



**Vous faites preuve d'une grande patience**, et vous suivez les règles de distanciation physique. Nous savons combien la situation est difficile.

**Vous méritez certainement... une piqûre dans le bras!** En effet, le moment de la vaccination contre la COVID 19 arrive à grands pas. La Société de la démence d'Ottawa et du comté de Renfrew vous donne quelques conseils qui vous aideront à bien vous préparer, à prendre rendez-vous et à être prêt pour cette sortie bien spéciale avec la personne atteinte de démence.

Les personnes âgées, surtout celles qui sont atteintes de démence, sont particulièrement vulnérables à la COVID-19. C'est prouvé. La vaccination est l'une des solutions les plus efficaces pour se protéger contre le coronavirus, éviter la propagation communautaire et en atténuer les répercussions au sein de notre collectivité.

## Étape 1: Procédure administrative avant la vaccination

La logistique entourant la vaccination (personnes prioritaires, centres de vaccination et moment de la vaccination) évolue à mesure que les populations les plus vulnérables sont vaccinées et que le nombre de doses le permet. Nous vous donnons ci-après quelques conseils pour vous aider à vous préparer.

- **Communiquez dès maintenant avec votre médecin de famille** (et celui de la personne atteinte de démence) afin de vous assurer qu'il n'y a aucune contre-indication. Dans certains cas, le vaccin pourrait être déconseillé en raison de son incompatibilité avec la prise de certains médicaments ou d'un problème de santé particulier.
- Une fois que vous aurez la certitude que le vaccin ne comporte aucun risque, vous pourrez déterminer si vous-même et la personne atteinte de démence y êtes admissibles. À cette fin, consultez les sources suivantes

- L'Outil de vérification de l'admissibilité au vaccin contre la COVID-19 de Santé publique Ottawa (en anglais): <https://secureforms.ottawapublichealth.ca/vaccines/COVID-19-Vaccine-Screening-Tool/>;  
**Remarque :** Si vous êtes admissible au vaccin, vous serez dirigé vers le site provincial de prise de rendez-vous (en ligne ou par téléphone); si vous êtes autorisé à vous rendre à l'une des cliniques éphémères, on vous demandera de communiquer directement avec Santé publique Ottawa (voir l'étape 2 pour obtenir plus de détails);
- le site Web de l'Unité de santé du comté et district de Renfrew (en anglais): <https://www.rcdhu.com/healthy-living/immunization/>

**Si votre tour est arrivé, tant mieux! Dans le cas contraire, consultez souvent ces sources**, car la situation évolue tous les jours. Il vous faudra peut-être faire preuve d'un peu de patience encore...

**En cas d'incertitude à propos de la vaccination ou d'un autre sujet, n'hésitez pas à communiquer avec la Société de la démence – nous sommes là pour vous aider** (voir nos coordonnées ci-dessous).

## Étape 2: Prise de rendez-vous pour la vaccination

- À Ottawa, les personnes admissibles peuvent prendre rendez-vous en utilisant le système de réservation des vaccins de l'Ontario, en ligne à <https://covid-19.ontario.ca/fr/vaccins-contre-la-covid-19-en-ontario> ou par téléphone au 1-888-999-6488.
- Certains résidents répondant à des critères précis pourraient être admissibles à la vaccination dans une clinique éphémère. Les cliniques éphémères sont plus petites et souvent moins bruyantes et moins achalandées, ce qui peut atténuer les répercussions sur les personnes atteintes de démence. Si l'on a communiqué avec vous ou que vous avez appris que vous pouviez prendre rendez-vous pour vous faire vacciner dans une clinique éphémère, communiquez directement avec Santé publique Ottawa par téléphone au 613-691-5505. Prenez soin d'indiquer clairement que vous téléphonez parce que vous êtes admissible à la vaccination dans une clinique éphémère locale.
- Pour obtenir de l'information sur la prise de rendez-vous dans le comté de Renfrew, consultez le site Web de l'Unité de santé du comté et district de Renfrew (<https://www.rcdhu.com/healthy-living/immunization/>) ou composez le 613-735-9724 ou le 1-800-267-1097, poste 200.

**Remarque :** Au moment de publier le présent document, le système provincial de prise de rendez-vous n'était pas encore en service dans le comté et district de Renfrew. Les visiteurs du site Web sont redirigés vers le système local.

- Transport pour vous rendre à une clinique à Ottawa et en revenir :
  - si vous êtes un usager de Para Transpo, composez le 613-842-3600;
  - sinon, vous pouvez utiliser le service de transport communautaire d'Ottawa (<https://communitysupport.covidresponse.ca/fr-ca>) ou composer le 211.
- Transport pour vous rendre à une clinique du comté de Renfrew et en revenir :
  - consultez le site du Réseau de soutien communautaire de Champlain (<https://www.caredove.com/champlaincss> - cliquez sur « Transport »).
- Si vous le pouvez, choisissez une heure qui cadre avec votre horaire. Par exemple, évitez de prendre le rendez-vous à l'heure des repas ou de la sieste ou encore en soirée, lorsque la personne atteinte de démence est plus agitée.
- Lorsque vous prendrez le rendez-vous, renseignez-vous sur le formulaire de consentement. En remplissant le formulaire à l'avance, vous réduirez le nombre de questions auxquelles répondre sur place et vous faciliterez ainsi la communication:
  - pour les cliniques de Santé publique Ottawa, téléchargez le formulaire ici <https://www.ottawapublichealth.ca/en/resources/Corona/COVID-19-Vaccine-Screening-and-Consent-Form.pdf> (en anglais)

## Étape 3: Arrivée à la clinique de vaccination

- **N'arrivez ni trop tôt ni trop tard.** Présentez-vous à l'heure recommandée au moment de la prise du rendez-vous. Si l'on vous a demandé de ne pas arriver plus de cinq minutes à l'avance, respectez la consigne. En arrivant plus tôt, il est possible que vous deviez attendre plus longtemps à la clinique ou que vous ayez de la difficulté à trouver une place de stationnement.

