

## Projet de soutien (exemple d'Arnaud)

### Arnaud

Arnaud a 32 ans. Il présente de l'autisme et une déficience intellectuelle modérée. Arnaud vit seul dans sa maison. En journée, il va dans un service d'accueil de jour pour adultes. Arnaud perçoit des allocations de remplacement de revenus et d'intégration.

### Pourquoi compléter cet outil ?

Cet aperçu peut être réalisé de différentes manières selon les objectifs que l'on poursuit, par exemple :

- établir la liste des différentes aides nécessaires à la personne pour vivre chez soi en partant des conditions idéales. Lorsque cet aperçu est terminé, il est ensuite possible de regarder quel soutien pourrait être demandé, quelles pourraient être les priorités à suivre, ... ;
- envisager quels seraient les types de logement les plus adaptés à la personne (vivre chez soi ou dans une structure d'hébergement) ;
- avoir un aperçu des aides apportées au quotidien.

### Comment faire ?

1. Parcourez tous les domaines de la vie quotidienne et notez les activités nécessitant de l'aide (vous pouvez compléter au préalable la boîte à outils 'Compétences pour vivre chez soi' pour savoir quelle activité nécessite de l'aide).
2. Inscrivez les aides à apporter et décrivez le soutien nécessaire :
  - Organiser/planifier (p. ex. : indiquer dans le semainier quand faire le menu de la semaine)
  - Le faire avec la personne (pour qu'elle participe, sans chercher à lui apprendre, p. ex. : faire la liste des courses ensemble)

- Apprendre (p. ex. : apprendre à faire une soupe avec un support visuel)
  - Faire à la place (p. ex. : livraison de repas à domicile)
  - Etre disponible (p. ex. : permanence par téléphone lorsque la personne part faire des courses seule)
  - Contrôler (p. ex. : s'assurer si la personne a acheté tout ce qu'il y avait sur sa liste de courses)
  - Etre présent (p. ex. : être présent quand la personne fait ses courses mais sans aider -supervision)
3. Notez qui peut apporter l'aide. Ne pensez pas qu'aux services spécialisés pour les personnes avec un handicap mais envisagez également les services généraux tels que les titres-services ou les services d'aides et de soins à domicile. Prenez aussi en compte les personnes de l'entourage (les voisins, la famille, les amis, ...) qui peuvent donner un coup de main. N'hésitez pas à vous référer à la boîte à outils 'Aperçu des soutiens disponibles pour vivre chez soi'.
  4. Estimez combien de temps par semaine ou par mois l'aide devra être apportée par activité ainsi que le coût.
  5. Dans l''Aperçu général du coût des aides', reprenez qui (quel(s) service(s) ou quelle(s) personne(s) ) apportera de l'aide, le nombre total d'heures, le coût et les remboursements éventuels. Calculez ensuite le coût total, le remboursement total et le coût réel par mois.
  6. Complétez la grille 'Besoins hebdomadaires de soutien'.
  7. Répondez aux questions afin d'avoir une vue d'ensemble du soutien actuel, celui à rechercher et des premières démarches à réaliser.

## Soins personnels

Activité	Soutien	Qui?	Heures/sem	Coût?
<i>Se laver les cheveux</i>	<i>Planifier</i>	<i>Service d'accompagnement</i>	<i>1heure/semaine</i>	<i>15 €/mois</i>
	<i>Contrôler</i>	<i>Maman</i>	<i>5 minutes/semaine</i>	<i>0 €/mois</i>
<i>Prendre soin de ses ongles</i>	<i>Faire avec et apprendre</i>	<i>Maman</i>	<i>10 minutes/semaine</i>	<i>0 €/mois</i>
<i>Choisir ses vêtements en fonction du contexte</i>	<i>Faire avec</i>	<i>Maman</i>	<i>5 minutes/semaine</i>	<i>0 €/mois</i>

Remarque(s) :

