



JANVIER - FEVRIER 2020

SCOP NEWS

LA VIE DE VOTRE SOCIETE



AU SOMMAIRE

ACTU ET MÉMO ————— 1

DOSSIER DU MOIS ————— 3

Les règles

PROMOUVOIR LA QUALITÉ ET LA BIENTRAITANCE ————— 5

Le lever, le coucher et les déplacements

SECOURISME ————— 8

Réagir en cas de malaise

RECETTES ————— 9

Recette 1 : Poêlée de riz aux poireaux,
champignons et parmesan

Recette 2 : Les crêpes de Cyril Lignac

DIVERTISSEMENT ————— 11

Jeux 1 : Mots fléchés

Jeux 2 : Sudoku

ACTU ET MÉMO

UN CADEAU VOUS ATTEND À L'AGENCE

Un petit paquet vous attend à l'agence. Nous invitons tous ceux d'entre vous qui ne l'ont pas encore eu à passer à l'agence pour le récupérer. Les autres, votre présence est toujours la bienvenue.

LES TEMPS DE CONVIVIALITES

Retour sur le goûter de Noël :

Nous avons eu le plaisir d'accueillir une vingtaine d'entre vous pour le goûter de Noël. Nous espérons que vous avez passé un agréable moment et vous remercions d'être passé pour partager un moment avec l'équipe du bureau.

Goûter à venir : Goûter de la Chandeleur le mardi 04 février prochain

L'organisation de ce goûter sera la même que celle pour le goûter précédent. Nous espérons vous voir plus nombreux. N'attendez plus et répondez dès à présent à l'invitation qui vous a été transmise par mail.

SIMULATION

COMBIEN COÛTENT LES CHÈQUES RESTAURANT ?



Le titre restaurant est un titre de paiement permettant aux salariés qui ne disposent pas d'une cantine dans leur entreprise de prendre des repas à l'extérieur.

Les titres restaurant ont un coût pour l'entreprise et pour le salarié. A l'heure actuelle, l'entreprise n'est pas en mesure de mettre en place ce dispositif, le coût étant trop important.

Une simulation a été réalisée en posant l'hypothèse suivante : 20 titres par personne et par mois d'une valeur unitaire de 5€. Le budget total annuel est présenté sur l'image de gauche et le budget total mensuel sur la droite.



RAPPEL: NOUVEAU SYSTÈME DE LA PRIME D'ASSIDUITÉ

A compter du 01er janvier 2020, une nouvelle forme de prime d'assiduité est mise en place.

Désormais, la prime d'assiduité sera versée semestriellement aux mois de juillet et de décembre de chaque année sous réserve de remplir les conditions ouvrant droit à cette prime.

Pour mémoire, le montant de la prime est fixé à 200 €. Toutefois, des manquements aux conditions entraîneront la diminution de la prime à hauteur de 20 % par manquement.

RAPPEL : LES CONGÉS PAYÉ D'ÉTÉ

Le congé principal de 12 jours ouvrables doit avoir lieu entre le 01er juin et le 31 octobre. Il est impératif que les demandes de congés soient transmises au bureau avant le 28 février 2020.

LE SAVIEZ-VOUS ?

Si vous optez pour la déduction des frais réels pour la déclaration de vos revenus, vous avez la possibilité de faire état des dépenses supplémentaires liés au repas car vous ne disposez pas d'un espace de restauration sur votre lieu de travail.

WELCOME

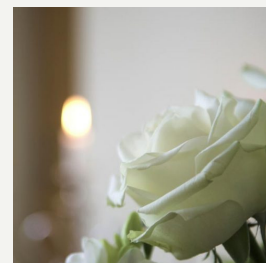
2 nouvelles personnes intègrent l'équipe SCOP SERVICES.

Nous souhaitons la bienvenue à Rukayat (assistante de vie) et à Déborah (assistante de vie en contrat de professionnalisation).

