|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 051- "Sois raisonnable, tes tapis sont des pièges à chute. Il faut tous les enlever." Que pensez-vous de cette affirmation ? | A- Ce n'est pas faux mais cet avis est trop brutal pour être accepté. B- Il ne faut pas déplacer les meubles au risque de perturber les repères de la personne aidée. C- Dite autrement, cette proposition pourrait être acceptée. | C. Modifier l'environnement de la personne aidée peut être très perturbant. Si cette phrase part d'une bonne intention, il y a peu de chance qu'elle soit acceptée. |
| 006\_ Richard est très maniaque. Cet ancien militaire ne supporte pas que son lit soit défait car cela lui donne l'impression qu'il se néglige. Mais il a de plus en plus de mal à le faire tout seul. Quel conseil lui donneriez-vous ? | A- Il ne faut surtout pas qu'il change ses habitudes car cela risquerait de le perturber. B- Ces manies de vieux garçon sont ridicules. Ce n'est pas grave d'avoir son lit défait après tout. C- Il suffit de demander à ceux qui viennent de l'aider à faire son lit. D- Il suffirait peut-être de faire un petit changement dans la disposition de la pièce pour aider Richard ? | D. Déplacer le lit de quelques centimètres, remplacer la couverture par une couette… sont des solutions simples qui permettraient à Richard de continuer à faire son lit sans que cela ne soit un effort. Réaménager la chambre peut aussi être l'occasion de se poser d'autres questions : quelle est la qualité de sommeil de Richard ? A-t-il des urgences nocturnes ? Faut-il lui installer un bouton d'alarme en cas de problème ? |
| 060\_ Maria constate que la descente de lit est toujours à sa place au milieu de la chambre. Que pourrait-elle dire à ses parents ? | A- Qu'est-ce que cette carpette fait au milieu de la pièce ? Vous avez vraiment envie de tomber et vous casser la jambe ? B- Vous n'êtes pas raisonnables : je sais que vous êtes attachés à cette descente de lit mais là, vous risquez de vous faire mal. Ne pourrait-on pas la mettre ailleurs ? C- Vous ne dites rien et vous la ranger à son endroit habituel. | B. La réponse B. est la plus adaptée et la plus respectueuse du souvenir auquel sont attachés les parents de Maria. |
| 040\_ Gisèle est très attachée aux vases, cadres photo et autres souvenirs qui sont sur sa table de chevet mais elle a peur de les faire tomber car ils sont fragiles. Que feriez-vous à sa place ? | A- Je les donnerais à ses proches pour être sûr qu'ils ne se cassent pas. B- Je les vendrais aux enchères pour en faire cadeau à ses enfants. C- J'en déplacerai une partie dans un endroit sûr pour laisser plus de place aux objets les plus utiles | C. Les souvenirs sont certes très importants mais des objets comme l'alarme ou la ligne de vie sont plus utiles dans la vie quotidienne et doivent être accessibles en cas de problème. |
| 057\_ "Est-ce que tu pourrais me resservir une tasse de tisane", demande Mireille à sa voisine. Que devrait-elle lui répondre ? | A- Pas question. Tu vas encore salir tes draps. B- Tu ne devrais pas boire autant le soir : tu risques de devoir te lever plusieurs fois cette nuit. C- D'accord, mais tu n'oublieras pas de laisser la lumière du couloir allumée si tu dois te lever. | B. et C. La personne aidée doit être responsable de ses actes. Mais cela ne vous empêche pas de l'avertir des conséquences. |
| 014\_ Caroline ne s'installe plus à son bureau qui est une pièce inoccupée. Faut-il la transformer en chambre d'amis au risque de la priver de ses souvenirs ? | A- Oui, c'est important qu'il puisse y avoir un lit d'appoint pour un visiteur. B- Non. Tous ses souvenirs sont là, il ne faut pas y toucher. C- Oui. Cela peut-être l'occasion de songer à réaménager sa maison pour la rendre plus fonctionnelle. | A et C. Les personnes aidées sont parfois moins sensibles aux souvenirs qu'on ne le croit et plus attentives au confort et à la sécurité de leur logement. Envisager une solution qui lui permette d'améliorer la sécurité de son logement est une excellente idée. Des aides existent : n'hésitez pas à vous renseigner auprès des caisses de retraite et des services sociaux. |
| 050\_ Olivier se lave moins fréquemment car il a peur de tomber dans sa salle de bain. Quel conseil lui donneriez-vous ? | A- Faire des travaux dans sa salle de bain dans la mesure où c'est possible financièrement. B- Non, il n'a qu'à se laver moins souvent. C- Non, il faut qu'il songe à déménager. | A. La salle de bain est le lieu de tous les dangers pour la personne aidée. Si c'est possible, des aménagements simples et peu coûteux permettront d'éviter la majorité des chutes et rendront cette pièce plus ergonomique. |
| 062\_ "Combien de fois t'ai-je dit de ne pas marcher en chaussettes dans la salle de bain. Tu pourrais glisser et tomber", s'emporte Pauline. Est-ce la bonne façon de s'adresser à son père ? | A-Oui. B- Non. | B. Non. Prévenir les chutes est louable mais ce n'est pas une raison pour s'adresser à son père comme s'il était un enfant désobéissant. Mieux vaudrait lui offrir une paire de pantoufles. |