## Alimentation-repas

Activité	Soutien	Qui?	Heures/sem	Coût?
<i>Préparer des repas chauds</i>	<i>Faire avec</i>	<i>Service d'accompagnement</i>	<i>Déjà compté</i>	<i>Déjà compté</i>
<i>Composer des menus équilibrés</i>	<i>Apprendre</i>	<i>Service d'accompagnement</i>	<i>Déjà compté</i>	<i>Déjà compté</i>
<i>Contrôler la date de péremption des aliments</i>	<i>Faire à la place</i>	<i>Service d'aide et de soins à domicile</i>	<i>2 heures/semaine</i>	<i>60€/mois</i>

Remarque(s) :

## Entretien de la maison

Activité	Soutien	Qui?	Heures/sem	Coût?
<i>Passer l'aspirateur</i>	<i>Planifier</i>	<i>Service d'accompagnement</i>	<i>Déjà compté</i>	<i>Déjà compté</i>
<i>Faire le nettoyage habituel</i>	<i>Faire avec</i>	<i>Service d'aide et de soins à domicile</i>	<i>Déjà compté</i>	<i>Déjà compté</i>
<i>Faire le nettoyage occasionnel</i>	<i>Faire à la place</i>	<i>Service d'aide et de soins à domicile</i>	<i>Déjà compté</i>	<i>Déjà compté</i>
<i>Différencier et utiliser les produits d'entretien</i>	<i>Faire à la place</i>	<i>Service d'aide et de soins à domicile et Maman</i>	<i>10 minutes/semaine</i>	<i>Déjà compté</i>
<i>Faire le repassage</i>	<i>Faire à la place</i>	<i>Titres-services</i>	<i>2 heures/mois</i>	<i>15 €/mois</i>
<i>Changer les draps du lit</i>	<i>Faire avec</i>	<i>Maman</i>	<i>30 minutes/mois</i>	<i>Déjà compté</i>
<i>Prendre les précautions nécessaires pour réaliser des petits travaux</i>	<i>Faire à la place</i>	<i>Papa</i>	<i>30 minutes/mois</i>	<i>Déjà compté</i>
<i>Faire appel à des professionnels</i>	<i>Faire à la place</i>	<i>Maman</i>	<i>Au besoin</i>	

Remarque(s) :

## Courses et achats

Activité	Soutien	Qui?	Heures/sem	Coût?
<i>Faire les courses habituelles dans un grand magasin</i>	<i>Faire avec</i>	<i>Maman</i>	<i>1 heure/semaine</i>	<i>Déjà compté</i>
<i>Faire les courses occasionnelles</i>	<i>Faire avec</i>	<i>Maman</i>	<i>30 minutes/semaine</i>	<i>Déjà compté</i>
<i>Demander de l'aide au vendeur</i>	<i>Apprendre</i>	<i>Service d'accompagnement</i>	<i>Déjà compté</i>	<i>Déjà compté</i>
<i>Économiser pour faire des achats plus importants</i>	<i>Faire à la place</i>	<i>Administrateur de biens</i>	<i>15 minutes/semaine</i>	<i>30€/mois</i>

Remarque(s) :

## Gestion du temps

Activité	Soutien	Qui?	Heures/sem	Coût?
<i>Planifier l'utilisation de son temps</i>	<i>Faire avec</i>	<i>Service d'accompagnement</i>	<i>Déjà compté</i>	<i>Déjà compté</i>
<i>Arriver à l'heure à ses rendez-vous</i>	<i>Faire avec</i>	<i>Maman</i>	<i>Au besoin</i>	<i>Déjà compté</i>
<i>Estimer la durée d'une activité</i>	<i>Faire à sa place</i>	<i>Maman</i>	<i>Au besoin</i>	

Remarque(s) :









