



Juillet - Août 2020

SCOP NEWS

LA VIE DE VOTRE SOCIETE



AU SOMMAIRE

ACTU ET MÉMO ————— 1

DOSSIER DU MOIS ————— 3

La prévention de l'isolement des personnes

PROMOUVOIR LA QUALITÉ ET LA BIEN TRAITANCE ————— 7

La préparation et la prise des repas

SECOURISME ————— 10

Le traumatisme crânien

RECETTES ————— 11

Recette 1 : Poulet curry coco

Recette 2 : Salade de melon à l'italienne

DIVERTISSEMENT ————— 13

Jeux 1 : Mots mêlés "Au bord de la mer"

Jeux 2 : Mots fléchés "Iles et bateaux"

RETOURS

RETOURS BÉNÉFICIAIRES



Ces dernières semaines des bénéficiaires et / ou leurs familles n'ont pas manqué de nous faire part de leurs satisfactions sur la qualité des services apportés.

- Madame JULIEN Simone, qui apprécie beaucoup ses intervenantes car elles sont agréables et elles réalisent un travail professionnel et de qualité.
- La fille de Monsieur LISSLOUR Claude, qui remercie l'ensemble des intervenants qui ont accompagnés son papa avant son entrée en EHPAD. La famille a été très satisfaite des interventions réalisées.
- Monsieur CARAIL Christian, qui est très content du travail de son intervenante. Les interventions sont de qualité.

BÉNÉFICIAIRES

DECÈS BÉNÉFICIAIRES

Depuis le dernier numéro, nous avons 7 décès à déplorer. Nous sommes donc au regret de vous annoncer le décès de Madame COLEOU Henriette, Madame THIOU Lucienne, Madame HAILLY Jeanine, Madame GUILBERT Evelyne, Madame CHERON Raymonde, Madame HOCHÉ Jacqueline, Madame COQUET Emmanuella et Madame DESOMBRE Jeanine.

VACANCES



Les tableaux des vacances scolaires de la Toussaint et de Noël sont affichés à l'accueil de l'agence. Vous pouvez dès à présent vous pré-inscrire pour les congés payés des petites vacances.

COCKTAIL DE RENTRÉE

Pour marquer cette nouvelle rentrée, un cocktail aura lieu fin septembre prochain. Nous vous tiendrons informé prochainement.



PLANNING

Il arrive que des plannings soient envoyés mais que la coordination ne reçoivent pas d'accusé de réception en retour. Or un simple "bien reçu" en guise de réponse par retour de mail ou par SMS ne vous prendra que quelques secondes et facilitera la gestion et l'organisation des plannings.



DEPART SALARIE



Deux collaboratrices sont récemment parties à la retraite. Ce sont deux belles collaborations qui se sont achevés. Nous souhaitons partager avec vous la carte de remerciement de l'une d'elle à cette occasion : "Je garderais un excellent souvenir de nos deux années de collaboration avec la bonne entente avec tous".

CANICULE

LES BONS COMPORTEMENTS FACE À LA CANICULE

Donner des conseils aux personnes âgées et à leur entourage:

- Limiter l'augmentation de la température du logement en fermant les volets et les rideaux exposés au soleil, ouvrir les fenêtres tôt le matin, tard le soir et la nuit;
- Éviter les expositions à la chaleur en limitant les sorties aux heures les plus chaudes, en évitant les activités extérieures nécessitant des dépenses d'énergies importantes etc;
- Se rafraichir régulièrement, s'hydrater et adapter son alimentation : pour ce faire vous pouvez mouiller la peau de la personne avec un gant humide ou à l'aide d'un brumisateur, boire régulièrement sans attendre d'avoir soif

Surveiller l'état général lors des interventions. Les signes qui doivent alerter sont les suivants : perte de poids, crampes, sensation de malaise, étourdissement au lever.

Connaître les pathologies liées à la chaleur:

- La déshydratation grave se caractérise par des muqueuses sèches, une perte de poids et une hypotension;
- Le coup de chaleur se caractérise par une peau rouge et sèche, une température égale ou supérieur à 40°, des troubles neurologiques et des contractions musculaires.

