

Planning quotidien



SOINS GÉNÉRAUX

L M M J V S D

Habiller							
Faire manger son proche							
Hydrater							
Administer les médicaments							
Emmener aux toilettes							



HYGIÈNE

L M M J V S D

Hygiène personnelle quotidienne							
Changer la personne							
Faire la toilette/brosser les cheveux							
Laver les cheveux							
Hydrater la peau							



MÉNAGE

L M M J V S D

Petit ménage							
Passer l'aspirateur							
Retirer la poussière							
Nettoyer la cuisine							
Nettoyer la salle de bain (y compris changer les serviettes)							
Nettoyer la chambre à coucher (y compris changer les draps)							
Faire des lessives							
Faire les courses							



AUTRES TÂCHES

L M M J V S D

Préparation et planification des repas							
Programmation des rendez-vous							
Paiement des factures et responsabilités financières							
Répondre aux messages, e-mails et appels							
Exercices physiques ou de mobilité							