## Santé

Activité	Soutien	Qui?	Heures/sem	Coût?
<i>Soigner ses maux courants</i>	<i>Contrôler</i>	<i>Maman</i>	<i>Au besoin</i>	<i>Déjà compté</i>
<i>Aller voir le médecin</i>	<i>Faire avec</i>	<i>Maman</i>	<i>Au besoin</i>	<i>Déjà compté</i>
<i>Aller voir le dentiste</i>	<i>Faire avec</i>	<i>Maman</i>	<i>Au besoin</i>	<i>Déjà compté</i>
<i>Évaluer la gravité d'un problème</i>	<i>Faire à la place</i>	<i>Maman</i>	<i>Au besoin</i>	<i>Déjà compté</i>
<i>Faire face à une contrariété</i>	<i>Apprendre</i>	<i>Logopède privée, Service d'accompagnement</i>	<i>Déjà compté</i>	<i>Déjà compté</i>
<i>Se protéger des maladies sexuellement transmissibles</i>	<i>Apprendre</i>	<i>Frère</i>	<i>Au besoin</i>	<i>Déjà compté</i>
<i>Prendre ses rendez-vous médicaux</i>	<i>Faire à la place</i>	<i>Maman</i>	<i>Au besoin</i>	<i>Déjà compté</i>

Remarque(s) :

## Respect des règles de vie en logement communautaire

Activité	Soutien	Qui?	Heures/sem	Coût?
<i>Respecter le partage des tâches</i>	<i>Planifier</i>	<i>Service d'accompagnement</i>	<i>Déjà compté</i>	<i>Déjà compté</i>

Remarque(s) :

## Gestion financière et administrative

Activité	Soutien	Qui?	Heures/sem	Coût?
<i>L'ensemble des items</i>	<i>Faire à place</i>	<i>Administrateur de biens</i>	<i>Déjà compté</i>	<i>Déjà compté</i>

Remarque(s) :

## Aperçu général du coût des aides

Qui?	Heures/mois	Coûts/mois	Remboursement
<i>Service d'accompagnement</i>	<i>2 heures/mois</i>	<i>15€</i>	<i>/</i>
<i>Service d'aide et de soins à domicile</i>	<i>8 heures/mois</i>	<i>56€</i>	<i>/</i>
<i>Titres-services</i>	<i>2 heures/mois</i>	<i>15€</i>	<i>4,50€</i>
<i>Logopède privée</i>	<i>4 heures/mois</i>	<i>200€</i>	<i>/</i>
<i>Administrateur de biens</i>	<i>4 heures/mois</i>	<i>30€</i>	<i>/</i>
<i>Maman</i>	<i>Variable entre 2 heures 30 et 5 heures</i>	<i>0€</i>	<i>/</i>

<b>Coût total</b>	<b>316 €</b>
<b>Remboursement total</b>	<b>4.50€</b>
<b>Coût réel par mois</b>	<b>311,50€</b>

## Besoins hebdomadaires de soutien

	Lundi				Mardi				Mercredi				Jeudi				Vendredi				Samedi				Dimanche							
Soins personnels	6h -	9h -	16h -	21h -	6h -	9h -	16h -	21h -	6h -	9h -	16h -	21h -	6h -	9h -	16h -	21h -	6h -	9h -	16h -	21h -	6h -	9h -	16h -	21h -	6h -	9h -	16h -	21h -	6h -	9h -	16h -	21h -
	9h	16h	21h	6h	9h	16h	21h	6h	9h	16h	21h	6h	9h	16h	21h	6h	9h	16h	21h	6h	9h	16h	21h	6h	9h	16h	21h	6h	9h	16h	21h	6h
<i>Se laver les cheveux</i>											✗																					
<i>Prendre soin de ses ongles</i>											✗																					
<i>Choisir ses vêtements en fonction du contexte</i>																							✗									

Remarque(s) :