Agir = refroidir rapidement et surveiller l'évolution

- Allonger, dévêtir, rafraichir, hydrater ...
- Devant une pathologie grave appeler le 15.

AIDES DE RENTREE DES CLASSES



Avec l'Union Sociale des SCOP, vous pouvez obtenir des "chèques lire" pour vos enfants. Pour cela, il faut que vos enfants soient scolarisés en France de la 6ème à la terminale et pour les apprentis et contrats en alternance quelque soit le niveau et jusqu'à l'âge de 25 ans.

LES FRUITS DE SAISON : PLACE AUX VITAMINES DE L'ETE

Le kiwi, le citron et la banane ont pris place sur les étals des marchés. Ces fruits gorgés de soleil sont à consommer sans modération. En plus d'être savoureux, ils sont excellents pour la santé. Par exemple, le citron est détoxifiant. Il permet d'éliminer les toxines en stimulant la production de bile dans le foie. Quant à la citronnade, elle est source de bien-être : elle rend le teint plus lumineux en nettoyant l'organisme.

Mais l'été c'est surtout la saison des melons et des pastèques. Ces fruits gorgés d'eau apportent l'hydratation nécessaire à notre corps ainsi qu'une dose de sucre. Ils sont idéaux pour garder la ligne et peuvent servir de coupe-faim.



Autres fruits d'été : fraises, framboises, groseilles, mûres, prunes, abricots, figues.

CASSER LES CHAINES DE TRANSMISSION DU VIRUS : MARCHÉ À SUIVRE

Il existe 2 types de tests pour casser les chaînes de transmission du virus et maîtriser l'évolution de l'épidémie :

- les tests virologiques (RT-PCR), qui permettent de déterminer si une personne est porteuse du virus au moment du test grâce à un prélèvement par voie nasale ou salivaire.
- Les tests sérologiques, qui permettent de rechercher si une personne a développé une réaction immunitaire après avoir été en contact avec le virus.

Afin de faciliter le dépistage, les tests PCR sont totalement pris en charge par l'assurance maladie et ne nécessite pas de prescription du médecin.

Marché à suivre pour se faire dépister :

1- Je ne présente pas de symptômes :

- je peux bénéficier d'un dépistage sans prescription
- j'identifie le centre de dépistage le plus proche de chez moi
- j'obtiens les résultats sous 48 à 72h
- je respecte les gestes barrières et la distanciation sociale

2- Je présente des symptômes:

- je porte systématiquement un masque lors de contact avec d'autres personnes
- je contacte un médecin pour organiser une téléconsultation
- j'identifie le centre de dépistage le plus proche
- je fais le test
- je rentre chez moi et reste confiné en attendant les résultats

3- J'ai été identifié comme personne contact par un médecin:

- je porte systématiquement un masque lors de contact avec d'autres personnes
- je contacte un centre de dépistage pour faire le test (le test doit avoir lieu immédiatement si vous vivez dans le même foyer que la personne contaminée ou en observant un délai de 7 jours après le dernier contact si vous ne vivez pas avec la personne)
- je reste confiné en attendant les résultats du test.

COMBIEN ÇA COUTE ?

LE COÛT DU MATERIEL

Le matériel que nous vous fournissons représente un coût important pour l'entreprise. A titre d'information, le prix de la boîte de gants a augmenté. La crise sanitaire a impacté de nombreux pays et a entraîné l'augmentation du coût des matières premières et le coût de fabrication. Ainsi, la boîte de gants est passé de 2€ à 8€ HT, soit une augmentation de 6€ HT par boîte. C'est pourquoi nous sommes plus vigilants quant à l'utilisation du matériel que nous vous fournissons et nous rappelons qu'il ne doit servir qu'à un stricte usage professionnel.

LA PRÉVENTION DE L'ISOLEMENT DES PERSONNES

DE QUOI PARLE T-ON ?

L'isolement est une mise à l'écart de la personne. Il peut être d'ordre physique et / ou psychique. Il a des effets dévastateurs sur la santé et le moral. Il touche particulièrement les personnes âgées.



