



Vieillir à la maison
ou vivre dans une
résidence pour aînés

Table des matières



03

Introduction

04

Comprendre la vie en résidence

06

**Facteurs à considérer
pour vieillir à la maison**

08

**Avantages de la vie en résidence et
réponses aux questions courantes**

11

Entamer votre nouveau chapitre



Introduction

La retraite s'accompagne souvent d'un sentiment de satisfaction à l'idée de pouvoir faire ce qu'on veut de ses journées.

Vous supposez peut-être que ce chapitre de votre vie devrait absolument être vécu à la maison et non dans une résidence pour aînés, que ce soit en raison de préconceptions sur la perte d'autonomie, d'habitudes quotidiennes chères à vos yeux ou de liens sociaux. Pourtant, ce n'est généralement pas le cas. Bien qu'il n'existe pas de solution toute faite lorsque vient le temps de réfléchir à son mode de vie futur, une résidence pour aînés peut être une décision intelligente et positive pour des raisons qui ne sont pas toujours évidentes au premier abord.

Si vous vous demandez s'il vaut mieux vivre votre retraite à la maison ou dans une résidence pour aînés, cette lecture est pour vous. Ce guide complet aborde différents thèmes : **comprendre la vie en résidence ; les facteurs à considérer pour vieillir à la maison ; les avantages de la vie en résidence et les réponses aux questions courantes.**

En tant qu'experts de premier plan du secteur des résidences pour aînés, nous vous aiderons à comprendre tout ce que la vie en résidence peut vous offrir et pourquoi ce mode de vie peut être plus bénéfique que le choix de vieillir à la maison.



Comprendre la vie en résidence

Lorsque les gens «**résidence pour aînés**», ils pensent souvent aux centres de soins infirmiers ou de soins de longue durée, ainsi qu'aux préconceptions négatives qui entourent ces milieux offrant des niveaux de soins élevés.

Cependant, les résidences pour aînés sont différentes. Elles proposent un environnement dynamique et stimulant, ainsi qu'une variété d'activités sociales et de commodités, ce qui favorise un mode de vie épanouissant.

Les résidences pour aînés allègent le fardeau de l'entretien ménager et brisent l'isolement social, de sorte que les résidents ont la liberté de s'adonner à divers centres d'intérêt et de passer du temps avec les personnes qui comptent pour eux, tout en ayant l'esprit tranquille en sachant qu'ils ne sont jamais seuls.



Chez Chartwell, nous comprenons que les besoins varient grandement d'une personne à l'autre. Certains aînés ont besoin d'aide pour accomplir leurs activités quotidiennes, tandis que d'autres sont aussi actifs qu'auparavant, d'où l'éventail d'options de vie qui leur sont offertes. Quand vient le temps de choisir une résidence pour aînés, de nombreux éléments sont à prendre en compte, et la décision repose en grande partie sur la compréhension des différents modes de vie qui s'offrent à vous :



Appartements pour aînés

Les aînés qui choisissent ce type d'appartement n'ont pas besoin d'aide dans leurs activités quotidiennes. Ils peuvent décider d'y emménager pour réduire leurs dépenses, rencontrer de nouvelles personnes, ou même pour accéder facilement à davantage de soins et de services à mesure que leurs besoins évoluent.

Vie autonome

Idéal pour les aînés qui souhaitent conserver leur autonomie tout en bénéficiant d'une gamme de services de soutien, notamment un accès au personnel en tout temps, des services d'entretien ménager et de lessive, un accès à des commodités et programmes sur place, et même le choix des repas. Dans certaines provinces, la vie autonome donne également accès à des services de soins flexibles sur place ou à des fournisseurs externes dans le cadre de programmes qui peuvent être adaptés selon vos besoins.

Vie semi-autonome

Les résidences pour personnes semi-autonomes s'adressent aux aînés qui ont besoin d'une aide plus soutenue dans leur vie quotidienne. Un personnel attentionné est là pour aider les résidents. Ces résidences ou espaces réservés disposent également de commodités et d'aires de loisirs qui ressemblent à celles des résidences pour personnes autonomes.