| 025\_ Charly ne veut plus cuisiner depuis quelques temps. Que faire pour l'encourager à continuer ? | A- Vanter ses bons plats et s'inviter chez lui. B- Essayer de comprendre ce qui se cache derrière cet arrêt brutal. C- Lui acheter un livre de cuisine : il est peut-être en manque d'inspiration. D- Respecter sa décision et ne rien faire. | B. On ne renonce pas à une passion du jour au lendemain sans qu'il y ait une explication. Il faut comprendre ce qui l'a poussé à prendre cette décision en sollicitant l'aide d'un aidant professionnel, d'autant que cela aura un impact sur son alimentation et sa santé. |
| 056- Alexandre découvre sa mère en train de boire un café avec l'auxiliaire de vie dans la cuisine. Quelle réaction serait la plus appropriée ? | A- J'espère que ces heures ne sont pas comptées comme payées. B- Quelle bonne ambiance. Puis-je me joindre à vous ? C- Il passe son chemin en les ignorant ostensiblement. D- (à sa mère) Tu es encore en train de lui raconter ta vie ? Tu ne vois pas que tu l'embête ? | B. C'est très important que la personne aidée et l'auxiliaire de vie s'entendent bien. En se joignant à la conversation, Alexandre pourrait peut-être améliorer ce qui peut l'être. |
| 058\_ Sophie remarque que la porte du frigidaire est restée ouverte. Que devrait-elle dire à son père ? | A- Est-ce que la porte du frigidaire ferme mal ? Elle est restée ouverte. B- Tu avais envie de rafraichir l'appartement ? La porte est restée ouverte. C- Si tu ne fais pas attention, on va être obligés d'équiper le frigo d'une alarme qui sonnera quand tu ne refermeras pas la porte. | A. et C. On peut alerter la personne aidée sur un problème sans l'infantiliser ou l'enfermer dans la culpabilité. Profitons en parler du contenu de ce frigidaire (qualité nutritionnelle, dates de péremption ... |
| 035\_ Jean-Claude refuse d'installer des barres de maintien dans ses toilettes parce qu'il trouve que c'est moche et que cela indique qu'il est un vieux monsieur. Est-ce qu'il a raison? | A-Oui. B- Non. | B. Les barres de maintien ne sont sans doute pas très esthétiques mais elles sont très utiles pour prévenir les chutes et pour aider à se lever. Des aides professionnelles sont à votre disposition : n'hésitez pas à vous renseigner. |
| 045\_Chantal ne s'occupe plus de son jardin prétextant que cela ne l'intéresse plus. Est-ce un signe alarmant ? | A- Oui. B- Non. | A. Cela peut vouloir dire que cela ne l'intéresse effectivement plus. Dans ce cas, c'est inquiétant si c'était une passion. Ou alors qu'elle n'a plus les capacités physiques de le faire ou qu'elle a peur d'y chuter, auquel cas, il faut envisager avec elle des solutions pour l'aider à conserver son goût pour le jardinage. |
| 015\_ Faut-il garder des fleurs sur son balcon si on est trop âgé pour s'en occuper ? | A- Non. Cela ne peut engendrer que tristesse et frustration. B- Oui. Des fleurs égayent la vie de ceux qui les regardent. Il y a certainement des solutions pour bien les choisir et les entretenir. | B. Le sens du beau est extrêmement important et doit être conservé le plus longtemps possible, quitte à avoir recours à des aides professionnelles pour s'en occuper. |
| 019\_ Craignant que son médicament favori ne soit plus remboursé, Cathy en a commandé douze boites. Est-ce que c'est une bonne idée? | A- Oui. B- Non. | B. Cela ne sert à rien de stocker des médicaments qui seront peut-être périmés avant qu'elle ne s'en serve. Et puis cela pose potentiellement des problèmes de non-observance des prescriptions médicales et d'intoxication. L'automédication est rarement une bonne solution. |
| 055\_ "Dans quelle langue faudra-t-il que je te dise que ton rendez-vous est mardi et non pas jeudi ?" s'emporte Loubna. Est-ce la bonne façon de s'adresser à son mari ? | A- Oui. B- Non. | B. Les questions répétitives sont l'expression de l'inquiétude de la personne aidée qui a peut-être des troubles de mémoire. Plutôt que l'accabler, il faudrait peut-être plutôt consulter un spécialiste. |
| 010\_ Barbara avait l'habitude de faire ses courses au marché municipal. Mais ses difficultés de déplacement ne lui permettent plus d'y aller dans de bonnes conditions. Que pourrait faire sa famille pour l'aider ? | A- Elle n'a qu'à faire ses courses sur internet comme tout le monde ! B- Ses enfants pourraient peut-être l'accompagner chaque semaine au centre commercial ? C- Ils pourraient se relayer pour faire les courses pour elle. D- Et s'ils envisageaient une solution mixte en faisant des courses pour elle tout en l'accompagnant de temps en temps au marché pour voir un ou deux commerçant qu'elle apprécie ? | D. Les courses peuvent être une source de plaisir comme de difficultés. S'il est important de lui permettre de s'approvisionner correctement, il ne faut pas oublier pour autant que les commerces sont aussi un lieu de sociabilité. |