ILS NOUS ONT QUITTÉS

Ces derniers mois des bénéficiaires nous ont quittés. Nous sommes au regret de vous annoncer plusieurs décès.

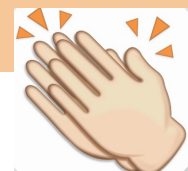
- Madame RIHAL
- Madame MOURON
- Monsieur FONTON
- Monsieur DEHAIS
- Monsieur LE MOAL
- Monsieur DUPONT
- Monsieur HAROUS



RETOURS DES BÉNÉFICIAIRES

Le fils de Monsieur LE MOAL Emile remercie l'ensemble des équipes de SCOP SERVICES pour leurs sérieux et leurs travaux de qualité dans les interventions.

Monsieur MAILLARD Robert et sa fille remercient les équipes de SCOP SERVICES pour leur flexibilité, leur compréhension et les services rendus.



Les maladies liées au vieillissement

Les maladies liées au vieillissement sont caractérisées par une dégénérescence neurologique plus ou moins sévère. La plus connue est la maladie d'Alzheimer, qui évolue progressivement et se manifeste par des troubles de la mémoire. Un autre type de maladie est la démence sénile, qui touche la personne très âgée.



LA MALADIE D'ALZHEIMER

Les symptômes du début sont si minimes que rien de vraiment anormal n'est décelé. Mais lentement, inexorablement, la maladie évolue et des troubles neurologiques deviennent évidents, notamment au niveau de la mémoire. L'amnésie perturbe la vie quotidienne et la vie sociale du malade de la famille.

Les symptômes peuvent être caractérisés par les **4 A**.

- **Amnésie** : la mémoire est atteinte.
- **Aphasie** : des troubles du langage apparaissent ensuite (la communication devient difficile, la personne oubliera des mots faciles ou y substituera des mots inappropriés);
- **Apraxie** : la maladresse gestuelle s'accompagne de la perte de sensation;
- **Agnosie**: la personne ne reconnaît plus son entourage (état de profonde confusion mentale).

LA DÉMENCE SÉNILE

La démence sénile est la baisse des fonctions cérébrales chez la personne âgée. Elle survient par paliers.

- **La personne bouge moins**. C'est un malade en général calme au début de la maladie.
- **La personne perd parfois ses repères** à l'occasion d'un événement brutal (deuil, hospitalisation, déménagement).
- Ensuite apparaissent une **désorientation dans le temps et l'espace** et de **graves troubles de la mémoire** (à ce stade, la personne est soit agitée, soit apathique).

QUELQUES CHIFFRES

Source : fondation recherche alzheimer

900 000

personnes malades en France

225 000

nouveaux cas par an

2 / 3

des malades sont des femmes

+ 1 000 €

par mois à charge du malade et de sa famille

LE RÔLE DE L'INTERVENANT(E) A DOMICILE

L'intervenant(e) à domicile veillera à satisfaire les différents besoins fondamentaux de la personne malade et plus particulièrement :

- **Le besoin de communiquer** : La personne malade bute sur la conversation courante. Au stade avancé de sa maladie elle ne comprend plus la signification des mots. Elle pose moins de questions. L'intervenant(e) doit donc rassurer la personne, faciliter le dialogue, faire des phrases simples et courtes et reformuler souvent.
- **Le besoin de s'alimenter**: L'intervenant(e) doit veiller notamment à :
 - faire boire souvent de l'eau : cela diminue l'agitation (la personne a soif mais a du mal à l'exprimer);
 - l'inciter à manger : disposer bien en vue les assiettes remplies d'aliments facile à manger.
- **Le besoin de se laver et se vêtir** : Cette aide doit être limitée le plus possible (la personne soit être stimulée pour effectuer des gestes réalisés chaque jour durant toute sa vie).
- **Le besoin de sommeil (l'aide au coucher)**: Chaque personne a, par conditionnement de toute sa vie, des habitudes, un "rituel" pour les actes de la vie quotidienne. Si on peut le percevoir et en reproduire les conditions, cela facilite l'accomplissement de ces actes.
- **Le besoin d'éliminer** : Boire beaucoup d'eau diminue l'agitation mais boire induit aussi la miction. Il faut alors veiller à prévenir l'incontinence urinaire.