Les résidences pour aînés sont différentes des centres de soins de longue durée, autrefois appelés « foyers pour personnes âgées ». En plus d'offrir des niveaux de soins variés, qui permettent aux aînés d'adopter le mode de vie de leur choix, les résidences pour aînés diffèrent également des centres de soins de longue durée par la complexité des soins offerts, le processus d'emménagement et la structure des coûts.

Approche mémoire

Les aînés vivant avec la maladie d'Alzheimer, des déficits cognitifs ou d'autres troubles connexes sont mieux servis par les résidences offrant des services de soins pour perte cognitive. Celles-ci disposent souvent d'étages sécurisés, d'un personnel qualifié et d'équipements spécialisés pour optimiser la qualité de vie.

Court séjour

Si la vie à plein temps dans une résidence pour aînés est bénéfique pour de nombreux aînés, peu connaissent l'existence des courts séjours, ou séjours d'essai, lesquels sont idéaux pour les aînés et les familles qui souhaitent séjourner dans une résidence pour aînés pendant une courte période. Ce type de séjour permet d'accueillir un certain nombre d'aînés de la communauté et de leur offrir un aperçu de la vie en résidence.

Pour en savoir plus, lisez notre billet de blogue





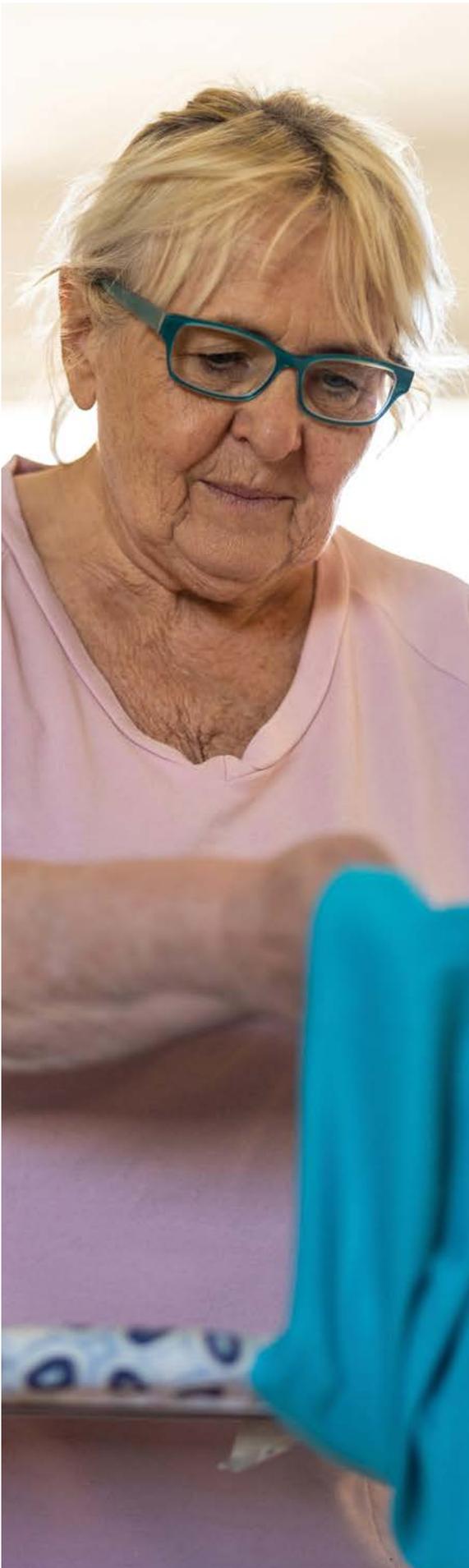
Facteurs à considérer pour vieillir à la maison

Si le vieillissement à domicile a ses avantages, il faut toutefois prendre en compte les facteurs suivants, qui peuvent représenter des défis et des limitations de taille :

La solitude et l'isolement social

Les aînés qui choisissent de vieillir à domicile sont exposés au risque d'isolement social et de solitude, surtout s'ils vivent seuls. Au fil du temps, ils peuvent s'apercevoir que leur vie sociale s'amenuise, car leur mobilité est réduite et ils perdent le contact avec d'autres personnes à un stade de vie similaire.