| 013\_ Malik aimerait déménager mais il a peur de quitter le quartier où il a tous ses amis. Que devrait-il faire ? | A- Il doit déménager tant qu'il est encore temps pour être plus proche de ses enfants. B- Il ne faut pas qu'il quitte ce quartier qu'il habite depuis trente ans car tout le monde le connaît et peut l'aider | A et B. Il n'y a pas de règle absolue en la matière mais de bons conseils à prendre pour faire un arbitrage entre la proximité avec la famille et la vie de quartier. Il faut savoir que le courage de déménager tend à diminuer alors que la nécessité s'en fait parfois ressentir. Pourquoi ne pas se renseigner pour ne pas être pris au dépourvu ? |
| 026\_ Mireille, qui habite dans un village isolé, n'est pas à l'aise avec les outils numériques. Elle voudrait conserver le papier mais la plupart des administrations exigent l'usage d'internet. Que lui conseillez-vous de faire ? | A- S'acheter un ordinateur et apprendre à s'en servir. Ce n'est pas si compliqué après tout. B- Déménager dans la ville la plus proche où elle pourra bénéficier d'une bonne connexion. C- Se faire aider pour dépasser ce blocage. D- Ne rien changer : le service public doit s'adapter à tous les publics. | C. Même si les outils informatiques sont de plus en plus faciles à manier, cela reste un défi pour de nombreuses personnes. Mais de nombreuses associations existent pour dépasser ces craintes légitimes, y compris en milieu rural. Pourquoi ne pas se renseigner ? |
| 018\_ Les amis d'Humberto ont alerté son épouse sur le fait qu'il publie des commentaires violents sur les réseaux sociaux. Comment lui faire comprendre que ses prises de position peuvent lui attirer des ennuis ? | A- Il faut le laisser faire. Après tout, on a tous besoin d'un exutoire. B- Il faut bloquer sa connexion car cela peut lui causer de gros soucis. C- Il n'y a pas d'âge pour être victime des excès du numérique. C'est bien qu'ils lui en parlent. D- Ils doivent ouvrir un compte et polémiquer avec lui sur ses sites préférés. | C. On parle beaucoup des dangers du numérique pour les plus jeunes mais les seniors aussi peuvent être pris au piège des réseaux sociaux et de la fascination des écrans. C'est très bien qu'Humberto s'intéresse aux nouvelles technologies, mais il doit le faire de façon raisonnée, en sachant que tout ce qu'on y publie peut être retrouvé. |
| 024\_ Kim a arrêté le sport du jour au lendemain depuis que sa voisine et partenaire de jogging a déménagé. Quel conseil lui donneriez-vous ? | A- Continuer seule. La pratique sportive est essentielle pour bien vieillir. B- Trouver d'autres amis pour aller courir. C- Lui expliquer qu'elle a bien fait. Il faut bien arrêter un jour. D- Lui proposer d'aller courir avec elle une fois par semaine, le temps qu'elle se fasse de nouveaux amis. | D. La pratique du sport en commun est essentielle pour rester en forme mais c'est aussi une forme de sociabilité qui est importante pour l'équilibre psychologique de la personne aidée. C'est bien de l'accompagner le temps qu'elle retrouve d'autres amis. |
| 044\_ Didier sort de moins en moins de chez lui et refuse toutes les invitations qui lui sont proposées. Est-ce qu'il faut s'en inquiéter ? | A- Oui. B- Non. | A. Ces signes indiquent qu'il a peur de sortir de son domicile. Est-ce qu'il éprouve des difficultés à marcher ? A-t-il besoin d'être appareillé ? Des solutions existent : n'hésitez pas à vous en enquérir auprès d'un professionnel |
| 034\_ Robert a tellement peur d'être dépendant qu'il ne fait rien pour anticiper l'évolution de sa maladie. Que feriez-vous à sa place ? | A- Je me comporterai de la même façon. Il sera toujours temps de s'adapter. B- J'anticiperai en achetant tout le matériel nécessaire pour ne pas être pris au dépourvu le moment venu. C- J'en parlerai à mes proches pour qu'ils m'accompagnent dans l'évolution de la maladie. D- Je ferai confiance à mon médecin qui connaît bien cette pathologie. | C et D. En matière de dépendance, faire l'autruche n'est jamais la bonne solution, pas plus qu'anticiper le pire au risque de faire monter le niveau d'angoisse. En parler à ses proches, à son médecin traitant mais aussi à d'autres patients qui peuvent permettre d'envisager l'avenir avec autant de sérénité que possible. |
| 003\_ Jean-Eudes avait l'habitude de jouer aux cartes chaque semaine avec ses anciens collègues. Mais depuis qu'il a fêté son soixante-dixième anniversaire, il est régulièrement remplacé dans son groupe d'amis par un joueur plus jeune. Quel conseil lui donneriez-vous? | A- En parler avec ses amis qui ont peut-être de bonnes raisons de choisir quelqu'un d'autre. B- S'imposer à leurs réunions au risque de provoquer un esclandre. C- Ne rien faire. Il est peut-être temps de passer la main. | A. Maintenir une vie sociale et conserver des amitiés autour d'une activité ludique et conviviale est essentiel pour bien vieillir. D'où l'intérêt d'en parler tranquillement avec ses anciens collègues. |
