



ENQUÊTE SUR LES BESOINS DES AIDANTS DU TERRITOIRE NORD-EST ESSONNE

L'aidant peut être défini comme la personne qui vient en aide à titre non professionnel, pour partie ou totalement, à une personne dépendante de son entourage, pour les activités quotidiennes. Cette aide régulière peut être prodiguée de façon permanente ou non.

Pour mieux vous connaître

	<u>Aidant</u>	<u>Personne aidée</u>
Votre commune : (remplir les 2 si différentes)		
Vos âges respectifs :		
Votre situation :	☐ retraité ☐ actif	☐ retraité ☐ actif
Vos liens entre personne aidant et aidée (époux, amis..) ?		
Depuis combien de temps êtes- vous aidant ?		
1. Avez-vous mis en place des aides ? (Infirmier(e)s, service d'aide à domicile, accueil de jour ou même résidant en EHPAD ...) ? ☐ Oui ☐ Non		
Si oui, lesquelles ?		
Est-ce que la situation vous paraît satisfaisante ? ☐ Oui ☐ Non		
2. Avez-vous été accompagné par un professionnel pour la mise en place des aides ? ☐ Oui ☐ Non		
Si non, connaissez-vous des structures qui proposent de l'aide ? ☐ Oui ☐ Non ☐ Pas vraiment		
3. Rencontrez-vous des difficultés en tant qu'aidant ? (plusieurs réponses possibles) ☐ Dans ma vie professionnelle ☐ Dans ma vie familiale ☐ Avec mes amis ☐ Dans mes loisirs, mon temps libre ☐ Dans mon rôle d'aidant ☐ Autres :		
4. Précisez ces difficultés ? (plusieurs réponses possibles) ☐ Je manque d'information (aides possibles ...) ☐ Je ne me sens pas reconnu dans mon rôle d'aidant ☐ Je me sens fatigué(e) et épuisé(e) ☐ Je manque de temps pour moi ☐ Je ressens un sentiment de culpabilité ☐ J'ai moi-même une pathologie ☐ Je suis coupé(e) de mes relations avec l'extérieur ☐ Autres :		

A. Informations des aidants

Vous aimeriez avoir plus d'information sur : (plusieurs réponses possibles)

- | | |
|--|--|
| ☐ Les aides financières | ☐ Les services à domicile |
| ☐ Vos droits en tant qu'aidants | ☐ Les solutions de répit (accueil de jour, relais...) |
| ☐ La maladie de mon proche | ☐ Les aides techniques, l'adaptation du logement |

- ☐ Les troubles du comportement ☐ La vie de couple, la vie familiale, la vie sociale
☐ La relation d'aide ☐ Les gestes et postures, 1ers secours
☐ Autres :

B. Solutions de répit

Le droit au répit permet aux proches aidants de prendre des temps de repos ou de dégager du temps pour eux. Plusieurs solutions existent : l'accueil de jour, le relai à domicile, le séjour temporaire...

1. Avez-vous une personne qui peut prendre le relais en votre absence ?

- ☐ J'ai des aides en place ☐ Des proches peuvent prendre le relais ☐ Non

2. Souhaiteriez-vous que votre proche aidé puisse bénéficier d'un relai à domicile et/ou être accueilli de temps en temps dans une structure d'accueil ?

- ☐ Oui ☐ Non ☐ Je ne sais pas ☐ Il en bénéficie déjà

3. Si vous n'envisagez pas de relais, quels en sont les motifs ? (plusieurs réponses possibles)

- ☐ Je n'en ressens pas le besoin ☐ J'appréhende de confier mon proche
☐ Mon proche ne le souhaite pas ☐ J'ai des difficultés pour le financement
☐ Autres :

1. Si vous aviez besoin d'un relais, quelle fréquence vous semblerait utile ? (plusieurs réponses possibles)

- ☐ Plusieurs fois par semaine ☐ Hebdomadaire ☐ Tous les 15 jours
☐ Mensuel ☐ Tous les 2 mois ☐ Tous les trimestres

C. Temps d'échanges entre aidants

Aimeriez-vous avoir un lieu où vous pourriez : (plusieurs réponses possibles)

- Échanger entre aidants ? ☐ Oui ☐ Non
 Vous informer (droits, astuces quotidiennes) ? ☐ Oui ☐ Non
 Vous divertir ? ☐ Oui ☐ Non
 Je participe déjà à un groupe de parole ☐ Oui ☐ Non
 Autres :

Nous vous remercions de votre participation

Je souhaite être informé(e) recevoir les informations dédiées aux aidants et aux personnes de plus de 60 ans : ☐ Oui ☐ Non

Je souhaite être recontacté(e) car je me questionne sur ma situation d'aidant : ☐ Oui ☐ Non

Pour être tenu(e) informé(e) et ou être recontacté(e), selon mes réponses ci-dessus, voici mes coordonnées :

☐ Mme ☐ M. Prénom : NOM :
 Téléphone : Adresse électronique :

N'oubliez pas de compléter l'Aidantomètre, vous êtes plutôt ?

- ☐ Vert ☐ Orange ☐ Rouge

Aidantomètre

**Soyez vigilant(e), protégez-vous et demandez de l'aide !
Vous aidez un proche (conjoint, parent, enfant...), faites un
auto-diagnostic de votre situation.**

AVOIR ENCORE DU TEMPS POUR MOI ! Aider l'autre n'est pas vraiment une contrainte puisque ...	Je peux m'absenter (quelques jours, quelques heures...)	1
	Je peux voir mes amis et ma famille	2
	Je sais que l'autre peut être autonome par moments	3
	Je peux faire des activités en dehors de chez moi	4
	Je peux partager des activités avec la personne aidée	5
ÊTRE VIGILANT ! Il y a des risques pour ma santé physique et morale quand ... Renseignez-vous sur les dispositifs de répit existants !	J'aide l'autre mais cela devient une réelle contrainte pour moi	6
	J'hésite à faire des activités en dehors de chez moi	7
	Je m'inquiète lorsque je ne suis pas là	8
	Je sais que quitter la maison présente un risque	9
	Je me sens coupable quand je ne suis pas auprès de la personne aidée	10
	J'hésite à inviter des gens chez moi	11
	Je dois adapter mon emploi du temps (travail, loisirs ...)	12
	Je me sens fatigué(e) et angoissé(e)	13
	Je me sens débordé(e)	14
	ME PROTÉGER ET DEMANDER DE L'AIDE ! Je me mets en danger quand ...	Je ne peux plus prendre soin de moi
Je n'ose plus laisser l'autre seul(e)		16
J'ai absolument besoin d'aide		17
Je n'ai plus de vie sociale		18
Je suis épuisé(e) psychologiquement et physiquement		19
Je n'arrive plus à faire face		20

Pour vous informer et vous faire aider :

CLIC • Hôpital Dupuytren • Bâtiment Pollux-D, Rez-de-chaussée •

1, avenue Eugène Delacroix, 91210 DRAVEIL

Tél : 01 85 23 00 50