La vie en résidence aide les aînés à surmonter bon nombre de ces difficultés sociales car ils font partie d'une communauté d'amis qui peuvent facilement se retrouver pour une discussion autour d'un café, une promenade dans le quartier ou un bon repas. Les résidences pour aînés proposent également une sélection de cours et d'activités de qualité qui correspondent à un large éventail de centres d'intérêt, ainsi qu'une liste d'événements sociaux passionnants en constante évolution. En outre, les résidences pour aînés offrent un service de transport pour les rendez-vous, les événements à l'extérieur (de l'établissement) et les centres commerciaux de la région, entre autres destinations pratiques, ce qui aide les aînés qui ne peuvent plus conduire en toute sécurité à participer à des activités sociales très variées.



Répondre à des besoins changeants en matière de santé

Les aînés qui choisissent de vieillir à la maison et de recourir à des services de soins à domicile peuvent être confrontés à des coûts croissants pour adapter leur espace. Ces dépenses, combinées aux coûts des modifications apportées au domicile, peuvent se traduire par des dizaines de milliers de dollars. Dans une résidence pour aînés, les services de soins et de mieux-être sont offerts sur la base d'une facture mensuelle et peuvent être adaptés en fonction de l'évolution des besoins. Qu'un aîné soit autonome ou qu'il ait besoin d'aide pour les activités quotidiennes, une équipe d'employés attentionnés et dévoués est sur place pour lui apporter du soutien dans l'intimité de son logement, en répondant à ses besoins et à ses préférences personnelles.

Risques pour la sécurité

La présence du personnel sur place est l'un des principaux avantages qu'offrent les résidences pour aînés, et qui n'est pas accessible aux personnes vieillissant à la maison. Certaines personnes choisissent la vie en résidence pour cette raison; elles ne se sentent pas en sécurité la nuit, seules à la maison, ou craignent de ne pas recevoir d'assistance immédiate en cas d'urgence. En plus de la sécurité 24 heures sur 24, de nombreuses résidences offrent l'option d'un pendentif d'urgence portable ou d'un bouton d'appel dans le logement, permettant aux résidents de facilement faire intervenir des membres du personnel en cas d'urgence. Une résidence pour aînés offre un mode de vie accessible et sans danger, ainsi que des installations et des aménagements adaptés à tous les résidents, quelles que soient leurs capacités.

Difficulté à accomplir les tâches ménagères

Le choix de vieillir à domicile signifie que les aînés, ou leurs proches, sont responsables de l'entretien de leur maison - tonte de la pelouse, déneigement, peinture, remplacement du toit, etc. Ces tâches peuvent être coûteuses et accablantes, et demander beaucoup d'énergie et de temps qui pourraient être consacrés à des loisirs, à des sorties et à des moments avec les proches. Une résidence pour aînés élimine instantanément ces tâches, en offrant notamment des services d'entretien ménager et un mode de vie sans tracas.

Charge financière et coûts cachés

Il peut être difficile de s'occuper de ses finances lorsqu'on vieillit, surtout lorsqu'on doit gérer le paiement des factures, suivre les fonds reçus et s'occuper de la planification financière pour les différents services de soins et de soutien contractés individuellement. Contrairement à l'idée qu'on peut se faire, vieillir à domicile peut entraîner une liste croissante de coûts cachés qui atteignent, voire dépassent, le coût de la vie en résidence.

Pour en savoir plus, lisez notre billet de blogue



Avantages de la vie en résidence et réponses aux questions courantes

Les idées préconçues sur la vie en résidence, et sur les résidences elles-mêmes, persistent. Cependant, une meilleure compréhension de la réalité peut aider les aînés qui envisagent de changer de mode de vie à prendre de meilleures décisions. Dans cette section, nous déconstruisons certains mythes et rétablissons la vérité sur les résidences pour aînés modernes et les avantages qu'elles offrent pour améliorer votre qualité de vie.



