



Sophie B. - 49 ans - aide à domicile à Selles-Sur-Cher

« J'ai développé beaucoup de compétences depuis que je fais ce métier : mon autonomie, ma polyvalence, ma gestion du stress. J'ai suivi trois formations qui m'ont beaucoup apporté. J'aime à dire que nous sommes des « encourageuses » d'autonomie. C'est très gratifiant de rentrer le soir chez moi en me disant que j'ai permis, à travers mon travail, à une personne d'être bien. Je suis fière d'aider l'autre, je suis épanouie. C'est un métier qui représente la Vie ! Je suis une professionnelle avec des protocoles à tenir, des techniques à effectuer, une analyse à avoir. Ce n'est pas un petit boulot dans lequel on ne fait que le ménage. On ne travaille pas qu'avec des personnes âgées. On travaille avec tous les publics. On nous assimile trop à une tâche et à un public. »



pour tous, toute la vie, partout



Blandine A. - 49 ans - aide à domicile à Oucques

« J'ai développé de nombreuses compétences à l'ADMR : l'aide à la toilette et à l'habillage, l'aide administrative, l'aide à la prise des repas, l'entretien du logement, du linge, l'accompagnement aux courses. Surtout, j'ai obtenu mon diplôme d'auxiliaire de vie en 2016 grâce aux acquis. J'ai fait beaucoup de formations qui ont été intéressantes. J'essaie d'en faire au moins 1 par an. J'aime faire rire les gens, leur redonner un peu de baume au cœur. Le plus grand regret est de ne pas pouvoir les sortir de leur quotidien surtout en cette période de confinement. Le contact leur a manqué mais nous étions là. Chaque vendredi soir, j'aime enlever mon masque sur le pas de la porte pour leur faire un sourire. »



Justine O. - 37 ans - aide à domicile à Saint-Julien

« Nous ne sommes pas des femmes de ménage, nous faisons bien plus de choses. Je suis arrivée à l'ADMR avec une formation d'Assistante de Vie aux Familles. Il faut savoir faire preuve d'analyse. C'est très important de détecter les besoins et les capacités des gens. Nous utilisons de plus en plus le matériel pour mobiliser les personnes. Les bénéficiaires comptent sur nous. Je suis fière de les aider et de voir qu'ils sont satisfaits de mon travail. Ce n'est pas rien que de leur permettre de rester vivre bien chez eux. »



Fabienne C. - 49 ans - aide à domicile à Vendôme

« Lorsque j'ai commencé à l'ADMR, je n'avais aucune formation dans ce domaine. J'avais un diplôme de vente. J'ai suivi plusieurs formations sur les pathologies, sur le handicap, sur l'accompagnement de fin de vie. Outre, les gestes techniques, j'ai appris à être plus professionnelle dans les gestes et les tâches, être à l'écoute. J'ai acquis beaucoup de patience. Nous sommes là pour aider les personnes, je suis un peu leurs mains. On ne doit pas faire les choses à leur place, on doit les y aider quand cela est faisable. Nous sommes là pour les soutenir, les stimuler aux actes essentiels. Je suis là pour elles et moi, ça m'apporte de la joie. Dans aide à domicile, il y a le mot aide et dans auxiliaire de Vie, il y a vie. Pour moi, ces 2 mots définissent mon métier « Aide à la Vie ». J'aimerais que nous soyons reconnus à notre juste valeur. »

Nathalie G. - 49 ans - aide à domicile à Onzain

« En arrivant à l'ADMR, j'étais très timide. J'ai progressé, j'ai appris sur le terrain, il y a eu les formations et aujourd'hui je fais mon métier tout en continuant d'apprendre. J'ai obtenu le titre d'employée familiale polyvalente. J'ai suivi des formations à l'ADMR autour des échanges, des troubles cognitifs, l'utilisation du matériel, la dénutrition, les troubles psychiatriques, de l'alimentation, du diabète. Nous ne sommes pas des femmes de ménage mais des aides à domicile ! Aujourd'hui c'est un métier complet pour de l'aide à la personne. Je vais doucement pour permettre aux bénéficiaires d'apprendre à me connaître afin qu'ils gagnent confiance. Il faut laisser le temps de se faire accepter. Une confiance mutuelle doit s'installer pour que tout se passe bien. »



**Les métiers de l'ADMR sont riches, divers et variés.
L'ADMR vous donne la parole.**

**Adressez-nous vos témoignages à l'adresse
teмоignages@fede41.admr.org**

**Vous pouvez aussi rejoindre Sophie, Justine
Nathalie, Fabienne et Blandine
en adressant votre candidature à jepostule@fede41.admr.org**