



# DÉTAIL DES FORMULES

## Aide aux seniors

**Aide Assistance**

### CADRE DE VIE

|                                     | Aide | Assistance |
|-------------------------------------|------|------------|
| Nettoyage des fenêtres et vitres    | X    | X          |
| Entretien des plantes               | X    | X          |
| Vider et sortir les poubelles       | X    | X          |
| Maintenance et vigilance à domicile | X    | X          |
| Garde d'animaux de compagnie        | X    | X          |

### CUISINE

|                                                                               | Aide | Assistance |
|-------------------------------------------------------------------------------|------|------------|
| Nettoyer les sols, le plan de travail, la plaque de cuisson                   | X    | X          |
| Faire la vaisselle                                                            | X    | X          |
| Nettoyer l'intérieur des placards, le réfrigérateur, les appareils de cuisson | X    | X          |
| Programmer le lave vaisselle                                                  | X    | X          |

### SALON / CHAMBRES

|                                         | Aide | Assistance |
|-----------------------------------------|------|------------|
| Nettoyer les sols, faire les poussières | X    | X          |
| Ranger la pièce, organiser les placards | X    | X          |
| Entretenir les meubles, les équipements | X    | X          |
| Faire le lit / Changer les draps        | X    | X          |

### SANITAIRES / SDB

|                                           | Aide | Assistance |
|-------------------------------------------|------|------------|
| Nettoyer les sanitaires, les points d'eau | X    | X          |
| Entretenir les sols, faire les poussières | X    | X          |
| Ranger et organiser les placards          | X    | X          |

### LINGE

|                                                            | Aide | Assistance |
|------------------------------------------------------------|------|------------|
| Etendre, plier et repasser                                 | X    | X          |
| Laver à la main, détacher, repasser des matières délicates | X    | X          |
| Programmer le lave linge et le sèche linge                 | X    | X          |
| Effectuer des travaux simples de couture                   | X    | X          |

**Aide Assistance**

### ALIMENTATION

|                                                       | Aide | Assistance |
|-------------------------------------------------------|------|------------|
| Aider et préparer un repas simple / spécifique        | X    | X          |
| Accompagner aux courses                               | X    | X          |
| Faire les courses à partir d'une liste / en autonomie |      | X          |
| Ranger et conditionner les produits achetés           | X    | X          |

### REPAS

|                                | Aide | Assistance |
|--------------------------------|------|------------|
| Mettre la table                | X    | X          |
| Servir et débarrasser la table | X    | X          |
| Aider à la prise des repas     |      | X          |

### HYGIÈNE

|                                                                      | Aide | Assistance |
|----------------------------------------------------------------------|------|------------|
| Aider à la petite toilette (lavage des mains, visage, dents, rasage) |      | X          |
| Aider à la toilette                                                  |      | X          |
| Aider à l'habillage et au déshabillage                               |      | X          |
| Aider aux changes                                                    |      | X          |

### MOBILITÉ

|                                       | Aide | Assistance |
|---------------------------------------|------|------------|
| Sécuriser les déplacements            |      | X          |
| Aider aux déplacements                |      | X          |
| Aider aux transferts (lever, coucher) |      | X          |

### ACTIVITÉ

|                                              | Aide | Assistance |
|----------------------------------------------|------|------------|
| Participer à des jeux, discussions, échanges |      | X          |
| Accompagner à des promenades, sorties        |      | X          |
| Accompagner à des rdv médicaux, aux courses  |      | X          |
| Aide aux tâches administratives              | X    | X          |

