



Comprendre vos
options de soins pour
aînés au Québec

Table des matières



03

Introduction

04

Options de soins et de support au Québec

06

Pourquoi choisir une résidence
pour retraités?

07

Les options d'hébergement et de soins
chez Chartwell

09

En quoi consiste le Programme
d'assistance et de soutien au bien-être
de Chartwell?

10

Quel est le bon moment pour envisager
un déménagement en résidence?

11

Foire aux questions

13

Comment Chartwell peut vous
accompagner dans vos démarches

Introduction

La retraite devrait être une étape de la vie à la fois sereine et agréable. Une période bien méritée où l'on peut consacrer son temps aux personnes et aux activités qui comptent le plus. Au fil des ans, les besoins personnels évoluent et il devient alors important d'explorer les différentes options pouvant vous aider, vous ou un proche, à maintenir une bonne qualité de vie.

Devant la diversité des possibilités—soutien familial, soins à domicile publics ou privés, résidences pour retraités, unités de soins de longue durée — il peut être difficile de bien comprendre chaque option et de déterminer celle qui convient le mieux à votre situation. C'est pourquoi nous avons conçu ce

guide complet. Il vise à vous aider à mieux comprendre les options de soins offertes aux aînés, ainsi que les éléments clés à considérer pour chacune.

Que représente la vie en résidence pour aînés ? En quoi est-elle un bon choix et quels types de services de soins sont offerts dans les résidences Chartwell ? Dans ce guide, vous trouverez aussi des réponses aux questions fréquemment posées par des personnes qui, comme vous, sont en réflexion.

Nous espérons vous aider à prendre une décision éclairée pour votre avenir, ou pour accompagner un proche vers un milieu de vie offrant confort et tranquillité d'esprit.



Options de soins et de support au Québec

Plusieurs options s'offrent aux aînés au Québec, chacune présentant ses particularités, les voici :

Soutien des proches

Il est fréquent que **le conjoint, les enfants, des amis ou des voisins** apportent leur soutien à un proche aîné : courses, transports, coordination de rendez-vous, entretien du domicile, gestion des médicaments ou aide aux soins personnels. Bien que ce soutien soit offert avec bienveillance, il peut devenir exigeant si les besoins dépassent les capacités du proche aidant, pouvant ainsi entraîner des enjeux de sécurité ou d'épuisement. Par ailleurs, certaines personnes font appel à des professionnels.



Soins à domicile privés ou publics

Les soins à domicile constituent une autre option courante. Dans le but de soutenir les aînés dans leurs activités quotidiennes, une entreprise spécialisée peut offrir divers services aux aînés : épicerie, gestion des médicaments, aide à l'habillement, préparation ou livraison des repas, etc. Bien que pratique, cette solution peut s'avérer plus coûteuse qu'anticipé. Les services publics peuvent couvrir une partie des coûts, mais les critères d'admissibilité et le nombre d'heures allouées varient. Pour un soutien 24/7, les frais peuvent atteindre plusieurs milliers de dollars par mois, selon le niveau de soins requis.



Centres de soins de longue durée

Les **centres de soins de longue durée** s'adressent généralement aux personnes présentant des besoins médicaux complexes, des limitations importantes de mobilité ou des pertes cognitives de stade intermédiaire à avancé. Ils offrent notamment des soins infirmiers 24/24. Bien que subventionnés en partie par le gouvernement (des frais sont quand même requis), les délais d'attente peuvent être longs. Il est important de noter que le recours à un centre de soins de longue durée n'est pas la seule option lorsqu'un soutien est nécessaire.

Résidences pour aînés

Les **résidences pour aînés**, ces milieux de vie regroupant des appartements pour personnes autonomes ou en perte d'autonomie (de légère à modérée) gagnent en popularité. Elles offrent non seulement l'accès à des services de soins, mais également un environnement favorisant le mieux-être global. Malgré certaines idées reçues, elles procurent de nombreux avantages.

Pourquoi choisir une résidence pour aînés ?



Une résidence pour aînés propose un équilibre entre **soins personnalisés, vie communautaire, activités sociales et services pratiques** (repas, entretien ménager, transport, etc.).

Chez Chartwell, les plans de soins sont flexibles et évolutifs. Ils peuvent être ajustés au fil du temps, évitant ainsi des déménagements multiples. Vous ou votre proche pouvez donc consacrer votre énergie à ce qui compte réellement, tout en bénéficiant du soutien d'une équipe attentionnée.

« Vieillir ne signifie pas renoncer à ses passions ni à ses relations sociales. »

Les résidences Chartwell favorisent un mode de vie actif et complet: loisirs optionnels, menus savoureux et nutritifs, activités physiques diversifiées.