| 039\_ Sarah est veuve depuis quelques mois. Elle ne sort plus de chez elle, sauf pour faire des courses alimentaires, et reçoit peu car ses enfants habitent à plusieurs centaines de kilomètres. Est-ce la bonne façon de faire ? | A- Sans doute pas mais il faut lui laisser le temps de vivre son deuil. B- Au moins personne ne l'embête. C- Il faut qu'elle déménage près de ses enfants. D- Il y a certainement un moyen de rencontrer plus de monde. | D. Il y a bien des moyens de rompre l'isolement : les relations de voisinage et la vie de quartier lui permettront de ne pas s'enfermer dans le chagrin. Cela étant se rapprocher de ses enfants est une solution à envisager. |
| 023\_ Alexis refuse d'admettre que son audition baisse. Comment lui suggérer d'être appareillé sans qu'il ne prenne peur ? | A- Il faut le forcer à aller voir un spécialiste. B- Il suffit de parler plus fort en sa présence et monter le son de la télévision. C- On peut prendre ça à la rigolade et lui dire qu'il est sourd comme un pot. Un peu d'humour n'a jamais tué personne. D- On peut aborder ce sujet avec douceur pour ne pas le brusquer. | D. La perte d'audition est très pénalisante car elle coupe la personne de ses relations sociales et l'isole car elle est obligée de crier pour se faire entendre quand ce n'est pas son entourage qui doit élever la voix. C'est un sujet qu'on peut aborder avec douceur, d'autant qu'il existe des appareils très discrets qui sont pris en charge par les mutuelles. |
| 027\_ Gisèle se dispute avec ses voisins qui lui reprochent de mettre le son de la télévision à un volume trop élevé. Que feriez-vous à sa place ? | A- J'essaierais de m'offrir un casque spécifique pour écouter mes émissions sans déranger le voisinage. B- Je ne changerais rien : le respect des aînés est une valeur qui se perd. C- J'arrêterai de regarder la télévision pour ne pas me fâcher avec eux | A. Il est important de garder autant que possible des bonnes relations avec ses voisins et d'éviter les disputes inutiles. Une fois ce différend réglé, pourquoi ne pas les inviter à boire un thé pour faire connaissance et prendre conscience de la situation ? |
| 046\_ Patrice n'apprécie plus les plats de sa compagne, pourtant excellente cuisinière. Faut-il s'en inquiéter ? | A- Oui. B- Non. | A. Cela ne veut pas dire qu'il n'apprécie plus sa cuisine mais peut-être qu'il a des problèmes dentaires ou digestifs qui l'empêchent d'apprécier ces repas. Il faudrait qu'il consulte son médecin généraliste assez rapidement. |
| 059\_ Marie surprend sa tante en train de manger des petits gâteaux un quart d'heure avant la livraison de son repas. Que pourrait-elle lui dire ? | A- Quelle gourmande ! Cela me fait plaisir de voir que tu as un bon appétit. B- Si j'étais toi, j'aurais gardé ces gâteaux pour le goûter. Tu n'aurais plus d'appétit pour le repas. C- Ne viens pas te plaindre si tu te sens ballonnée après ça. | A., B. et C. Toutes ces réponses sont bonnes en fonction du contexte. |
| 012\_ Christine était journaliste pendant trente ans. Passionnée par l'actualité, elle dévorait la presse chaque matin. Mais depuis qu'elle a perdu la vue, ses enfants ont résilié tous ses abonnements. Est-ce la bonne façon de faire ? | A- Non. Elle a un attachement à la presse écrite qu'il faut respecter. B- Oui. Ce n'est pas si mal qu'elle décroche d'une actualité anxiogène. C- Oui. Les chaînes d'information en continu représentent une bonne alternative. | A. Il faut comprendre et respecter son attachement à l'actualité de sa région et envisager avec elle des solutions alternatives pour qu'elle continue à avoir accès à ces contenus. |
| 049\_ Marie-Pierre ne peut plus s'épiler seule, ni se couper les ongles de pied. Quel conseil lui donneriez-vous ? | A- Demander à sa fille de le faire pour elle. B- S'offrir les services d'un professionnel. C- Renoncer une fois pour toute à ces artifices. | B. Prendre soin de son corps est essentiel pour le maintien de la dignité. C'est important qu'on continue à l'aider, même s'il faut pour cela avoir recours à un professionnel qui saura mieux s'y prendre qu'un proche aidant. |
| 033\_ Christiane ressasse des idées noires depuis le départ en maison de retraite de sa meilleure amie mais elle refuse de lui rendre visite car ça la déprime trop. Quel conseil lui donneriez-vous ? | A- S'efforcer d'aller voir son amie pour partager malgré tout de bons moments avec elle. B- Elle a peut-être d'autres amis ? C- Correspondre par écrit avec son amie et limiter les visites au maximum. | A. En refusant d'aller voir son amie, Christiane s'inflige une double peine dont elle souffre manifestement. Il faut tout faire pour conserver ce lien amical, quitte à se rencontrer dans le jardin de l'EHPAD ou ailleurs. |
| 061\_ "Pourquoi refuses-tu de sortir ? Il faut te secouer mon vieux", s'exclame Hubert. Est-ce la bonne façon de s'adresser à son vieil ami ? | A- Oui. B- Non. | B. Même si cela part d'un bon sentiment, dire à une personne fragile de se secouer peut être perçu comme une agression ou à tout le moins comme un manque d'empathie. Des tas de raisons peuvent couper l'envie de sortir, un état dépressif comme une impossibilité physique. |