	Lundi				Mardi				Mercredi				Jeudi				Vendredi				Samedi				Dimanche							
Alimentation – Repas	6h -	9h -	16h -	21h -	6h -	9h -	16h -	21h -	6h -	9h -	16h -	21h -	6h -	9h -	16h -	21h -	6h -	9h -	16h -	21h -	6h -	9h -	16h -	21h -	6h -	9h -	16h -	21h -	6h -	9h -	16h -	21h -
	9h	16h	21h	6h	9h	16h	21h	6h	9h	16h	21h	6h	9h	16h	21h	6h	9h	16h	21h	6h	9h	16h	21h	6h	9h	16h	21h	6h	9h	16h	21h	6h
<i>Préparer des repas chauds</i>																							✗									
<i>Composer des menus équilibrés</i>																			✗													
<i>Contrôler la date de péremption des aliments</i>														✗																		

Remarque(s) :

## Besoins hebdomadaires de soutien

	Lundi				Mardi				Mercredi				Jeudi				Vendredi				Samedi				Dimanche							
Entretien de la maison	6h	9h	16h	21h	6h	9h	16h	21h	6h	9h	16h	21h	6h	9h	16h	21h	6h	9h	16h	21h	6h	9h	16h	21h	6h	9h	16h	21h	6h	9h	16h	21h
	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
	9h	16h	21h	6h	9h	16h	21h	6h	9h	16h	21h	6h	9h	16h	21h	6h	9h	16h	21h	6h	9h	16h	21h	6h	9h	16h	21h	6h	9h	16h	21h	6h
<i>Passer l'aspirateur</i>																																
<i>Faire le nettoyage habituel</i>																																
<i>Faire le nettoyage occasionnel</i>																																
<i>Différencier et utiliser les produits d'entretien</i>																																
<i>Faire le repassage</i>																																
<i>Changer les draps du lit</i>																																
<i>Prendre les précautions nécessaires pour réaliser des petits travaux</i>																																
<i>Faire appel à des professionnels</i>																																

Remarque(s) :



## Besoins hebdomadaires de soutien

	Lundi				Mardi				Mercredi				Jeudi				Vendredi				Samedi				Dimanche							
Courses et achats	6h-9h	9h-16h	16h-21h	21h-6h	6h-9h	9h-16h	16h-21h	21h-6h	6h-9h	9h-16h	16h-21h	21h-6h	6h-9h	9h-16h	16h-21h	21h-6h	6h-9h	9h-16h	16h-21h	21h-6h	6h-9h	9h-16h	16h-21h	21h-6h	6h-9h	9h-16h	16h-21h	21h-6h				
<i>Faire les courses habituelles dans un grand magasin</i>																																
<i>Faire les courses occasionnelles</i>																																
<i>Demander de l'aide au vendeur</i>																																
<i>Économiser pour faire des achats plus importants(*)</i>																																

**Remarque(s) :** (\*) toutes les tâches administratives et financières complexes sont réalisées par l'administrateur de biens, en fonction de la situation et des besoins d'Arnaud

## Besoins hebdomadaires de soutien

	Lundi				Mardi				Mercredi				Jeudi				Vendredi				Samedi				Dimanche							
Gestion du temps	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
	9h	16h	21h	6h	9h	16h	21h	6h	9h	16h	21h	6h	9h	16h	21h	6h	9h	16h	21h	6h	9h	16h	21h	6h	9h	16h	21h	6h	9h	16h	21h	6h
<i>Planifier l'utilisation de son temps</i>																																
<i>Arriver à l'heure à ses rendez-vous</i>																																
<i>Estimer la durée d'une activité</i>																																

**Remarque(s) :** *il est difficile de répondre à cela, ces activités sont réalisées en fonction de la situation et des besoins*

	Lundi				Mardi				Mercredi				Jeudi				Vendredi				Samedi				Dimanche							
Déplacements	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
	9h	16h	21h	6h	9h	16h	21h	6h	9h	16h	21h	6h	9h	16h	21h	6h	9h	16h	21h	6h	9h	16h	21h	6h	9h	16h	21h	6h	9h	16h	21h	6h

