

# Guide de référence rapide

pour les professionnels de la  
santé offrant des soins aux  
familles de militaires



Photo fournie par STEMFCC

## Familles de militaires canadiens

Au Canada, il y a 40 000 familles de membres de la Force régulière (temps plein) des Forces armées canadiennes. Contrairement aux militaires en service, les membres de leurs familles ne reçoivent pas de soins médicaux offerts par du personnel militaire. Ils doivent avoir accès aux services fournis par les systèmes de soins de santé provinciaux et territoriaux.

Chaque année, environ 10 000 familles sont affectées, ce qui signifie qu'elles doivent trouver et établir des relations avec de nouveaux prestataires de soins de santé. Cela complique la continuité de leurs soins de santé individuels et familiaux.

En plus des déménagements fréquents, les familles de militaires peuvent également être confrontées à des défis uniques en matière de santé physique et mentale en raison du mode de vie militaire, notamment les absences opérationnelles nécessaires et répétées de la famille, ainsi que les blessures opérationnelles et le risque de décès.

Les familles de militaires sont de formes et de tailles différentes et peuvent inclure ou non des enfants. Certaines familles de militaires peuvent être les aidants de parents âgés ou de membres de la famille handicapés. Encourager les familles à partager leur situation et leurs expériences de vie avec vous, le dispensateur de soins de santé, contribuera grandement à développer une relation bénéfique pour tous.

## Mieux comprendre leurs besoins uniques en posant des questions

### Questions générales à poser à propos des incidences possibles du service militaire sur la famille

- Avez-vous récemment emménagé dans cette communauté?
- Avez-vous besoin d'aide pour transférer les dossiers médicaux de votre famille?
- Votre proche qui est militaire est-il fréquemment loin de vous et de votre famille pour exercer des fonctions opérationnelles? Est-il ou a-t-il été déployé outre-mer ou au pays?
- Êtes-vous inquiet des risques pour la sécurité de votre proche lorsqu'il est en service?
- Avez-vous du soutien familial ou social dans cette communauté?

## Les besoins uniques des adultes dans les familles de militaires

Les adultes répondent différemment aux défis uniques du mode de vie militaire. Les absences requises pour les besoins opérationnels peuvent avoir une incidence sur l'adulte à la maison, émotionnellement et physiquement. Il peut même y avoir une incidence sur la santé et le bien-être des parents des militaires. Les déménagements de la famille en raison des affectations militaires peuvent nuire à la continuité des soins, et des examens de routine peuvent être manqués. Il est important de faire l'examen de leur état de santé et de leur plan de soins régulièrement, même s'ils ne présentent pas de symptômes importants.

## La santé de toute la famille du militaire

Il est important de prendre en considération la santé de tous les membres des familles de militaires. Lorsqu'on demande à un patient comment il se sent, il peut répondre d'une manière indirecte. Les femmes en particulier peuvent minimiser leurs propres symptômes par rapport à ceux de leurs enfants ou d'autres membres de leur famille. Les enfants peuvent aussi être évasifs; si c'est le cas, essayez de demander aux parents s'ils ont observé des changements dans le comportement de leur enfant.

## Questions à poser à propos de la santé physique des membres de la famille du militaire

- Quels sont vos antécédents cliniques?
- Est-ce que vos examens (p. ex., test Pap, dépistage du cancer, etc.) sont à jour?
- Est-ce que vous ou un membre de votre famille étiez sur une liste d'attente pour des services de santé dans votre communauté précédente, ou l'êtes-vous actuellement?
- Est-ce que les déménagements ont eu une incidence négative sur vos soins de santé ou ceux de votre famille, et comment pouvons-nous vous aider à gérer ces défis en matière de continuité des soins?
- Y a-t-il une expérience en cours ou passée qui a une incidence sur vous ou sur un membre de votre famille actuellement?

