Société suisse de la sclérose en plaques

Info-SEP

Kinaesthetics: mobilisation à domicile

Soigner une personne atteinte de sclérose en plaques est une activité physiquement éprouvante. Les tâches du quotidien se complexifient et chaque mouvement devient un véritable tour de force. Sans instructions de la part de professionnels, les proches aidants peuvent ainsi se retrouver eux-mêmes confrontés à des problèmes de santé et à un état d'épuisement. Un ou une spécialiste Kinaesthetics vous montrera comment réaliser les soins sans vous faire mal.

L'essentiel en bref

- La Kinaesthetics offre un accompagnement et une formation aux proches aidants.
- Cette méthode permet de mobiliser et de déplacer les personnes atteintes de SEP sans se faire mal au dos.
- La formation est assurée à domicile par des spécialistes Kinaesthetics expérimentés. C'est vous qui déterminez les sujets à aborder.

Lorsqu'une personne atteinte de sclérose en plaques (SEP) est lourdement handicapée et ne peut pas vraiment participer aux tâches, les proches soignants ont de plus en plus de mal à gérer le quotidien. Leur énergie seule finit par ne plus suffire, ils se sentent abandonnés. Pourtant, très peu d'entre eux demandent de l'aide à ce stade, et ce pour différentes raisons:

- Les proches soignants souhaitent conserver leur indépendance.
- Ils n'ont ni le temps ni l'énergie pour trouver des solutions.
- Ils ne connaissent pas les techniques ni les offres existantes.
- Ils surestiment leurs propres capacités.
- Ils ont un regard critique sur les solutions possibles.
- Leurs ressources financières sont limitées.

Évaluer la situation

En premier lieu, vous devez admettre que vous êtes fortement sollicité·e, voire complètement dépassé·e. Parfois, votre entourage ou la personne atteinte elle-même s'en rendent compte avant vous. Qu'est-ce qui se passe bien? Qu'est-ce qui ne va pas? Faites le point sur ces questions avec la personne dont vous vous occupez. Lorsque vous aurez clarifié la situation, vous pourrez commencer à chercher des solutions.

Ce que fait la Kinaesthetics

La Kinaesthetics joue un rôle important dans le quotidien avec une personne atteinte de SEP. Traduit, ce terme signifie «science de la perception du mouvement». Il s'agit, pour faire simple, de réaliser des mouvements doux et respectueux du corps, principalement lorsque l'on aide d'autres personnes à se déplacer. En tant que proche d'une personne atteinte de SEP, vous apprendrez notamment des techniques pour mobiliser et déplacer cette personne de manière plus simple, plus sûre et moins fatigante – selon la devise: «Bouger au lieu de soulever»!

Plus d'informations sur: www.kinaesthetics.ch

Une formation dans un environnement familier

En collaboration avec l'organisation faîtière Kinaesthetics Suisse, la Société suisse SEP propose une formation individuelle et pratique pour les proches aidants, entièrement axée sur vos besoins personnels. Pendant deux fois deux heures, vous, et la personne atteinte que vous accompagnez, serez formés ensemble par des spécialistes Kinaesthetics, dans un environnement familier.

Clarification et coûts

Vous aimeriez savoir si une formation en Kinaesthetics est adaptée à votre situation? Contactez l'Infoline SEP (0844 737 463) et discutez-en avec un·e professionnel·le des soins de la Société suisse SEP. Cette personne clarifiera les points suivants avec vous:

- Avez-vous exploré toutes les offres d'accompagnement locales (soins à domicile ou physiothérapie)?
- La Société suisse SEP propose-t-elle bientôt un séminaire sur la Kinaesthetics auquel vous pourrez participer?
- La Société suisse SEP sera-t-elle en mesure de financer votre spécialiste Kinaesthetics, ou les coûts seront-ils à votre charge ou à celle de la personne atteinte?

Si vous et la personne atteinte possédez moins de CHF 70 000.00 de liquidités à deux, la Société suisse SEP prend en charge les coûts de la formation en Kinaesthetics. Dans le cas contraire, les coûts seront à votre charge. Le taux horaire recommandé est de CHF 120.–, plus frais de trajet en transports publics deuxième classe, demi-tarif.

Afin de pouvoir apporter de l'aide rapidement et facilement, la Société suisse SEP ne demande pour l'instant aucun renseignement financier détaillé. Les données sont recueillies sur la base de la bonne foi.

Infoline SEP
0844 737 463
Lu – ve de 9h00 à 13h00

Suite de la procédure

Si une formation individuelle en Kinaesthetics est adaptée à votre situation, voici la suite de la procédure:

- La Société suisse SEP vous donne les coordonnées d'un ou d'une spécialiste Kinaesthetics.
- La prise en charge des coûts est réglementée par écrit et les prestations de la Société suisse SEP sont listées dans la confirmation de mandat.
- Les proches de la personne atteinte de SEP reçoivent une copie de la confirmation de mandat.
- La prise de rendez-vous pour la formation a lieu directement entre vous et le ou la spécialiste.
- La facture est adressée soit à la Société suisse SEP, soit à vous, en fonction de ce qui est stipulé dans la confirmation de mandat.
- Après les séances de formation, vous déterminez avec le ou la professionnel·le de soins si vous avez besoin d'une aide supplémentaire.

Société suisse de la sclérose en plaques
Rue du Simplon 3 / 1006 Lausanne
Information: www sclerose-en-plaques.ch / 021 614 80 80
info@sclerose-en-plaques.ch

La Société SEP n'accepte aucun soutien financier de l'industrie pharmaceutique. Nous vous remercions pour votre don !