SITUATION : LÉA, MALADE D'ALZHEIMER

Après son départ à la retraite, Léa est habiter chez sa fille à Paris.



Léa

72 ans

Vendeuse à la
retraite

- Dans un 1er temps, celle-ci a constaté que sa mère oubliait tous ses rendez-vous et faisait répéter dix fois la même chose, pour l'oublier aussitôt. Elle lui faisait tout noter sur un carnet mais, progressivement, elle oubliait aussi de noter ...
- Dans un 2eme temps, Léa a oublié les noms de ses collègues de travail puis de ses amis et des dates importantes (anniversaires, fêtes etc).
- Dans un 3eme temps, Léa est arrivée à oublier de déjeuner. Sa fille savait que sa mère avait la maladie d'Alzheimer mais, souvent en déplacement, elle ne pouvait s'occuper d'elle. Or un évènement a nécessité une hospitalisation d'urgence : Léa a été ramenée par les pompiers. Elle se promenait au bord de la Seine à 3h du matin. Léa ne savait ni d'où elle venait ni où elle allait... Elle était incapable de dire son nom et n'avait plus mangé depuis plusieurs jours. Elle pleurait. Depuis, Léa a été prise en charge par une auxiliaire de vie à son domicile.

Remarque :

Cette situation illustre les différents temps d'évolution de la maladie. On observe dans le 3eme temps l'oubli des besoins fondamentaux qui justifient une prise en charge immédiate de la personne.

PROMOUVOIR LA QUALITE ET LA BIENTRAITANCE

LE LEVER, LE COUCHER, LES DEPLACEMENTS



OBJECTIFS

- Préserver l'autonomie du bénéficiaire et la possibilité qu'il reste à son domicile.
- Maintenir la possibilité de participer à un certain nombre d'activités.
- Créer des conditions favorables pour que le bénéficiaire passe une nuit la plus calme et sereine possible.

L'AIDE AU DÉPLACEMENTS

Il faut distinguer 3 cas de figure pour les déplacements, en fonction du niveau d'autonomie du bénéficiaire:

- **Bénéficiaires autonomes:** ils se déplacent seuls et debout. L'aide est principalement une aide psychologique (encouragement, stimulation).
- **Bénéficiaires dits valides:** ils sont debout, mais aidés. La démarche demande donc une communication appropriée (encourager verbalement et expliquer ce que l'on fait).
- **Bénéficiaires dépendants physiquement:** ils ne sont pas ou plus capables de porter leur propre poids. L'intervenant assure les manutentions selon des techniques précises (notamment les "portés", "glissés" à mains ou avec draps).

AVANT PROPOS

L'une des premières souffrance liées à la dépendance réside dans la difficulté à se mouvoir par soi-même.

Pour les bénéficiaires dont la capacité de se lever ou de se coucher se trouve limitée, en raison de l'âge, du handicap ou de la maladie, l'accompagnement consistera à les aider à se déplacer.

Le lever et le coucher permettent au bénéficiaire de passer de l'intimité de la chambre de nuit, au jour et aux activités pratiques, intérieures ou extérieures, et inversement.

L'aide aux transferts consiste, du point de vue pratique, à accompagner le bénéficiaire dans ses déplacements, aussi bien à l'intérieur de son domicile qu'à l'extérieur. Il s'agit tout simplement d'aider le bénéficiaire à aller d'un point A à un point B, en fonction de ses besoins ou de ses souhaits.

L'aide aux transfert est une composante délicate de l'accompagnement. Elle présente en effet des risques, aussi bien pour le bénéficiaire (risque de chute notamment) que pour l'aide à domicile (risques physiques liés à d'éventuelles mauvaises postures).



