

# KIT DE SURVIE

Le guide essentiel de l'Aide-Soignant en Belgique

aide-soignant.be

## 1. Votre check-list de prise de poste

Pour ne rien oublier lors de vos premières semaines en MR-MRS ou en milieu hospitalier :

- La Transmission** : Arrivez 5-10 min à l'avance pour lire le journal de bord.
- L'équipement** : Vérifiez que vous avez votre stylo, montre (trotteuse) et carnet de notes.
- Tour de salle** : Identifiez les priorités (patients à jeun, rendez-vous examens).
- Vérification chariot** : Gants, sacs poubelles, alèses, protections.

**Conseil de pro** : Le carnet de poche est votre meilleur ami. Notez-y les habitudes spécifiques des résidents (ex: "Mme Janssens préfère son café sans sucre").

## 2. Lexique Médical Indispensable

Terme / Abréviation	Signification pratique
IFIC	Le barème salarial (secteur privé/fédéral).
HGT	Hémogluco-test (contrôle glycémie).
MR / MRS	Maison de Repos / Maison de Repos et de Soins.
Escarre	Lésion cutanée due à une pression (vigilance rougeurs !).
Décubitus	Position allongée (latéral, dorsal).

### 3. Ergonomie & Sécurité

Prendre soin des autres commence par prendre soin de soi (et de son dos).

#### Les règles d'or :

- Utilisez toujours le matériel de manutention (lève-personne, drap de glisse).
- Réglez la hauteur du lit avant chaque soin (hauteur des hanches).
- N'hésitez pas à demander l'aide d'un collègue pour les transferts lourds.

### 4. Ressources & Droits en Belgique

Où trouver les informations fiables ?

- **Salaires** : Consultez les barèmes sur le site des syndicats ou de l'IFIC.
- **Formation** : Le visa d'aide-soignant est obligatoire, vérifiez sa validité sur le portail de la santé.
- **Emploi** : Le Forem, Actiris et le VDAB sont vos alliés pour les primes à l'embauche.

---

Ce guide vous est offert par [aide-soignant.be](https://aide-soignant.be)

*Ressources, conseils et fiches de révision pour les professionnels du soin en Belgique.*