| 032\_ Barbara continue à faire ses courses en voiture alors qu'elle a eu trois accidents en six mois. Ne vaudrait-il pas mieux qu'elle arrête et qu'elle vende son véhicule ? | A- Oui. B- Non. C- Peut-être | C. Abandonner sa voiture est une décision qui ne peut être prise à la légère. Qu'adviendra-t-il en ce cas ? Existe-t-il des moyens de transport de substitution ? Il faut prendre le temps de se renseigner et d'en parler avec la personne aidée avant de prendre une telle décision. |
| 020\_ Jean-Marc ne veut surtout pas passer pour un vieux monsieur. C'est la raison pour laquelle il refuse de prendre la canne que sa femme s'est procuré à la pharmacie et dont il aurait bien besoin parce que c'est la deuxième fois en quelques jours qu'il manque de tomber. | A- Il a d'autant plus raison que cette canne est très moche. B- Et s'il allait s'acheter une jolie canne avec son épouse ? Cela pourrait lui donner de la distinction. C- Il est temps d'admettre qu'il est vieux. Il doit prendre sa canne, c'est tout. D- Et s'il s'achetait une bâton de randonnée ? Cela lui donnerait une allure plus jeune. | B. Une belle canne peut lui apporter de l'élégance tout en l'assurant contre le risque de mauvaise chute. Et puis c'est bien qu'il soit accompagné dans cette démarche par son épouse : elle saura lui faire comprendre qu'en matière de chute, il vaut mieux prévenir que guérir |
| 005\_ Jazz est le compagnon fidèle de Mireille qui a perdu son mari il y a deux ans. Mais le chien est âgé et presque aveugle, si bien que personne ne se dévoue pour le garder. Que lui conseillez-vous de faire ? | A- Il faut piquer ce vieux chien tant qu'il est encore temps. B- Mireille n'a qu'à le prendre avec elle si elle y est si attachée C- Il existe de nombreuses solutions pour faire garder un animal de compagnie. Cela vaut peut-être le coup de se renseigner ? | C. Mireille a besoin de se reposer quelques jours mais on ne peut pas la forcer à abandonner son fidèle compagnon. Savoir qu'il est bien gardé la soulagerait beaucoup. Des solutions existent : pourquoi ne pas se renseigner à ce sujet ? |
| 036\_ Michel a de plus en plus de mal à se déplacer dans sa maison mais il a peur de changer ses habitudes. Quel conseil lui donneriez-vous ? | A- Limiter progressivement ses déplacements pour ne pas se mettre en danger. B- Faire comme si de rien n'était. C- Peut-être serait-il temps d'envisager un déménagement ? D- Et s'il se renseignait sur la meilleure façon d'organiser son logement ? | D. Des solutions existent avant d'avoir recours à du matériel spécifique ou d'envisager de quitter son logement. Pourquoi ne pas se renseigner auprès des associations ? |
| 002\_ Jeanne s'occupe de son père avec beaucoup de dévouement depuis des années. Le problème, c'est qu'ils se sont habitués à ne plus jamais se sourire, lui parce que ses articulations le font souffrir, elle parce qu'elle aimerait déléguer cette tâche à quelqu'un d'autre. Quel conseil pourriez-vous leur donner ? | A- Ne rien changer. On ne doit pas se forcer à sourire si on n'en a pas envie. B- Cela vaudrait peut-être le coup de se poser la question de s'accorder un répit ? C- Il faut se forcer à sourire, ne serait-ce que pour rendre cette situation moins pénible. | B. Cette absence de sourire est le signe d'une lassitude qu'il convient d'entendre. Reposée, Jeanne s'occupera sans doute bien mieux de son père et soulagera plus efficacement ses souffrances... et aussi les siennes ! |
| 063\_ "Il paraît que tu es désagréable avec l'auxiliaire de vie. Tu mesures la chance que tu as d'avoir quelqu'un qui vient t'aider. Je te trouve bien ingrate", lance Flavie. Est-ce la bonne façon de s'adresser à sa grand-mère. | A-Oui. B- Non. | B. Accepter la présence d'un aidant à domicile n'est pas toujours évident. D'une part parce que cela renvoie à leur perte d'autonomie, ensuite parce que cela représente une intrusion dans son intimité. Si la relation entre l'aidant et l'aidé se passe mal, mieux vaut prendre le temps d'en parler. |
| 001\_À chaque fois que Maryse vient voir sa mère, elle se plaint du comportement de sa sœur, qui ne range pas la maison correctement. Sa mère souffre de ces constantes récriminations. Persuadée d'avoir raison, Maryse n'a pas l'intention de changer. Est-ce que vous vous comporteriez de la même manière ? | A- Oui, il n'y a pas de raison que Maryse fasse tout le travail à chaque fois. B- Non, il vaut mieux organiser une relation familiale pour résoudre ce problème. C- Non, elle n'a qu'à cesser de ranger elle-aussi. On verra qui craque le premier. D- Non, le mieux serait de régler ce problème entre sœurs. | D. La compréhension et la solidarité entre aidants doivent être le maître mot. Plutôt que de laisser la situation s'envenimer ou organiser une réunion pénible pour la mère de Maryse, pourquoi ne pas en parler tranquillement pour trouver le meilleur compromis ? |