L'ISOLEMENT DE LA PERSONNE ÂGÉE

L'environnement familial et social joue un rôle essentiel sur l'équilibre de l'individu. Celui-ci évolue considérablement au cours de la vie. Pour la personne âgée, l'environnement social a tendance à se réduire. Souvent, la famille s'éloigne et les relations établies au cours de la vie active disparaissent. De ce fait, la personne âgée est menacée d'isolement social.

LES CONSEQUENCES DE L'ISOLEMENT

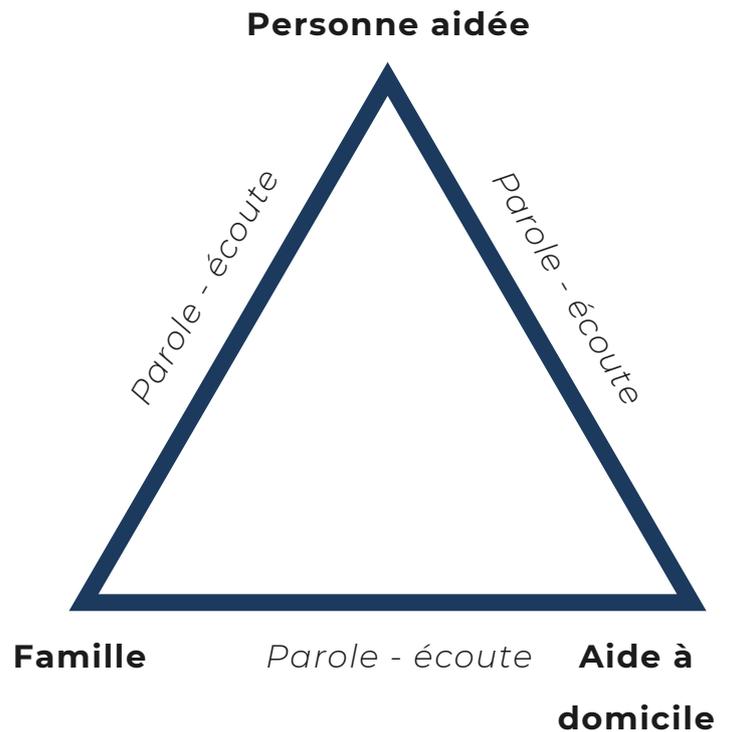
La personne âgée isolée n'a plus de raison de prendre soin d'elle-même et le découragement risque de la gagner par un sentiment d'inutilité. Ce sentiment conduit beaucoup de personnes âgées vers la dépression. Or, toute personne âgée a sa place dans la société et doit la conserver. L'aide à domicile aura un rôle considérablement à jouer pour prévenir les effets indésirables de l'isolement.

LA PRÉVENTION DE L'ISOLEMENT

L'aide à domicile peut favoriser les relations de la personne aidée et de sa famille.

La règle d'or pour l'intervenant est la parole et l'écoute.

Cette parole fait le lien du trio : personne aidée - famille - aide à domicile. Il est souhaitable que l'intervenant associe le plus souvent la famille à l'accompagnement. Accepter la personne aidée, c'est l'accepter avec et dans son entourage. Il faut trouver une relation équilibrée.



L'ASSOCIATION DE LA FAMILLE AUX SOINS

Associer la famille aux soins, c'est vivre une relation triangulaire harmonieuse:

- L'aide à domicile reste le professionnel
- La famille reste la famille: il ne faut pas lui demander de jouer le rôle du professionnel au risque de voir se créer un déséquilibre dans les relations du couple, la dégradation des relations et la détérioration de la santé physique et morale.



LE RÔLE DE L'INTERVENANT À DOMICILE

FAVORISER LES LIENS FAMILIAUX

- Aider la personne âgée à rencontrer ses enfants et petits-enfants, l'inciter à leur téléphoner.
- Informer la famille du vécu quotidien de la personne.