De plus, l'entretien du domicile et les tâches quotidiennes sont pris en charge par une équipe de confiance. Déneigement, lessive,

entretien extérieur, courses: ces responsabilités peuvent devenir lourdes avec le temps. En résidence, elles ne sont plus une préoccupation.



Les options d'hébergement et de soins chez Chartwell



Milieu de vie autonome à semi-autonome

Cette option de vie est idéale pour les personnes souhaitant maintenir leur autonomie tout en ayant accès à une variété de services pratiques et flexibles, tels que les repas, l'entretien ménager et le transport.

Chez Chartwell, vous bénéficiez d'un appartement privé, d'activités sociales et de sorties facultatives, ainsi que d'une variété d'options permettant de se concentrer sur ce qui compte vraiment : profiter de la vie, en fonction de vos besoins. Ici, vous avez accès à une variété de services pratiques et flexibles : repas, entretien ménager, transport, etc. Cet environnement bienveillant offre un encadrement adapté et un accompagnement rassurant permettant de vivre sereinement, en toute sécurité. Aussi, notre personnel des services de santé est disponible 24/7, offrant une gamme variée de soins de santé et d'assistance personnelle, de courte ou longue, selon votre situation de santé.



Unité de soins

Destinée aux résidents vivant avec une diminution des capacités physiques ou des troubles cognitifs, légers à modérés. Nos milieux sécurisés proposent un cadre de vie adapté et bienveillant, reposant sur les éléments suivants:

- Approche centrée sur la personne
- Soutien aux familles
- Ratio personnel-résidents accru
- Activités et services adaptés
- Gestion des médicaments
- Aide aux routines du matin et/ou du soir
- Assistance au bain ou à la douche
- Accompagnement aux repas et aux activités
- Autres services spécialisés



En quoi consiste le Programme d'assistance et de soutien au bien-être chez Chartwell?

Notre Programme d'assistance et de soutien au bien-être est offert dans toutes nos résidences Chartwell au Québec. Il permet d'accéder à une gamme flexible de services de soins personnels, favorisant le maintien dans le même milieu de vie.

Voici une gamme de services octroyés directement dans votre appartement, pouvant être modifiés au besoin:



Gestion des médicaments



Assistance aux routines quotidiennes



Aide au bain ou à la douche



Accompagnement aux repas et activités



Aide aux repas (milieu semi-autonome et unités de soins)

Notre équipe travaille avec vous afin d'élaborer un **plan de soins personnalisé et évolutif**.



Foire aux questions

Une rencontre avec un professionnel de la santé est-elle requise ?

Oui, une rencontre **santé** sera menée par un de nos professionnels afin de bien identifier vos besoins et de s'assurer que la résidence peut y répondre adéquatement.

La famille peut-elle être impliquée ?

Absolument. Les proches sont toujours les bienvenus et peuvent, avec votre consentement, discuter du plan de soins avec la direction.

Que faire si les conjoints ont des besoins différents ?

Plusieurs options sont possibles selon la résidence : services distincts dans le même logement ou hébergements dans des appartements différents dans le même établissement.

Y a-t-il du personnel la nuit ?

Oui, du personnel est présent 24/7 dans tous nos milieux de vie. Des systèmes d'appel d'urgence sont également disponibles.

Quel est le bon moment pour envisager un déménagement en résidence ?

Nous recommandons d'adopter une approche proactive. Voici quelques questions à considérer :

- Ma vie sociale est-elle satisfaisante ?
- Ai-je de la difficulté à entretenir mon domicile ?
- Serais-je en mesure de gérer seul(e) une situation d'urgence ?

Une problématique aigüe de santé peut compliquer la transition et accroître le stress. Une résidence pour retraités permet de bénéficier d'un environnement sécuritaire et stimulant, tout en ayant accès à des soins au besoin et du support en cas d'urgence.





Comment Chartwell peut vous accompagner dans vos démarches

Devant la diversité des options, il est possible que vous vous sentiez dépassé, et ce serait normal. Les conseillers en résidences Chartwell connaissent bien le réseau de santé québécois et peuvent vous guider dans vos démarches au sein d'une résidence Chartwell ou ailleurs.

Nous vous invitons à communiquer avec nous pour amorcer la conversation ou planifier une visite. Plusieurs résidences offrent aussi des séjours de courte durée, idéaux pour découvrir le milieu de vie ou pour une convalescence.

**Appelez-nous au
1 855 461-0685 ou visitez
[Chartwell.com](https://www.chartwell.com) pour
réserver une visite.**

Présenté par



CHARTwell

**Trouver une résidence Chartwell
près de chez vous!**