| 048\_ Ancien professeur de mathématiques, Léon aimerait donner des cours à ses petits-enfants. Que pensez-vous de sa proposition, sachant qu'il ne peut se déplacer hors de son domicile ? | A- Non, c'est trop compliqué à organiser. B- Oui, cela nous permettra d'économiser sur des cours particuliers. C- C'est une très bonne idée s'il n'habite pas trop loin ou si cela peut se faire en vidéo. D- Non, le programme n'est plus le même de toute façon | C. C'est une bonne idée car cela permettra à la personne aidée de se sentir utile tout en transmettant bien plus qu'un savoir académique, à savoir des souvenirs, des valeurs et de l'affection. Tout cela vaut beaucoup plus cher qu'un cours particulier ! |
| 009\_ Jean-Pierre et Marielle sont mariés depuis trente-neuf ans. Autant dire qu'il connait son épouse par cœur. C'est peut-être pour cela qu'il ne prend pas le temps de lui expliquer ce qu'il fait quand il l'aide à s'habiller. Est-ce que vous agiriez de la même façon ? | A- Oui. Quand on est marié depuis si longtemps, ce n'est pas la peine de se faire des politesses. B- Non. Ce n'est pas parce que l'on se côtoie depuis des décennies qu'il faut renoncer à être délicat. | B. La délicatesse entre époux est une condition essentielle du bien-vieillir dans la dignité. |
| 037\_ Charles constate avec tristesse que sa mère exige qu'il sorte de la pièce au moment des soins alors qu'elle accepte que sa sœur reste auprès d'elle. Est-ce qu'il a raison d'être jaloux ? | A- Oui. B- Non. | B. Ce n'est pas une question de préférence mais d'intimité. Par égard pour sa mère et par respect pour sa féminité, Charles doit comprendre et accepter ce traitement différent. |
| 022\_ Doit-on accepter de faire la toilette intime d'un parent ? | A- Oui. B- Non. | B. Non. C'est une solution à proscrire car il est important de garder un certain niveau d'intimité. Même âgé, un parent reste un parent. Il est peut-être temps de faire appel à un aidant professionnel ? |
| 065\_ "C'est nouveau cette manie de tout me faire répéter ?" ironise Jacqueline. Est-ce la bonne façon de s'adresser à sa voisine ? | A-Oui. B- Non. | B. Cette réflexion est doublement agressive : cela revient à dire que non seulement sa voisine se dégrade mais qu'en plus, elle ne s'en rend pas compte. La perte d'acuité auditive est un processus normal auquel on peut remédier. |
| 008\_ Marie-Anne se rend compte qu'elle a tendance à oublier ses clés, son portefeuille, sa liste de course. Mais elle n'ose pas en parler à ses proches qui voient bien qu'elle multiplie les oublis. Que feriez-vous à leur place ? | A- Le mieux, c'est de ne rien faire pour ne pas faire de peine à Marie-Anne qui s'en rendra compte bien assez vite. B- Il faut absolument prendre un rendez-vous avec un neurologue. C- Il faut gronder Marie-Anne à chaque oubli : c'est la meilleure façon de l'empêcher de se laisser aller. D- Des aides, des solutions et des diagnostics existent. Pourquoi ne pas se renseigner ? | D. Il ne faut pas négliger le problème, ni paniquer et encore moins culpabiliser Marie-Anne. Mais de nombreuses associations s'intéressent à ces sujets. Pourquoi ne pas les contacter pour établir un premier diagnostic ? |
| 011\_ Gilbert est très économe. Le problème, c'est que cela se fait au détriment de son confort car il refuse de monter le chauffage et crie sur ses enfants qui s'en plaignent et ne veulent plus venir le voir. Que pourraient-ils faire pour l'aider ? | A- Ils n'ont qu'à se moquer de son avarice. B- Ils n'ont qu'à crier plus fort que lui pour obtenir ce qu'ils souhaitent. C- Pourquoi ne pas lui faire comprendre en douceur que la chaleur humaine ne compense pas toujours le froid polaire qui règne chez lui ? | C. Cela ne sert à rien de se confronter directement. Faire attention aux termes que l'on emploie et ménager les susceptibilités de la personne aidée est toujours utile. |
| 038\_ Depuis sa dernière chute, Jeanne limite ses déplacements à l'intérieur de son logement à trois pièces : sa chambre, sa cuisine et sa salle de bain. Quel conseil lui donneriez-vous ? | A- Ne rien changer. Après tout, si elle se sent à l'aise dans ces pièces, pourquoi prendre des risques inutiles ? B- Il y a forcément un moyen d'y vivre plus confortablement. C- Déménager dans un logement plus petit et louer son logement. D- Sous-louer une partie de son logement à un étudiant. | B. Si l'idée d'une sous-location n'est pas à exclure, Jeanne peut déjà commencer par aménager son logement différemment : enlever les tapis sur lesquels elle risque de glisser, prévoir un bouton d'alerte en cas de chute, changer la disposition des meubles pour circuler plus facilement sont des pistes à envisager. |
