activités soient à la mesure de ses capacités)
- Donnez-lui de l'espace
- Offrez-lui votre aide
- Donnez-lui des choix et des options
- Respectez-la.

...suite sur la page 3

Mots clés à ne pas utiliser :
Ne jamais...

- se fâcher
- corriger la personne malade
- dire « Te souviens-tu de...? » ou « Souviens-toi, je t'ai dit... », car il est fort probable que l'aidé ne s'en souviendra pas
- barrer la route au proche et l'empêcher d'aller là où il veut aller
- le pousser à aller là où vous voulez aller.

Pour plus d'informations sur les techniques d'interaction ou des informations sur la façon d'aider une personne atteinte d'Alzheimer ou de démence, consultez les liens suivants :

- http://www.ehow.com/way_5664289_naomi-feil-alzhheimers-dementia-tips.html (en anglais)
- <http://www.alzheimermontreal.ca>

Conférence du Réseau entre-aidants :

Service de répit et d'accompagnement de Baluchon Alzheimer. Offert par la Société d'Alzheimer de Montréal, le mardi 15 février à 14 h, pour les résidents du Québec.

[cliquez ici pour s'inscrire](#)

Le Réseau de la santé et des services sociaux du Québec, comment s'y retrouver? Offert par la Société canadienne de la sclérose en plaques, le mardi 12 avril à 19 h, pour tous les résidents du Canada.

[cliquez ici pour s'inscrire](#)

Témoignage

Par Aubrey Johnson

Il peut être intéressant de lire le témoignage d'une personne aidée. En tant que proche aidant, vous êtes souvent amené à soutenir moralement la personne dont vous prenez soin. Le témoignage suivant nous fait part du parcours psychologique d'une personne malade suite à un diagnostic.

Le point de vue d'une personne souffrant d'une maladie rare, la leucémie myéloïde chronique...

J'ai été diagnostiqué en août 2010 de la leucémie myéloïde chronique (LMC), un cancer du sang incurable et très rare qui rend invalide, mais qui demeure toutefois gérable. Avant de recevoir ce diagnostic terrifiant, je prenais ma vie et ma santé pour acquises, même si je souffrais déjà d'une maladie pulmonaire chronique. Maintenant, la réalité m'amène à composer avec la fatigue, la dépression, le stress physique et psychologique, et les problèmes psychologiques qui sont survenus suite à mon diagnostic, et surtout, je dois composer avec les problèmes qui surviennent à la maison comme accomplir les tâches et les activités quotidiennes. Il est difficile pour moi de me déplacer pour me rendre à mes rendez-vous et d'avoir accès à des groupes de soutien pour les gens souffrant de cancers du sang.

Cette nouvelle réalité à laquelle je dois faire face m'a durement frappée et je trouve difficile d'accepter mon diagnostic de LMC. Je me sens confus et contrarié. Mieux comprendre la maladie et son traitement pourrait m'aider à mieux y faire face et à obtenir du soutien et de l'aide dont j'ai grandement besoin, comme la façon de faire face aux conséquences financières. La médication que je dois prendre coûte environ 4000 \$ par mois et cause de sérieux effets secondaires. Même si les coûts sont assumés par le Trillium Drug Plan, qu'arrivera-t-il si cette

...suite sur la page 4

aide n'est plus disponible un jour? Le chemin pour comprendre cette maladie et tout ce qu'elle implique est parsemé d'embûches et source de confusion.

Parler de ce que je ressens, au lieu de garder le silence, est plus bénéfique pour moi et les gens qui m'entourent. Je me rends compte également que je dois faire partie d'un groupe de soutien familial pour contrer mon sentiment d'isolement, car il n'y a aucun groupe de soutien pour le LMC dans ma région. Je dois donc me déplacer à Toronto à la Société de leucémie et lymphome du Canada sur une base régulière, afin d'obtenir le soutien dont j'ai grandement besoin. Mais cela m'inquiète un peu, car le fait de me déplacer engendre des coûts et ma situation financière est déjà précaire.

On encourage souvent les personnes atteintes de cancer à demeurer positif. Ce n'est pas toujours facile pour moi. Vivre avec le cancer et les traitements m'effraie beaucoup et constitue un choc pour mon corps. Parfois, je me sens faible et très inquiet par rapport au futur. Il me semble impossible d'être positif lorsque je me sens déprimé et anxieux. Être positif ne signifie pas être gai et optimiste, ni éviter de reconnaître les possibilités inquiétantes qui peuvent survenir lorsque l'on a le cancer. Être positif et penser positif peut inclure des sentiments de colère et de peur. Ces sentiments peuvent être un signe de force. Je dois donc composer avec ces sentiments afin d'accepter ma maladie et de renforcer mon courage face à un avenir devenu incertain.

J'essaie de transformer mes pensées négatives en pensées positives quand elles me viennent à l'esprit, mais cela demande de la pratique et j'ai toujours tendance à chercher une vérité dans le négatif. Je continue de penser que ma vie ne sera plus jamais la même, ni même positive, à cause de mon cancer. Mon cerveau me dit une chose et mon corps me dit le contraire, alors je souffre en silence. Ma situation de vie n'est pas normale et c'est très difficile de me dire qu'elle le deviendra un jour.

Site Web intéressant : la Société de leucémie et lymphome du Canada

<http://www.cmlsociety.org>

Conférence du Réseau entre-aidants :

Développer l'art du lâcher-prise. Offert par la Société canadienne de la sclérose en plaque, le mardi 8 février à 19 h, pour tous les résidents du Canada.

[cliquez ici pour s'inscrire](#)

Bulletin réalisé par :

Samuelle Fillion, Assistante de projet

Réseau entre-aidants

Pour toutes questions ou pour nous soumettre un article, veuillez nous écrire au :

info@reseautraidants.com