PROMOUVOIR LA QUALITE ET LA BIENTRAITANCE

LE LEVER, LE COUCHER, LES DEPLACEMENTS

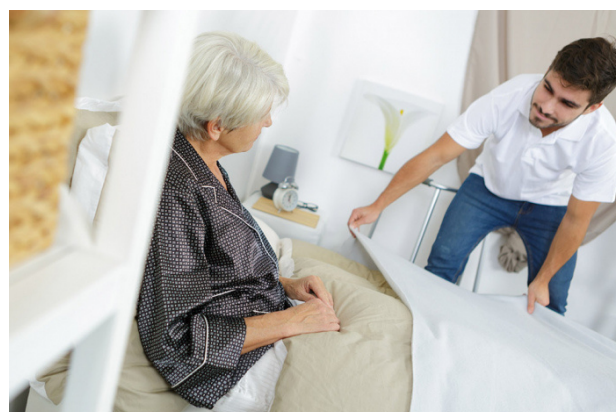
L'AIDE AU LEVER

- Expliquer ce qui va être réalisé et s'il y a lieu, la manipulation à laquelle il va procéder.
- Asseoir le bénéficiaire au bord du lit en le sécurisant.
- Eloigner tout objet limitant les déplacements et pouvant provoquer une chute (tapis, fils électriques...).
- Prendre le temps de réaliser chaque geste sereinement.
- Vérifier que les chaussures du bénéficiaire lui permettent de se déplacer en toute sécurité.



L'AIDE AU COUCHER

- S'assurer que les besoins d'hygiène sont satisfaits et que la protection est propre.
- Rassurer le bénéficiaire si besoin, notamment en lui rappelant les possibilités qu'il a de prévenir quelqu'un en cas de difficulté nocturne.
- Mettre à portée de main du bénéficiaire tout objet utile pendant la nuit (téléalarme, téléphone, verre d'eau, support d'aide au déplacement).
- Eteindre les lumières et fermer soigneusement portes et fenêtres avant de partir.



LES RÈGLES DE BASES POUR TOUTE MANUTENTION

- Utiliser une aide technique pour les bénéficiaires qui ne peuvent être glissés.
- Protéger son dos.
- Assurer de bonnes saisies.
- Travailler avec les jambes, plier les genoux.
- Respecter les placements qui évitent les torsions.

A NE PAS FAIRE

- Faire un geste que le bénéficiaire pourrait faire lui-même, pour gagner du temps.
- Réaliser le transfert si l'on n'est pas formé à cette technique.

COMMENT RÉAGIR SI ?

**Le bénéficiaire est
angoissé à l'idée de se
coucher.**

- 1 Tenir compte de ses habitudes et rituels au moment du coucher (lumière, musique, TV ...).
- 2 Fermer soigneusement la porte d'entrée et les ouvertures du domicile en lui faisant savoir.
- 3 Si cela ne suffit pas, proposer une garde de nuit à mettre en place dans l'avenir.

**Le bénéficiaire refuse
l'aide au lever.**

- 1 Rassurer le bénéficiaire en lui expliquant que cette aide vise à préserver sa sécurité.
- 2 L'informer de la nécessité de l'aide technique pour assurer une prestation à domicile.
- 3 Chercher à identifier la cause du refus.
- 4 Chercher des sources de motivation.

**Le bénéficiaire refuse
de se lever.**

- 1 Essayer de comprendre pourquoi (fatigue, douleurs, etc).
- 2 Trouver des sources de motivation.
- 3 Réfléchir avec la coordination pour trouver une solution commune et durable.
- 4 Respecter ses choix et proposer le lever un peu plus tard.

PRÉVENTION SECOURISME

Le malaise

Un malaise est défini comme un état d'inconfort prononcé, une sensation de dysfonctionnement de l'organisme ou une sensation de mal-être importante. Il se traduit par des troubles de la vigilance et de la conscience pouvant conduire soit à une perte de tonus musculaire, soit à une perte de connaissance.