| 052- "Je me fiche qu'il soit beau ou pas. Tu dois porter ce bracelet d'alarme, un point c'est tout !" dit Camille à son père. Est-ce que c'est la bonne façon de faire ? | A- Oui. B- Non. | B. Si le recours à une alarme portative est une excellente idée, ne pas laisser le choix du modèle à la personne aidée n'est pas la meilleure façon de procéder si on veut qu'elle accepte de la porter. |
| 043\_ "J'ai toujours rêvé de t'offrir un voyage en Patagonie" répète inlassablement le père de Manuela. Que répondriez-vous à sa place ? | A. J'aimerais beaucoup y aller avec toi. Peut-être aurons-nous cette chance un jour ? B. Ne rêve pas, avec la Covid on n'est pas prêt de voyager. C- Si tu crois que je vais te laisser dépenser ton argent aussi inutilement, tu te trompes. D- Tu ne veux pas plutôt qu'on aille au Pays Basque, c'est moins loin mais c'est plus accessible financièrement. | A. et D. Ce n'est pas parce que l'on a moins de possibilité de voyager qu'il faut renoncer à tous ses rêves, y compris les plus fous. Mais cela n'empêche pas d'être réaliste quand la destination est trop inaccessible ou lointaine. |
| 017\_ Marie-France a été victime d'une escroquerie mais elle n'a pas osé l'avouer à ses fils car elle a très peur qu'ils lui imposent une tutelle. Que feriez-vous à sa place ? | A- Elle a raison. Ce n'est pas parce qu'elle a été victime d'un brigand qu'elle perd la tête. Et puis une femme avertie en vaux deux. B- Elle doit porter plainte au commissariat et en parler ouvertement à ses fils sans occulter sa crainte d'être mise sous tutelle. C- Elle doit porter plainte mais ne rien dire à ses fils pour ne pas les inquiéter. D- Elle doit régler ça avec ses voisins. | B. Ce n'est pas parce qu'elle s'est fait avoir une fois qu'on ne peut plus lui faire confiance. Mais il vaudrait peut-être mieux qu'elle garde ses bijoux dans un endroit sûr. |
| 029\_ "Vous serez contents quand je serai morte", ne cesse de dire Marguerite à ses enfants et petits-enfants. Que lui répondriez-vous ? | A- Tout vient à point pour qui sait attendre ! B- Ce n'est pas bien de faire du chantage affectif ! C- Rien parce que c'est vrai. D- Ce qui compte pour nous, c'est ta présence. Est-ce que tu te sens seule en ce moment ? | D. Il ne faut pas se laisser abuser par des paroles provocatrices qui cachent souvent de l'angoisse, voire de la dépression. Cela vaut peut-être le coup de rassurer Marguerite sur la qualité des moments que l'on passe en sa compagnie. |
| 004\_ "Je m'en sors très bien tout seul", affirme Benoît qui refuse de faire appel aux associations de quartier. Est-ce que c''est la bonne façon de faire, sachant que ses enfants sont obligés d'accourir au moindre accident domestique ? | A- Pourquoi changer ? Et puis au pire, Benoît se fera mal et changera d'avis. B- Oui. C'est ce que l'on appelle la solidarité entre les générations. C- Non. Il serait préférable qu'il s'informe. Et peut-être pourrait-il faire des rencontres agréables ? D- Non. Il n'y a pas de raison que ses enfants se sacrifient. Il faudrait qu'ils le laissent se débrouiller seul pour que Benoît comprenne. | C. Forcer la main de Benoît n'est sans doute pas la bonne solution car il a manifestement peur de faire cette démarche. D'où l'intérêt de lui en présenter tous les avantages en lui expliquant que ce n'est pas pour autant qu'on va l'abandonner. |
| 007\_ Pierre est rentré chez lui après avoir vu un spécialiste qui n'a pas pris le temps de lui expliquer son bilan sanguin. Résultat, il consulte fiévreusement internet et opte pour l'automédication. Est-ce que vous vous comporteriez de la même façon ? | A- Non. Il est important que le praticien soit clair pour apaiser les craintes de son patient. B- Oui. Les médecins ont déjà assez de travail comme ça. C- Oui. Qui n'a pas cherché à en savoir plus sur sa maladie ? | A. Internet est une formidable source d'information mais aussi un gouffre où l'on peut se convaincre que notre santé est en danger. C'est le rôle du médecin de rassurer son patient. Et si sa pathologie est chronique, de nombreuses associations existent pour l'informer. |
| 047\_ "J'ai besoin de ma tisane pour bien dormir", plaide votre compagne, qui se lève toutes les nuits pour une urgence nocturne. Que feriez-vous à sa place ? | A- Je lui conseillerai plutôt de prendre un repas léger pour mieux dormir. B- Je la laisserai faire. C'est une habitude qu'il faut comprendre et respecter. C- Pourquoi ne pas installer une ligne de vie pour faciliter ces déplacements nocturnes ? | C. Les effets bénéfiques de cette tisane sur le sommeil peuvent être annulés par des urgences nocturnes dangereuses en cas de chute. Si la personne persiste à vouloir boire sa tisane, pourquoi ne pas installer une ligne de vie entre la chambre et les toilettes ? |
| 016\_ "Tu as encore sali tes draps ! C'est la troisième fois cette semaine : tu es vraiment dégoûtant !" Est-ce ainsi qu'il faut s'adresser à une personne aidée ? | A- Oui B-Non | B. Humilier la personne aidée n'est pas la bonne solution, surtout s'il convient de mettre en place des solutions techniques contraignantes. |