**Remarque(s) :** *pas de besoins à l'heure actuelle dans ce domaine*

## Besoins hebdomadaires de soutien

	Lundi				Mardi				Mercredi				Jeudi				Vendredi				Samedi				Dimanche							
<b>Activité(s) de loisirs</b>	6h -	9h -	16h -	21h -	6h -	9h -	16h -	21h -	6h -	9h -	16h -	21h -	6h -	9h -	16h -	21h -	6h -	9h -	16h -	21h -	6h -	9h -	16h -	21h -	6h -	9h -	16h -	21h -	6h -	9h -	16h -	21h -
	9h -	16h -	21h -	6h -	9h -	16h -	21h -	6h -	9h -	16h -	21h -	6h -	9h -	16h -	21h -	6h -	9h -	16h -	21h -	6h -	9h -	16h -	21h -	6h -	9h -	16h -	21h -	6h -	9h -	16h -	21h -	6h -
<i>Planifier ses vacances (*)</i>																																
<i>Savoir estimer le temps à ne pas dépasser pour ses hobbies</i>																																

Remarque(s) : (\*) soutien variable, en fonction de la saison et des besoins

	Lundi				Mardi				Mercredi				Jeudi				Vendredi				Samedi				Dimanche							
<b>Compétences sociales et de communication</b>	6h -	9h -	16h -	21h -	6h -	9h -	16h -	21h -	6h -	9h -	16h -	21h -	6h -	9h -	16h -	21h -	6h -	9h -	16h -	21h -	6h -	9h -	16h -	21h -	6h -	9h -	16h -	21h -	6h -	9h -	16h -	21h -
	9h -	16h -	21h -	6h -	9h -	16h -	21h -	6h -	9h -	16h -	21h -	6h -	9h -	16h -	21h -	6h -	9h -	16h -	21h -	6h -	9h -	16h -	21h -	6h -	9h -	16h -	21h -	6h -	9h -	16h -	21h -	6h -
<i>L'ensemble des items</i>																																

Remarque(s) :

## Besoins hebdomadaires de soutien

	Lundi				Mardi				Mercredi				Jeudi				Vendredi				Samedi				Dimanche							
Santé	6h	9h	16h	21h	6h	9h	16h	21h	6h	9h	16h	21h	6h	9h	16h	21h	6h	9h	16h	21h	6h	9h	16h	21h	6h	9h	16h	21h	6h	9h	16h	21h
	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
	9h	16h	21h	6h	9h	16h	21h	6h	9h	16h	21h	6h	9h	16h	21h	6h	9h	16h	21h	6h	9h	16h	21h	6h	9h	16h	21h	6h	9h	16h	21h	6h
<i>Soigner ses maux courants</i>																																
<i>Aller voir le médecin</i>																																
<i>Aller voir le dentiste</i>																																
<i>Évaluer la gravité d'un problème</i>																																
<i>Faire face à une contrariété</i>																																
<i>Se protéger des maladies sexuellement transmissibles</i>																																
<i>Prendre ses rendez-vous médicaux</i>																																

Remarque(s) : *Le besoin de soutien est variable en fonction des besoins et de la santé d'Arnaud.*

## Besoins hebdomadaires de soutien

	Lundi				Mardi				Mercredi				Jeudi				Vendredi				Samedi				Dimanche							
<b>Respect des règles de vie en logement communautaire</b>	6h -	9h -	16h -	21h -	6h -	9h -	16h -	21h -	6h -	9h -	16h -	21h -	6h -	9h -	16h -	21h -	6h -	9h -	16h -	21h -	6h -	9h -	16h -	21h -	6h -	9h -	16h -	21h -	6h -	9h -	16h -	21h -
<i>Respecter le partage des tâches</i>																																
<i>Avertir de l'organisation d'une fête</i>																																