STIMULER LA PERSONNE ÂGÉE, LA MOTIVER À VIVRE

- Inciter la personne à s'habiller, à se parfumer.
- Organiser un goûter avec les voisins par exemple, des activités.
- Ecrire aux vieux amis (à l'occasion des voeux, des fêtes, etc).
- Inscrire la personne à des rencontres (club du 3e âge, etc).
- La faire participer aux activités quotidiennes (cuisine, pâtisserie..)

SIGNALER TOUT SIGNE ANNONCIATEUR DE DEPRESSION

- Le laisser aller de la tenue.
- Les paroles négatives, les idées sombres.
- Ces signes sont à signaler au bureau et à la famille.





SITUATION UN PLAN DE SOCIALISATION POUR JOSIANE

Josiane (76 ans) vit seule en centre ville dans l'agglomération de Rouen. Depuis le décès de son mari, elle n'a plus goût à la vie. C'est le terme qu'elle emploie pour parler de son laisser aller à Maria (l'aide à domicile qui s'occupe d'elle chaque matin). Elle ne s'habille plus et traîne en pyjama. Elle oublie de faire des courses. Maria sait qu'elle est effectivement bien seule. Non seulement Josiane a perdu son mari, mais elle n'a pas d'enfants ni d'amis. "Avec l'âge tout le monde disparaît ou s'éloigne, et on vous oublie ! Je suis résignée, c'est le sort de tous les vieux" dit-elle. Maria, malgré la difficulté de la situation, a prévu un plan d'action pour "remettre Josiane sur les rails". Elle a remarqué que, dans son immeuble, les voisins sont aussi des personnes âgées et très ouvertes. Peut être pourra t-elle les associer à son plan socio-relational pour Josiane.

PROMOUVOIR LA QUALITÉ ET LA BIEN-TRAITANCE

LA PRÉPARATION ET LA PRISE DES REPAS



L'aide à la préparation et à la prise des repas correspond à un acte essentiel de la vie quotidienne. Cette aide peut porter sur :

- Le conseil pour la préparation des repas;
- La préparation du repas (ou l'aide à la préparation),
- Le dressage de la table, pour apporter une touche esthétique à l'alimentation et encourager l'appétit, même en cas de portage de repas;
- L'aide à la prise du repas.

Le choix des menus est l'occasion d'un échange avec le bénéficiaire. Il permet également d'entraîner ses capacités cognitives. La composition des menus est particulièrement importante pour assurer la prévention de la dénutrition et de la déshydratation, les chutes, ainsi qu'un certain nombre d'affections. Elle contribue ainsi indirectement à maintenir la capacité à vivre au domicile.

Objectifs:

- Faire de la préparation et de la prise du repas de vrais **moments de plaisirs et de partage**;
- **Stimuler** le bénéficiaire pour qu'il puisse faire le plus possible par lui-même et **valoriser ce qu'il peut réaliser** (comme ouvrir un pot de confiture, verser du café dans une tasse, couper la viande, éplucher les légumes);
- Assurer la **prévention de la dénutrition et de la déshydratation**.

A FAIRE



La préparation des repas

- Se laver les mains avant la préparation du repas et l'aide à la prise alimentaire;
- Échanger avec le bénéficiaire pour établir avec lui le menu et tenir compte de ses préférences et habitudes alimentaires;
- Proposer un choix d'aliments le plus large possible et en quantité suffisante, dans le respect des règles nutritionnelles et des régimes prescrits;
- Pour les régimes sans sel, utiliser des épices et des aromates pour relever les plats;
- Être attentif aux dates limites de consommation;
- Vérifier que les restes sont consommés rapidement;
- Noter les dates de préparation ou de décongélation sur les emballages des aliments;
- Vérifier qu'on ne congèle pas un plat ou un aliment qui a déjà été congelé;
- Penser à sortir les plats froids quelques minutes avant le repas;
- Utiliser le sel de façon modérée et privilégier les herbes aromatiques, les condiments et les épices.

Les repas livrés au domicile

Au moment de la commande: remplir la feuille de commande avec le bénéficiaire, pour l'encourager à varier son alimentation.

