



## MOBILITÉ

« Si mon proche... »

- ne marchait plus seul(e) (besoin d'assistance)
- avait besoin d'assistance pour monter les marches
- avait des problèmes d'équilibre et risquait de chuter en mon absence
- était en chaise roulante
- était dans l'impossibilité de bouger
- Aucune limite

## CAPACITÉS FONCTIONNELLES

« Si mon proche... »

- avait besoin d'aide pour lire
- ne savait plus lire
- avait besoin d'aide pour écrire
- n'était plus apte à écrire
- était un peu désorienté dans le temps et qu'il mélangeait les différentes époques de sa vie
- ne pouvait plus du tout se repérer dans le temps
- ne faisait plus la distinction entre ces souvenirs et le moment présent
- avait de la difficulté à s'orienter dans l'espace (appartement, maison)
- pouvait se perdre dans de grands endroits mais pourtant connus
- ressentait le besoin de marcher, sans but ni raison (errance), s'il ne tenait plus en place
- avait de la difficulté à me reconnaître par moment
- me prenait pour quelqu'un d'autre
- ne me reconnaissait plus du tout
- Aucune limite

## ALIMENTATION

« Si mon proche... »

- mangeait trop lentement pour que je mange avec lui/elle
- mélangeait les différentes étapes d'un repas
- ne savait plus utiliser ses ustensiles
- avait besoin d'aide pour couper ses aliments
- avait besoin d'aide pour apporter les aliments à sa bouche
- réclamait de la nourriture en permanence parce qu'il oubliait qu'il avait déjà mangé
- avait besoin d'aide pour boire
- mangeait seulement des aliments mous
- n'arrivait plus à avaler
- refusait de se nourrir et maigrissait à vue d'œil
- Aucune limite

## HYGIÈNE ET SOINS CORPORELS

« Si mon proche avait besoin d'aide pour... »

- quelques étapes dans la douche
- prendre sa médication au quotidien
- avaler sa médication
- s'injecter sa médication
- le déroulement des différentes étapes aux toilettes verbalement (aide partielle)
- s'essuyer aux toilettes (aide totale)
- s'habiller
- faire sa routine matinale (ou de soir)
- se laver les dents/dentier
- le soin des ongles des pieds et des mains

« Si mon proche... »

- avait besoin de se faire laver entièrement
- refusait de prendre sa douche/bain/hygiène partielle
- était incontinent
- Si je devais voir mon proche nu
- Aucune limite

## COMMUNICATION

« Si mon proche... »

- était difficile à comprendre
- cherchait ses mots
- n'associait plus les bons mots avec les bonnes choses (aphasie)
- ne comprenait plus mes consignes
- ne parlait plus
- n'arrivait plus à formuler des propos cohérents
- ne me comprenait plus
- réclamait les personnes pourtant défuntes en permanence
- répétait toujours le même mot sans cesse
- Aucune limite

## COMPORTEMENTS

« Si mon proche... »

- devenait plus agité
- devenait plus anxieux ou nerveux
- n'avait souvent plus envie de rien faire
- ne voulait jamais rien faire et refusait toutes propositions
- avait toujours une humeur changeante
- devenait impulsif
- se mettait à dire les choses sans retenues
- avait des comportements inadéquats en public ou devant moi
- avait des idées paranoïaques
- était violent verbalement avec moi (cris, insultes)
- était agressif physiquement avec moi (poussé, griffer, frapper)
- refusait mon aide
- Aucune limite

## PRÉSENCE EN GÉNÉRAL

« Si je devais... »

- aller voir mon proche plusieurs fois/semaine
- aller voir mon proche chaque jour
- aller voir mon proche plusieurs fois par jour
- être là tous les jours et repartir le soir
- vivre avec mon proche
- Aucune limite

## SOMMEIL

« Si je... »

- devais me rendre chez mon proche chaque nuit
- devais me réveiller aux heures pour mon proche
- me faisais réveiller toutes les nuits par mon proche
- me faisais réveiller plusieurs fois par semaine par mon proche
- me faisais réveiller souvent par mon proche
- devais être tout la nuit avec mon proche
- ne pouvais avoir ... heures de sommeil consécutives
- ne dormais plus
- Aucune limite

## VIE PERSONNELLE

« Si je... »

- devais modifier mes habitudes de vie
- me sentais trop épuisé(e) pour conduire
- me sentais trop épuisé(e) pour prendre des nouvelles des autres
- me retrouvais seul(e) avec mon proche
- me rendais compte que je ne prenais plus assez soin de moi
- n'arrivais plus à répondre à mes besoins personnels en général
- n'avais plus de loisir
- sentais que mon univers ne tournait qu'autour de mon proche
- voyais que l'aide donnée à mon proche avait des répercussions sur ma vie de famille
- Aucune limite