QU'OBSERVEZ-VOUS ?

- La victime dit ne pas se sentir bien.
- La victime peut présenter différents signes : pâleurs, sueurs, cyanose (peau bleutée) etc.

QUE DEVEZ-VOUS FAIRE ?

- 1** Ne sous-estimez pas la situation. Les malaises peuvent être d'origines variées et les conséquences peuvent être bénignes ou graves.
- 2** Commencez par mettre la victime immédiatement au repos: allongez-la sauf si elle adopte spontanément une autre position dans laquelle elle se sent mieux (demi-assise ou assise par exemple).
- 3** Rassurez la victime.
- 4** Questionnez-la: depuis quand se sent-elle mal ? Est-ce la première fois ? Est-elle atteinte d'une maladie ? A t-elle été hospitalisée récemment ? Suit-elle un traitement ? A t-elle pris des médicaments ?
- 5** Appelez le 15 et répondez aux questions du médecin. Si la personne est capable de parler le médecin peut demander à lui parler.
- 6** Respectez les consignes données par le médecin.

Poêlée de riz au poireaux, champignons et parmesan



Ingédients pour 2 personnes

- 85 g. de riz
- 25 ml de crème fraîche
- 15 g. de parmesan
- 2 blancs de poireaux
- **3 champignons de Paris**
- 1/2 cube de bouillon de légumes
- **8 g. de beurre**
- **1/2 oignon**
- **quelques brins de persil et de ciboulette**
- **sel et poivre**

Préparation

- Faire cuire le riz avec le demi cube de bouillon.
- Laver poireaux et champignons puis les émincer.
- **Faire fondre le beurre: ajouter le demi oignon, les champignons puis les poireaux. Les laisser revenir pendant environ 6-7 min. en remuant.**
- **Saler et poivrer.**
- **Incorporer les herbes et ajouter la crème fraîche.**
- **Ajouter le riz cuit dans la préparation.**
- **Bien mélanger et faire revenir à feu vif en remuant pendant 2 min.**
- **Parsemer de parmesan et servir.**



Les fameuses crêpes de Cyril Lignac

Ingrédients pour une douzaine de crêpes

- 250 g. de farine
- **3 oeufs**
- **50 cl de lait**
- **1 pincée de sel**
- **2 cuillère d'huile**
- **1 noix de beurre pour la cuisson**
- **facultatif : 3 cuillères de sucre en poudre**

Préparation de la pâte

- Dans une jatte, battez les oeufs en omelette à l'aide d'une fourchette.
- **Dans un autre récipient, disposez la farine et le sel et mélangez bien. Au milieu, creusez un puits et versez-y la moitié du lait. Mélangez la préparation.**
- **Ajoutez alors les oeufs battus en omelette, le sucre, l'huile et le restant de lait. Mélangez le tout à l'aide d'un fout jusqu'à obtenir une pâte lisse et homogène. Evitez toute formation de grumeaux.**