### À propos du consentement

#### **Si la personne atteinte de démence est incapable de donner son consentement à la vaccination :**

- Prenez la décision de la même façon que vous le feriez pour toute autre décision concernant les soins de santé.
- Adressez-vous à la **personne désignée dans la procuration** relative aux soins de santé (ou dans le mandat en cas d'inaptitude) ou à tout **autre mandataire désigné**.

- **Habillez-vous de façon appropriée.** Portez un haut à **manches courtes** afin de faciliter l'administration du vaccin dans le bras.
- **Soyez préparé.** Les travailleurs déploient d'énormes efforts pour que le processus soit efficace, mais vous devrez peut-être attendre. Soyez préparé et apportez des objets qui pourraient aider à passer le temps :
  - prévoyez des activités ou apportez des appareils qui vous tiendront occupés;
  - préparez une collation et de l'eau au cas où vous auriez faim ou soif;
  - apportez de la musique que la personne atteinte de démence aime écouter (ainsi que des écouteurs) afin de l'aider à se sentir en terrain connu.

## Étape 4: À la clinique de vaccination

- Il se peut que la clinique soit achalandée et bruyante, ce qui pourrait accroître le stress et la confusion chez la personne atteinte de démence.
- Expliquez-lui que vous devrez peut-être attendre à différentes étapes du processus.
- Toutes les personnes présentes porteront un masque. Certains membres du personnel porteront aussi des lunettes et des vêtements de protection, ce qui pourrait nuire à la communication et causer de la frustration. Toutefois, ces mesures sont nécessaires pour assurer la sécurité de tous.
- Il y aura peut-être des flèches sur les murs et le sol pour vous guider tout au long du processus.
- Il se peut que vous deviez vous arrêter plusieurs fois pour parler avec des membres du personnel infirmier ou d'autres travailleurs de la santé. Tous veulent simplement s'assurer que vous avez toute l'information nécessaire pour demeurer en sécurité. Expliquez à la personne atteinte de démence que vous devrez peut-être répondre plusieurs fois aux mêmes questions.

## Étape 5: Whew! It's done.

Après la vaccination, il pourrait être utile de rassurer la personne atteinte de démence.

- **Expliquez-lui les effets secondaires possibles**, par exemple une douleur au bras provoquée par la piqûre, des maux de tête ou de la fièvre. Ces effets sont temporaires et le personnel de la clinique vous surveillera avant votre départ et vous expliquera les symptômes auxquels il faudra porter une attention particulière.
- **Prévoyez une boisson ou une collation après le vaccin** afin de refaire le plein d'énergie.

## Étape 6: c'est la fête!

- Faites une activité que vous aimez ou offrez-vous une gâterie.
  - « *Ma mère adore la crème glacée. Comme elle se fera vacciner aujourd'hui, nous irons au bar laitier!* »
- La journée a été bien chargée. Reposez-vous si vous êtes fatigués!

**Pour obtenir des conseils au sujet de votre situation, communiquez directement avec votre intervenant spécialisé en santé cognitive ou avec la Société de la démence.**

## Conseils pour bien communiquer avec la personne atteinte de démence

- **Établissez un contact visuel.** En plus de la communication verbale, regardez la personne dans les yeux et mettez-vous à son niveau afin d'établir un contact visuel direct lorsque vous lui parlez.
- **Soyez bref.** Utilisez des phrases courtes et simples pour expliquer ce que vous faites. Dites « grippe » plutôt que « virus ».
- **Soyez rassurant.** Restez calme, souriez et tenez la main de la personne. Restez positif : vous êtes tous les deux dans le même bateau. Validez les sentiments qu'elle éprouve. Essayez de dire « J'aimerais que les choses soient différentes » ou « Je n'aime pas cela non plus ».
- **Prenez un temps d'arrêt.** Si la personne éprouve de la détresse, demandez que l'on vous indique un endroit calme, changez de sujet et faites une autre tentative plus tard.
- **Ne portez pas le blâme.** Lorsqu'il est question de distanciation physique, de port de masque ou de lavage des mains, expliquez que ce n'est pas vous qui dictez les règles. Dites que ce sont les ordres du médecin.
- **Soyez cohérent.** Assurez-vous que tous les membres du réseau de soutien de la personne lui donnent la même information.
- **Changez de sujet.** Il est possible que la personne pose souvent la même question ou qu'elle ressente de la détresse. Essayez de mettre l'accent sur autre chose.
- **Faites de l'humour.** À l'heure actuelle, le monde est chamboulé. Il se peut que la personne trouve que les masques et les couvre-visage sont bizarres. Riez-en avec elle.