

Les Aidants Familiaux



Maison de retraite : Comment bien la choisir ?

Les maisons de retraite médicalisées sont des lieux de vie collectifs, ce qui signifie qu'il y a dans ces structures d'accueil pour personnes âgées un équilibre à trouver entre règles communes et respect de la liberté individuelle. L'organisation de la vie quotidienne mérite donc d'être étudiée attentivement lorsqu'il s'agit de choisir un établissement . Les résidents doivent pouvoir se sentir chez eux, avec tout ce que cela implique : confort des chambres, qualité des repas, respect de leur intimité, vie sociale, etc.

Visitez, comparez, testez. N'hésitez pas à vous montrer exigeant sur le confort, le bien-être et la sécurité de votre proche. Il s'adaptera d'autant mieux à sa nouvelle vie.





Effectuez un premier choix

Evaluez avec votre médecin traitant les besoins en soins et en encadrement de votre proche.

Etablissez ensuite une première liste de structures d'hébergement en fonction de :

- Leur adaptation à l'état de santé et de dépendance de votre proche. Les établissements sont plus ou moins médicalisés selon qu'ils accueillent des*



personnes autonomes ou dépendantes. Certains bénéficient d'unités spécifiques (Alzheimer, troubles psychiatriques...). Vérifiez que si votre proche voyait son état

s'aggraver, il pourrait rester dans le même établissement.

- La zone géographique. Privilégiez la proximité de la ville où réside votre proche s'il y est attaché ou y a des amis, ou celle de la famille s'il le préfère.*

Peut-être apprécierait-il plutôt le calme de la campagne ? L'important est de choisir un lieu favorisant les visites. Considérez la facilité d'accès à l'établissement : gare, sortie d'autoroute, navettes de bus...

Rendez-vous sur les lieux et inspectez...

Visitez les établissements que vous aurez présélectionnés, de préférence avec votre proche. Rencontrez un responsable de l'établissement. Posez toutes les questions nécessaires et demandez à visiter les lieux. Pour évaluer au mieux, certains points sont importants :

- ***L'ambiance :***

Expéditif, chaleureux ou " pro " : l'accueil du responsable peut révéler la philosophie de l'établissement. Observez l'attitude du personnel, l'humeur des résidents, l'atmosphère générale.



- **Présence et qualification du personnel :**

Combien de personnes sont là en même temps? Et la nuit, le week-end?

Vérifiez les qualifications des personnes qui accompagneront votre proche pour les gestes du quotidien (toilette, repas), comme la présence d'un médecin et d'infirmiers. Assurez-vous que vous pourrez les rencontrer facilement.

- **Les repas:**

Comment sont-ils préparés ? Heures fixes ou souples, menus identiques pour tous ou adaptables au régime du résident ? Le service en chambre est-il possible ? Y a-t-il une assistance à la prise des repas ?... Prenez si possible, un repas dans l'établissement avec votre proche.



- **Liberté et sûreté :**

Votre proche doit pouvoir se mouvoir et se déplacer librement. S'il est désorienté ou souffre de troubles du comportement, vérifiez le niveau de sécurité de l'établissement.

La maison de retraite est le domicile de la personne âgée qui y réside : cette dernière a donc le droit au respect de son intimité tout autant qu'à celui de ses convictions religieuses et politiques.

- **Visites et animations :**

La famille doit pouvoir voir votre proche aussi souvent qu'elle le souhaite. L'établissement impose-t-il des horaires ? Vérifiez la qualité et la fréquence des animations. Assurez-vous, si votre proche est en perte d'autonomie, que l'établissement propose des activités adaptées à la dépendance.



- **L'architecture :** Vérifiez la présence d'un jardin et de salles communes agréables. Considérez l'accessibilité de l'établissement (ascenseurs, couloirs, rampes), l'espace, la clarté et l'aménagement des chambres (un ou deux lits, sanitaires individuels, télévision, téléphone...)

Faites-lui tester !

Certains établissements proposent des accueils de jour ou temporaires. Votre proche peut y effectuer des séjours d'« essai » avant de s'engager à plus long terme. Ce processus vous permet de mieux choisir et aidera votre proche à s'adapter en douceur.