

Contrat d'entente  
familiale et communautaire



# Introduction

## Qui fait quoi?

Portrait du partage des tâches

Prendre soin d'un proche en perte d'autonomie, malade ou handicapé implique de multiples tâches. Ce feuillet permet de dresser le bilan de vos activités et occupations quotidiennes en tant que personne aidante ainsi que de prendre conscience de l'ampleur de vos tâches et responsabilités. Il nous semble important de promouvoir l'autonomie de la personne aidée en la laissant participer aux tâches quotidiennes selon ses capacités.

Après avoir rempli le questionnaire (soit en cochant, soit en indiquant le nom de la personne ou de la ressource responsable), il vous sera plus facile de déterminer précisément les tâches que votre entourage et que vous-même accomplissez quotidiennement pour prendre soin de la personne aidée.

Cet outil facilitera les discussions et les négociations de nouvelles ententes avec votre entourage, comme lors d'un conseil de famille. Vous pourrez également vous servir du document pour sensibiliser vos proches à votre réalité de personne aidante.

---



**Cet outil peut donc vous être utile pour :**

- Dresser un portrait de la situation d'aide ;
- Prendre conscience de l'ampleur de vos tâches et responsabilités ;
- Amorcer un échange avec la personne aidée ou vos proches ;
- Négocier un meilleur partage des tâches avec vos proches ;
- Aller chercher de l'aide auprès de votre CLSC ou d'une autre ressource.

Ce feuillet vous appartient.

Libre à vous de le modifier et de l'adapter selon vos besoins particuliers. Nous vous suggérons de le remplir à l'aide d'un crayon de plomb. Il vous sera ainsi plus facile d'y apporter des modifications.

---

RESPONSABILITÉS ASSUMÉES PAR...	Personne aidée	Aidante principale	Entourage (famille, amis) Précisez.	Ressources de la communauté (org. communautaires, CLSC) Précisez.	Ressources privées (entreprises ou personnes) Précisez.
<b>SANTÉ</b>					
Soins particuliers (pression, pansements,...)					
Prise de médicaments					
Accompagnement lors de visites médicales et autres sorties					
Autres tâches					
<b>SOINS PERSONNELS</b>					
Bain / douche					
Toilette quotidienne					
Soin des dents ou des prothèses					
Lavage des cheveux					
Soins corporels (application de crème)					
Rasage					
Soin des ongles et des pieds					
Autres tâches					

<b>RESPONSABILÉTÉS ASSUMÉES PAR...</b>	<b>Personne aidée</b>	<b>Aidante principale</b>	<b>Entourage (famille, amis) Précisez.</b>	<b>Ressources de la communauté (org. communautaires, CLSC) Précisez.</b>	<b>Ressources privées (entreprises ou personnes) Précisez.</b>
<b>SUPPORT À L'AUTONOMIE</b>					
Habillement					
Alimentation					
Déplacements, surveillance					
Supervision des activités de réadaptation					
Transferts (lever et coucher)					
Utilisation des toilettes					
Autres tâches					
<b>SOUTIEN ÉMOTIF</b>					
Écoute active et conseils (personne aidée)					
Visites et contacts téléphoniques (personne aidée)					
Sécuriser et rassurer					
Soutien moral					

<b>RESPONSABILITÉS ASSUMÉES PAR...</b>	<b>Personne aidée</b>	<b>Aidante principale</b>	<b>Entourage (famille, amis) Précisez.</b>	<b>Ressources de la communauté (org. communautaires, CLSC) Précisez.</b>	<b>Ressources privées (entreprises ou personnes) Précisez.</b>
<b>VIE DOMESTIQUE</b>					
Entretien ménager					
Grand ménage					
Lavavage et entretien des vêtements, literie					
Entretien extérieur (dégel, gazon)					
Épicerie /emplettes /achats					
Préparation de repas					
Réparation et menus travaux					
Autres tâches					
<b>RÉPIT</b>					
Répit régulier de jour					
Répit régulier de soir					
Répit régulier de nuit					
Répit de fin de semaine					
Répit temporaire ou d'urgence					
Congés et/ou vacances d'été					

<b>RESPONSABILITÉS ASSUMÉES PAR...</b>	<b>Personne aidée</b>	<b>Aidante principale</b>	<b>Entourage (famille, amis) Précisez.</b>	<b>Ressources de la communauté (org. communautaires, CLSC) Précisez.</b>	<b>Ressources privées (entreprises ou personnes) Précisez.</b>
<b>GESTION DES RESSOURCES/SERVICES</b>					
Recherche d'information					
Formation et groupes d'entraide					
Prise de rendez-vous médicaux et autres					
Accompagnement à ses rendez-vous					
Gestion des imprévus					
Planification et coordination des ressources et services					
Autres tâches					
<b>RÉPIT</b>					
Administration du budget et du compte bancaire					
Paiement des comptes					
Administration des biens					
Correspondance					
Déclaration de revenus, formulaires à remplir, etc					
Autres tâches					

Réalisé avec la  
collaboration de

**L'APPUI**  
LANAUDIÈRE

POUR  
LES PROCHES  
AIDANTS



**Regroupement  
Bénévole  
de Montcalm**

Pour obtenir des copies supplémentaires du document,  
veuillez communiquer avec :

**Regroupement bénévole Montcalm**

27, rue St-Louis, St-Esprit J0K 2L0, 450-839-3118 ou 1-888-839-3440  
ou le réseau de proches aidants de votre MRC.



978-2-9810843-5-4