



Aide-mémoire pour proches aidants

Unité virtuelle de soins

CE QUE VOUS DEVEZ SAVOIR

Vous soutenez un proche au quotidien. Sachez que vous pouvez obtenir de l'aide pour accomplir ce rôle important. Grâce à l'unité virtuelle de soins, votre proche peut recevoir des soins à la maison et avoir accès, en tout temps, à notre équipe de médecins et d'infirmières à distance.

On vous accompagne dans plusieurs domaines



Le rôle de proche aidant peut être exigeant et toucher à plusieurs aspects de la vie. De l'aide existe à chaque étape, peu importe le type de soutien dont vous avez besoin. Voici de quelles façons nous pouvons vous aider.

Soutien pour votre bien-être personnel

- Être écouté et compris (soutien émotionnel);
- Avoir accès à un soutien psychologique;
- Briser l'isolement et rester connecté aux autres (soutien social);
- Trouver du réconfort et garder espoir (soutien moral).

Soutien à la vie quotidienne

- Aide aux loisirs, aux activités sociales et sportives;
- Soutien pour les études ou la formation;
- Soutien pour le travail, les projets culturels ou créatifs.

Soutien pour les soins et la santé

- Aide à donner ou à organiser les médicaments;
- Aide à certains soins ou services de santé;
- Participe aux rencontres ou explications données par l'équipe de soins.

Vous avez besoin d'aide ?

**Appelez nos infirmières
en tout temps :**

**450 699-2425, poste 7704 ou
263 362-0594**

Nous sommes disponibles 24/7

Soutien pour la gestion et les tâches du quotidien

- Aide pour gérer l'argent et les papiers importants;
- Aide pour les tâches de tous les jours (faire l'épicerie, préparer les repas, etc.);
- Aide pour garder la maison propre et en ordre;
- Aide pour les démarches administratives, légales et juridiques (ex.: remplir des formulaires, faire des appels, comprendre des documents).

Soutien pour les déplacements et l'organisation

- Aide pour le transport;
- Aide pour les commissions et les courses;
- Accompagnement aux soins et services extérieurs (ex.: clinique, pharmacie).

Produit par Clarté santé, ce document est
protégé par la licence [Creative commons](#).



**Centre intégré
de santé
et de services sociaux
de la Montérégie-Ouest**

Québec 



santemonteregie.qc.ca/ouest