Remarque(s) :

	Lundi				Mardi				Mercredi				Jeudi				Vendredi				Samedi				Dimanche							
<b>Gestion financière et administrative</b>	6h -	9h -	16h -	21h -	6h -	9h -	16h -	21h -	6h -	9h -	16h -	21h -	6h -	9h -	16h -	21h -	6h -	9h -	16h -	21h -	6h -	9h -	16h -	21h -	6h -	9h -	16h -	21h -	6h -	9h -	16h -	21h -
<i>L'ensemble des items</i>																																

Remarque(s) : *jours et heures variables en fonction des besoins*

## Synthèse:

Le soutien à apporter à la personne doit-il être :  occasionnel ?  régulier ?  (presque) constant ?

Le soutien à apporter concerne :

(vous pouvez vous référer à la boîte à outils **Compétences pour vivre chez soi** pour répondre à cette question)

- principalement une aide au niveau de l'organisation, de la planification et de la prise d'initiative
- principalement une aide au niveau de la réalisation des activités
- autant une aide au niveau de l'organisation, de la planification et de la prise d'initiative qu'une aide au niveau de la réalisation des activités

Actuellement, le soutien est surtout nécessaire:

- des jours précis : *les mercredis, jeudis et samedis*.....
- des heures précises : *la semaine après 16 heures et le samedi en journée* .....

Le soutien est apporté par :

- des services généraux : *Service d'aide et de soins à domicile, entreprise de titres-services*.....
- des services spécifiques au handicap : *un service d'accompagnement*.....
- des professionnels indépendants : *une logopède, un avocat comme administrateurs de biens*.....
- des bénévoles : .....
- les membres de la famille : *les parents et le frère*.....
- les membres du réseau social (voisins, amis, collègues, ...) : .....
- autres : .....

Personnes ou services qui seraient de meilleures alternatives au besoin de soutien (parce que le soutien actuel va changer, est trop onéreux, est trop mobilisé, ...):

- .....*Maman*..... → alternative possible : *taxi social*..... pour : *déplacements pour les grandes courses* (activité)
- ..... *Maman* ..... → alternative possible : *service d'aide et de soins à domicile*.....pour : *l'hygiène (les ongles)*.....(activité)
- ..... → alternative possible : ..... pour : ..... (activité)
- ..... → alternative possible : ..... pour : ..... (activité)
- ..... → alternative possible : ..... pour : ..... (activité)

Pour cette activité, il y a encore un besoin de soutien : *faire du sport dans la salle de fitness de son village*.....

Soutien possible par : *un volontaire dans l'entourage ou le voisinage*.....

Démarches à faire : *mettre une annonce à la salle de fitness* .....

Par qui ? : *Service d'accompagnement* .....

Pour cette activité, il y a encore un besoin de soutien : .....

Soutien possible par : .....

Démarches à faire : .....

Par qui ? : .....

Pour cette activité, il y a encore un besoin de soutien : .....

Soutien possible par : .....

Démarches à faire : .....

Par qui ? : .....

Ces activités devront être apprises :

(vous pouvez vous référer à la boîte à outils **Compétences pour vivre chez soi** pour répondre à cette question)

*Prendre soin de ses ongles* .....Par qui ? : *Service d'aide et de soins à domicile*.....

*Composer des menus équilibrés* .....Par qui ? : *Service d'accompagnement*.....

*Demander de l'aide au vendeur* .....Par qui ? : *logopède*.....

*L'ensemble des items de communication*.....Par qui ? : *logopède*.....

*Faire face à la contrariété*.....Par qui ? : *logopède et service d'accompagnement*.....

*Se protéger des maladies sexuellement transmissibles* .....Par qui ? : *frère*.....

*Avertir de l'organisation d'une fête* .....Par qui ? : *logopède*.....

.....Par qui ? : .....



## Notes