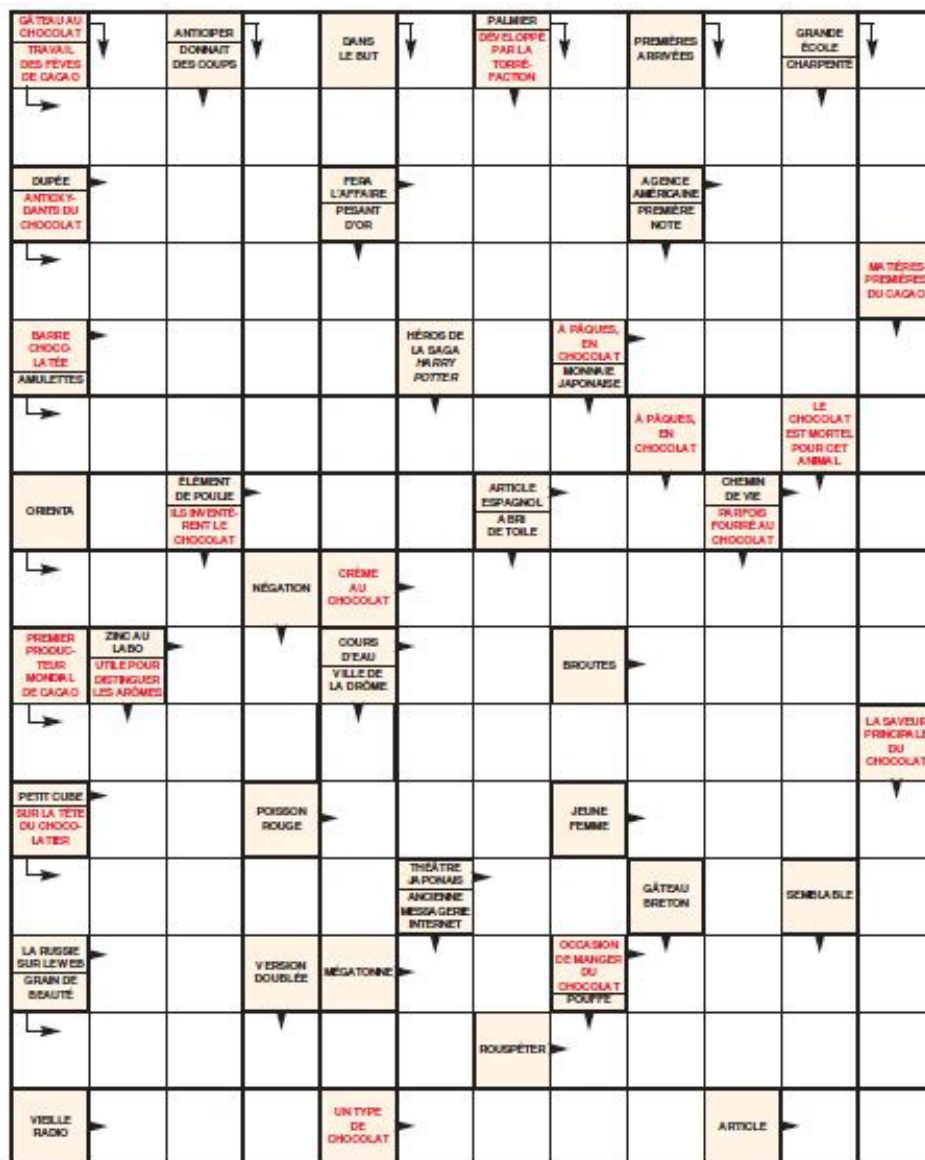
Vous pouvez apporter une note personnelle en parfumant votre pâte avec de la fleur d'oranger, de la vanille en poudre ou un alcool de votre choix.

Cuisson

- Beurrez légèrement et chauffez une poêle ou une crêpière.
- **Versez une louche de pâte à crêpe.**
- **Aussitôt lque les bords de la crêpe se décollent de la paroi de la poêle, retournez la crêpe.**
- **Beurrez votre poêle entre la cuisson de chaque crêpe.**

DIVERTISSEMENT (1/2)

Mots fléchés



DIVERTISSEMENT (2/2)

Sudoku niveau moyen

6			4					
4		8		1	6			7
	9	1	2					
						3	8	
3		7				5		9
	5	2						
					9	6	3	
9			7	6		2		4
					1			5



SAMU 15

POLICE 17

POMPIERS 18

SOS Medecins

0820 33 24 24

Centre anti-poison

0825 812 822

Centre de Maltraitance
personnes âgées et
handicapées

3977

Pharmacie de
garde

3237

Médecin de
garde

116117

Contre le harcèlement

02 35 72 15 15

SCOP SERVICES 76

02 35 72 46 95