| 054\_ "Il faut ouvrir les fenêtres, ça pue chez toi !" s'emporte Karim en entrant dans la chambre de son père. Est-ce que c'est la bonne expression à employer ? | A- Oui. B- Non. | B. Cette phrase est humiliante. Ce n'est pas parce que l'odeur l'incommode qu'il peut se permettre de s'exprimer ainsi. Lui proposer d'ouvrir la fenêtre pour faire entrer le soleil ou pour entendre les bruits de la nature serait plus adéquat. |
| 041\_ Christine fait de moins en moins d'efforts pour s'habiller alors qu'elle était très coquette auparavant. Elle reste souvent en robe de chambre parce qu'elle trouve que c'est plus pratique. Qu'auriez-vous envie de lui dire ? | A- "Fais un effort, ce n'est pas possible de se laisser aller comme ça !" B- "Tu as raison, le confort et la sécurité avant tout". C- "Je comprends tes craintes mais tu pourrais peut-être égayer ta tenue avec un foulard ou un gilet de couleur ?" D- "Est-ce que tu veux qu'on fasse un tour ensemble dans ta garde-robe ?" | D. Si la mode avait beaucoup d'importance pour Christine, sa nouvelle attitude est une forme de renoncement qu'il faut aborder avec elle, non pas pour la culpabiliser mais pour l'aider. Est-ce que sa morphologie a changé et qu'elle ne peut porter les mêmes vêtements ? A-t-elle besoin d'aide pour revêtir certains habits ? A-t-elle renoncé à prendre soin de son apparence, ce qui serait inquiétant pour quelqu'un pour qui cela avait de l'importance ? A-t-elle des soucis financiers ? |
| 064\_ "Je ne sors avec toi que si tu te recoiffes", annonce Louise à sa grand-mère. Est-ce que vous diriez la même chose ? | A-Oui. B- Non. | B. Avancer en âge confronte souvent à de l'isolement social et relationnel. À quoi bon s'habiller, se coiffer, se maquiller si on ne sort plus de chez soi. Pour donner à la personne aidée l'envie de sortir de chez elle, il faut la stimuler. Et la complimenter quand elle fait un effort. Mieux vaudrait lui dire qu'elle a une jolie veste, ça l'encouragera. |
| 021\_ "Mange ton poisson et arrête de faire un caprice", s'agace la fille de Valérie. Est-ce que c'est la bonne expression à employer ? | A- Oui B-Non | B. Il ne faut surtout pas infantiliser la personne aidée avec des mots comme "caprice". Si Valérie ne mange pas, c'est peut-être parce qu'elle a un problème dentaire qui l'empêche de s'alimenter. De quand date son dernier rendez-vous chez le dentiste ? |
| 053\_ "Tu ne veux pas que je coupe ta viande ? ça ira plus vite", propose Adèle. Est-ce que cela vous semble une bonne idée ? | A- Oui parce que cela part d'un bon sentiment. B- Non. Ce n'est pas parce qu'elle est pressée qu'il faut écourter le repas. C- Oui, c'est exaspérant de le voir couper sa viande à deux à l'heure ! D- Non, elle n'est pas son esclave. | B. C'est une proposition infantilisante qui enlève de l'autonomie à son père - qui ne manquera pas de s'en rendre compte. |
| 030\_ "Tu ne peux pas manger plus vite ?", s'agace Henri qui donne à manger à son père tout en pensant à ses soucis professionnels. Que feriez-vous à sa place ? | A- Autant ne pas venir si c'est pour être de mauvaise humeur. B- Parler de ses difficultés professionnelles : son père sera peut-être de bon conseil. C- Essayer de garder ses préoccupations en dehors de ces moments précieux. Après tout, son père n'y est pour rien. | C. C'est très difficile de faire la part des choses dans un monde où la vie professionnelle empiète sur la vie personnelle mais c'est important pour le père d'Henri, qui de surcroît ne peut plus manger aussi vite qu'auparavant, ce qu'il faut respecter. |
| 042\_ "Je peux bien ouvrir une nouvelle bouteille, annonce le grand-père de Lucas. De toute façon, je ne risque pas d'avoir un accident de voiture parce que je ne conduis plus !" Que répondre à cette affirmation ? | A- Ce n'est pas très raisonnable. L'excès d'alcool est dangereux à tout âge et pas seulement pour les automobilistes. B- Tu as raison : à quoi bon vivre si on ne peut plus s'accorder quelques plaisirs ? C- Je vais prendre rendez-vous pour toi avec un addictologue. D- Et pourquoi pas reprendre la cigarette pendant que tu y es ? | A. L'alcool est un plaisir dont il ne faut pas abuser car les dangers à court et long-terme sont connus et nous concernent tous, quel que soit notre âge. L'alcool peut être un (mauvais) exutoire au mal vieillir. |
| 028\_ "Je ne veux plus aller chez mamie. C'est sale chez elle et ça sent mauvais!" a affirmé votre fils de onze ans. Que répondriez-vous à cela ? | A- Qu'il a raison mais que ce n'est pas une raison pour ne pas rendre visite à sa grand-mère. B- Demander à la personne aidée de faire un effort pour aérer son logement avant de recevoir ses petits-enfants. C- Lui payer une femme de ménage. D- Proposer au jeune garçon de profiter de cette visite pour faire un peu de ménage. | C et D. S'il est bien sûr possible d'avoir recours aux services d'une femme de ménage, c'est encore mieux d'encourager le jeune garçon à rendre service à son aînée qui lui en sera très reconnaissante. |