## Questions à poser à propos de la santé mentale des membres de la famille du militaire

- Si vous devez vous absenter, est-ce que vous ou quelqu'un dans votre famille a de la difficulté avec les rôles changeants et les transitions
- Si vous avez récemment déménagé, ou que votre proche est absent pour des besoins opérationnels, comment vous adaptez-vous à ces changements?
- Est-ce que le membre de votre famille qui est militaire a été blessé pendant son service?
- En cas de blessure opérationnelle, y compris les incidences sur la santé mentale, comment les membres de votre famille s'adaptent-ils?
- Si vous prenez soin d'un membre militaire de votre famille qui a été blessé, comment vous adaptez-vous à la situation? Recevez-vous le soutien dont vous avez besoin?
- Est-ce que vous ou un autre membre de votre famille présentez des symptômes qui pourraient suggérer d'importantes difficultés (p. ex., évitement social, troubles du sommeil, changements d'humeur, anxiété ou symptômes dépressifs, etc.)?
- Y a-t-il une expérience en cours ou passée qui a une incidence sur vous ou sur un membre de votre famille actuellement?

## Les besoins uniques des enfants dans les familles de militaires

Les enfants répondent différemment aux défis uniques du mode de vie militaire, même au sein de la même famille. Les plus jeunes peuvent éprouver plus de difficultés en raison des absences fréquentes de leur parent militaire. Les adolescents peuvent éprouver plus de difficultés en raison des déménagements liés aux affectations. Il est important de faire l'examen de leur état de santé et de leur plan de soins régulièrement, même s'ils ne présentent pas de symptômes importants.

## Questions à poser au sujet de la santé des enfants

- Est-ce que les vaccins de votre enfant sont à jour? Fournissez des informations sur le calendrier de vaccination des enfants de votre province.
- Est-ce que les visites médicales de votre enfant sont à jour? Fournissez des informations sur le calendrier du bilan de santé des bébés de votre province.
- Si vous avez récemment déménagé, ou que vous déménagez souvent, comment votre enfant s'adapte-t-il aux réinstallations? Est-ce qu'il réussit à se faire des amis? Est-ce qu'il a fait la transition académique à la nouvelle école? Est-ce qu'il est inscrit à des activités parascolaires? Est-ce qu'il démontre des problèmes d'adaptation?
- Si le parent militaire est souvent absent, ou qu'il a été déployé, comment votre enfant réagit-il? Les enfants peuvent vivre les défis différemment avant, pendant et après les absences du parent. Est-ce qu'il réagit différemment avant, pendant ou après l'absence?
- Si le militaire a subi une blessure au cours de son service militaire, comment votre enfant a-t-il été affecté par la blessure?
- Quels types de ressources et de soutien ont été utiles dans les communautés précédentes?

## Soutien additionnel

Il peut être opportun de demander si la famille sait qu'elle peut avoir accès à du soutien additionnel :

### Centres de ressources pour les familles des militaires (CRFM)

Les organismes comme les Centres de ressources pour les familles de militaires peuvent aider les familles à établir des réseaux de soutien social pour leur stabilité et leur sécurité. Les Centres de ressources pour les familles de militaires peuvent également vous offrir ou vous relier avec du soutien additionnel en santé mentale : <https://www.cafconnexion.ca/Nationale/Accueil.aspx>

### Programme d'aide aux membres des Forces canadiennes (PAMFC)

Les membres du personnel de la FAC et leurs familles ont accès à des services offerts par le Programme d'aide aux membres des Forces canadiennes (PAMFC), un service de counselling bilingue par téléphone et en personne qui est volontaire et confidentiel, et qui est offert 24 heures par jour, sept jours par semaine : 1-800-268-7708

### Ligne d'information pour les familles (LIF)

La Ligne d'information pour les familles est un service confidentiel, personnel, bilingue et gratuit qui offre de l'information, du soutien, des références, de la réassurance et des services de gestion de crise à la communauté militaire : 1-800-866-4546



Pour plus de ressources, visitez le Portail de santé à l'intention des familles des militaires : [www.calian.com/fr/services/sante/psifm](http://www.calian.com/fr/services/sante/psifm)

## Assurance-maladie additionnelle

Les familles de militaires peuvent avoir accès à une assurance-maladie additionnelle pour couvrir les soins qui ne sont pas couverts par la province.

Il peut être utile d'inviter la famille à s'informer sur les types de services couverts par leur assurance-maladie additionnelle.

*Présenté par le groupe de travail « Innovation to Impact »*