

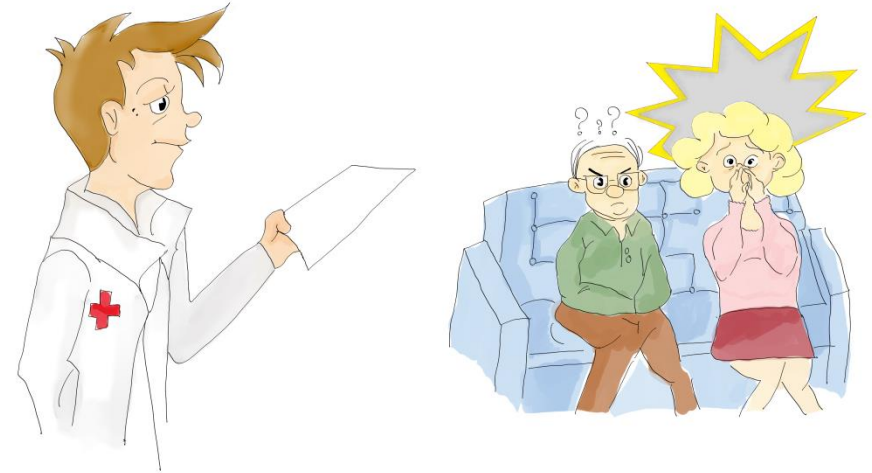
Auto Quizz : SUIS-JE UN AIDANT ?

Prenez le temps de répondre à ces quelques questions.

1. Quel est votre lien avec la personne que vous accompagnez ?
 - Conjoint(e)
 - Un membre de la famille (parent, enfant, frère/sœur, gendre, bru, belle-famille...)
 - Ami(e), voisin(e)
2. A Quelle fréquence intervenez-vous pour votre proche ?
 - Une fois par jour
 - Plusieurs fois par jour
 - Plusieurs fois par semaine
 - Ponctuellement
3. Quelle est l'origine de la perte d'autonomie du proche que vous accompagnez ?
 - Maladie, syndrome(s)
 - Handicap
 - Accident de la vie
 - Avancée en âge
4. Quelle(s) aide(s) apportez-vous à votre proche ?
 - Soins de la vie quotidienne (toilette, habillage, aide au repas...)
 - Soins techniques (injections, pansements, piluliers, aspirations...)
 - Accompagnements à la vie sociale (loisirs, divertissements...)
 - Démarches administratives
 - Coordination des aides à domicile
 - Sécurité (vigilance permanente...)
 - Soutien psychologique (rassurance, écoute...)
 - Aide au suivi médical (accompagnement chez le médecin, suivi des ordonnances, prise des rendez-vous...)
 - Activités domestiques (ménage, courses, préparation des repas...)

Vous avez coché au moins une case à chaque question ?

Alors vous êtes un proche aidant !



Aider une personne quotidiennement ou ponctuellement entraîne, parfois des exigences physiques, souvent des préoccupations et toujours un niveau de stress important. Comment la maladie ou le handicap va évoluer ? Qui s'occupera de mon proche si je ne suis plus là ? Est-ce que je fais ce qu'il faut ?

Tant de questionnements quotidiens pour tenter aussi d'anticiper l'imprévisible.

Afin de se protéger de l'épuisement, il est important de réduire certaines contraintes et il existe plusieurs soutiens/possibilités d'accompagnement /aides financières.

Pour plus d'informations :

Plateformes des Aidants de la Charente

Tel : 05 45 21 31 31



Département de la Charente

Direction de l'autonomie

Tel : 05 16 09 50 72

CHARENTE
LE DÉPARTEMENT

Maison départemental du Handicap

Tel : 0 800 00 1600



**VOUS ACCOMPAGNEZ UN PROCHE
QUI A BESOIN DE VOUS AU
QUOTIDIEN ?**



ÊTES-VOUS UN AIDANT ?