

# A Vos Côtés

**Tester un soutien  
à la fois du senior et de son proche  
pour préparer l'avenir sereinement**

**Vous aidez régulièrement  
un proche avançant en âge ?**



Pour cette étude,  
nous recherchons  
**6 AIDANTS**  
résidant sur la région  
grenobloise



## Pourquoi cette étude ?

- Il y a 8,3 millions d'aidants en France.
- Beaucoup de personnes ne se reconnaissent pas comme aidants.
- Il n'existe pas d'accompagnement dans la durée à la fois du proche et du senior pour préparer l'avenir sereinement.
- Les proches de seniors autonomes n'ont pas d'interlocuteur privilégié pour aborder toutes les questions relatives au vieillissement et à l'avenir.
- Comment se retrouver parmi la multitude de solutions pour le bien-vieillir ?

Cette étude bénéficie d'un **financement public du Gérontopôle Auvergne Rhône-Alpes**. Elle est menée par l'association **TASDA**, **centre expert** sur le soutien à domicile et un **consultant Géronconsult**.



## En quoi consiste « A Vos Côtés » ?

**Tester un soutien et une écoute par un professionnel**

**Imaginer avec nous les outils adaptés pour garder le lien !**

Pendant 6 mois

# Puis-je participer ?

- Vous rendez visite régulièrement à votre proche (accompagnement pour des démarches administratives, RDV médicaux, petit bricolage, etc.), sans vous en rendre compte, vous êtes un aidant.
- Vous vous posez des questions votre rôle auprès de votre proche et sur votre l'avenir.
- Votre proche est retraité.
- Vous habitez tous les deux en région grenobloise.
- Vous avez envie de partager une expérience ensemble et donner votre avis.



## Concrètement, comment cela se passe ?

Durée : 6 mois

### 1. Une rencontre à domicile avec votre conseiller : un professionnel du bien vieillir

Une première visite au domicile de votre proche en votre présence permet de faire un point sur votre situation, vos attentes, vos préoccupations, et vos envies.

### 2. Des entretiens téléphoniques avec le conseiller pour votre proche et pour vous :

- *Pour vous*, il s'agit de vous aider à accompagner votre proche en respectant ses envies et ses volontés pour aujourd'hui et demain.
- *Pour votre proche*, il s'agit d'aborder des thématiques de prévention générale (santé, bien être, lien social, aménagement du logement, actes de la vie quotidienne...) pour l'aider à formuler ses envies en fonction de l'évolution de sa situation.

### 3. Des temps conviviaux avec tous les participants,

organisés au cours du projet pour recueillir votre avis et imaginer, ensemble, les outils utiles pour faciliter vos échanges.



# Pourquoi participer ?

## \* Bénéficier gratuitement pendant 6 mois :

- Un suivi original par le conseiller qui est à l'écoute à la fois de vos questionnements et des envies de votre proche.
- Ce professionnel du bien vieillir est à vos côtés pour vous soutenir, vous faciliter le quotidien et préparer l'avenir sereinement.

\* Nous aider à progresser sur la thématique du soutien aux aidants car vous êtes les mieux placés pour exprimer des besoins et des attentes à ce sujet.

## Quels sont vos engagements ?

- Vous n'aurez rien à changer à votre façon de vivre et à vos habitudes.
- Vous échangerez avec le conseiller à votre rythme.
- Vous répondrez à des questionnaires d'évaluation (anonymes) en début de projet et à la fin.
- Vous participerez à 3 rencontres à Grenoble.

## A Vos Côtés

## Contact

En savoir plus ou s'inscrire :

TASDA

163 Cours Berriat

38 000 Grenoble

04 58 00 38 86

Email : [avoscotes@tasda.fr](mailto:avoscotes@tasda.fr)

[www.tasda.fr](http://www.tasda.fr)



GéronConsult