« Je vais perdre mon autonomie et ma liberté. »

Au contraire, les résidences pour aînés sont conçues pour promouvoir l'autonomie. Cela signifie que vous pouvez profiter d'un mode de vie sans tracas et du personnel disponible pour vous aider avec les tâches ménagères, les déplacements et les autres activités quotidiennes. En outre, ces résidences offrent un large éventail d'activités sociales et récréatives permettant aux résidents de maintenir un mode de vie actif et épanouissant, qui les libère des responsabilités qui viennent avec une propriété. Le choix vous appartient!

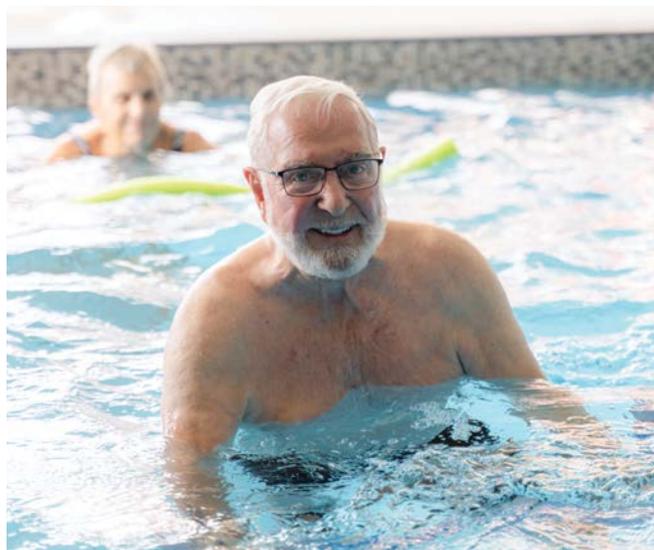


« La nourriture est fade et peu attrayante. »

De nos jours, les résidences pour aînés offrent une variété de choix de repas appétissants qui sont tout sauf fades! Chez Chartwell, les résidents jouissent tous les jours d'une sélection de repas délicieux et nutritifs préparés par le chef. Avec l'âge, faire les courses et préparer des repas sains peut devenir fastidieux. La gamme de repas offerte chez Chartwell vous libère de toutes contraintes. Vous n'avez qu'à vous asseoir pour déguster un savoureux repas chaud, servi à votre table par des employés bienveillants qui apprennent à connaître vos goûts et vos préférences. De plus, de nombreuses résidences Chartwell proposent des logements disposant de cuisines complètes ou partielles, ce qui vous permet de continuer à cuisiner vos propres plats.

« Je n'aurai plus d'intimité. »

L'intimité est une préoccupation importante pour de nombreux aînés qui envisagent la vie en résidence. Toutefois, les résidences modernes privilégient l'intimité des résidents tout en favorisant l'esprit de communauté et les liens sociaux. Les résidents disposent généralement de leur propre espace de vie, notamment leur appartement ou studio, où ils peuvent se retirer et passer du temps seuls quand bon leur semble. En outre, les espaces communs sont conçus pour offrir un équilibre entre les interactions sociales et les moments de détente, ce qui permet aux résidents d'interagir avec les autres à leur guise.



« C'est pour les malades et les vieilles personnes. »

Les résidences pour aînés contemporaines sont conçues pour les aînés actifs entourés d'une communauté dynamique. Elles procurent une tranquillité d'esprit qui vient avec des services d'assistance disponibles en tout temps. De nombreux nouveaux résidents rapportent qu'ils auraient dû emménager des années plus tôt, car ils apprécient leur nouvel espace, le grand choix d'activités et la vie sociale animée. En fait, bon nombre de résidents disent même que leur état de santé s'est amélioré depuis qu'ils ont emménagé. La vie en résidence présente de multiples avantages, et faire le saut plus hâtivement vers ce mode de vie peut être un excellent moyen de rester actif et de s'épanouir.

« C'est trop cher. »

La plupart des résidences pour aînés proposent une gamme de logements et de forfaits de services qui peuvent s'avérer moins coûteux que la vie à domicile. Calculez ce qu'il vous en coûte pour rester à la maison et vous serez peut-être surpris de constater la somme des dépenses liées à l'entretien, à l'épicerie, à l'aide à domicile ou l'assistance médicale supplémentaire, ou même à la réalisation de travaux de rénovation visant à améliorer l'accessibilité. Faites la comparaison avec la vie en résidence, en réfléchissant aux avantages d'un mode de vie sans tracas – ne pas avoir à cuisiner (si vous le souhaitez), ne plus payer pour le déneigement ou le remplacement de la toiture –, et vous constaterez peut-être que cette option est un investissement plus judicieux que vous ne le pensiez.



« Je ne pourrai pas personnaliser mon espace. »

Bien que certaines restrictions puissent exister (peindre les murs ou refaire le carrelage), la plupart des résidences encouragent les résidents à décorer et à meubler leur logement à leur goût, selon leurs préférences personnelles. Qu'il s'agisse d'accrocher des photos de famille ou de disposer des objets qui leur sont chers, les résidents ont la liberté de créer un espace qui reflète leur personnalité et leur style uniques.

« Je devrai me séparer de mon animal de compagnie. »

Heureusement, les résidences pour retraités Chartwell reconnaissent les avantages associés aux animaux de compagnie et bon nombre d'entre elles accueillent les amis à poils ou à plumes. Des aménagements adaptés aux animaux, comme des sentiers pédestres, des aires de toilettage et des parcs pour animaux, permettent aux résidents de profiter d'une vie épanouie en compagnie de leur animal.



Entamer votre nouveau chapitre

Choisir où et comment passer ses années de retraite est une décision importante. S'il peut sembler rassurant de vieillir à la maison, les résidences pour aînés offrent une multitude d'avantages qui peuvent grandement améliorer votre qualité de vie.

Elles proposent un environnement dynamique et du soutien qui favorisent les liens sociaux, la stimulation mentale et le sentiment d'appartenance. Grâce à un vaste éventail d'activités et d'événements, vous aurez de nombreuses occasions de vous adonner à vos passions et d'explorer de nouveaux centres d'intérêt tout en nouant des liens avec des personnes partageant les mêmes valeurs.

De plus, la vie en résidence offre une certaine tranquillité d'esprit aux aînés et à leurs proches. Le personnel sur place et les mesures de sécurité vous procurent un sentiment de sécurité et une assistance immédiate en cas de besoin. Et comme de nombreuses résidences offrent différents niveaux de soins, vous pouvez avoir l'assurance que vos besoins seront satisfaits à mesure que votre situation évolue.

Alors que vous envisagez le prochain chapitre de votre vie, n'oubliez pas qu'une résidence pour aînés n'est pas seulement un lieu où il fait bon vivre, **c'est une maison offrant des avantages**. En planifiant votre situation de manière proactive et en menant des recherches auprès de différentes résidences pour aînés, vous pourrez vous assurer une transition en douceur et trouver l'environnement idéal pour vous épanouir pendant votre retraite. Commencez vos démarches dès aujourd'hui et préparez-vous à entamer ce nouveau chapitre de votre vie!



Vous avez des questions sur la vie chez Chartwell?

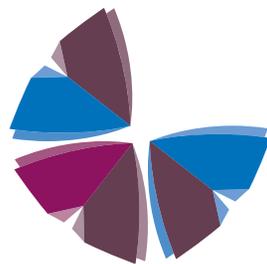
Les représentants de Chartwell sont là pour vous apporter des réponses et vous aider dans vos recherches sur la vie en résidence. **Appelez-nous dès aujourd'hui au 1 855 461-0685**, parlez au conseiller en location de Chartwell de votre région, ou communiquez avec nous par l'intermédiaire de notre page Contact pour en savoir plus.



VOTRE CURIOSITÉ EST PIQUÉE?

Pour plus de renseignements sur la vie en résidence, consultez nos autres guides ici.

Présenté par



CHARTwell

**Trouvez une résidence pour retraités
Chartwell près de chez vous!**