Au moment de la livraison: veiller à ce que le bénéficiaire mette bien au réfrigérateur les plats qui le nécessitent.

Au moment de la prise du repas : transvaser les aliments dans des assiettes et penser à en faire une présentation "esthétique".

La prise des repas

- Inviter le bénéficiaire à se laver les mains avant le repas;
- Vérifier le port et la bonne mise en place de l'appareil dentaire s'il y a lieu;
- Proposer au bénéficiaire de prendre ses repas dans un lieu agréable et convivial si possible;
- Dresser la table pour créer un cadre favorable;
- Veiller à ce que le bénéficiaire s'hydrate régulièrement;
- Être vigilant aux risques de fausse route;
- Rappeler au bénéficiaire, si besoin, la prise de ses médicaments;
- Signaler dans le cahier de liaison tout changement de comportement lors des repas (perte d'appétit, refus, tristesse etc).

Si le bénéficiaire s'alimente seul :

Se positionner de préférence dans l'angle de la table à 90° (plutôt que face au bénéficiaire) pour libérer son champ de vision et lui apporter une aide plus discrète et efficace.

Si le bénéficiaire besoin d'une aide:

- Se placer en face de lui pour éviter la rotation de sa tête;
- Préparer de petites bouchées et les espacer de 10 à 15 secondes.

A NE PAS FAIRE



Au moment de la préparation des repas :

- Décider à la place du bénéficiaire;
- Saler les plats avec excès;
- Congeler un plat ou un aliment qui a déjà été décongelé;
- Écraser les médicaments et les mélanger avec les aliments.

Au moment de la prise des repas:

- Penser qu'une personne âgée se nourrit de peu parce qu'elle est inactive;
- Délaisser un bénéficiaire parce qu'il n'est jamais content des repas proposés;
- Rester indifférent à une perte d'appétit de plusieurs jours;
- Bouger ou déambuler pendant que le bénéficiaire prend son repas.

COMMENT RÉAGIR SI ?

Le bénéficiaire refuse de manger

En parler avec lui pour en identifier la cause.

Lui proposer une alimentation plus facile à manger, plus adaptée à ses goûts ou plus relevée si nécessaire.

Vérifier que le bénéficiaire n'est pas gêné par un mal de dents ou un dentier mal adapté. Lui demander et observer.

Le bénéficiaire présente des risques de déshydratation ou de perte d'appétit, mais il refuse d'appeler son médecin ou d'en parler à ses enfants.

Chercher à comprendre les raisons de son refus et lui expliquer les risques.

Lui proposer 1 ou 2 verres d'eau ou de jus de fruit.

Informez le bureau.

Le bénéficiaire fait une fausse route.

Interrompre le repas et la prise de boisson.

S'assurer de l'absence de corps étranger dans la bouche.

Si vous avez des notions de premiers secours : réaliser une manœuvre de désobstruction.

Appeler les secours si le problème ne se résout pas rapidement.

PRÉVENTION SECOURISME

Le traumatisme crânien

Tout coup sur la tête représente un traumatisme crânien. Néanmoins, médicalement, on désigne par ce terme les traumatismes suffisamment importants pour provoquer des symptômes neurologiques.

Comment agir ?

1

NE PAS BOUGER

Si la victime vous répond, demandez lui de ne pas bouger afin qu'elle s'immobilise.

2

APPELER LE 15

Appeler le SAMU en composant le 15.

3

MAINTENIR

Maintenez la tête de la victime. Pour ce faire, agenouillez-vous au niveau de sa tête dans le prolongement de son corps et maintenez sa tête à deux mains, dans la position où elle est.

4

METTRE EN PLS

Si la victime ne répond pas mais respire, mettez-la en position latérale de sécurité.

5

RÉANIMATION

Si la victime ne répond pas ou plus et ne respire pas, appelez le 15, mettez en oeuvre un défibrillateur et une réanimation cardio-pulmonaire.



Les signes qui doivent vous alerter sont les suivants: déformation, hématome, saignement de nez, saignement d'oreille, somnolence, nausées et vomissements, maux de tête, troubles de l'équilibre, perte de connaissance.

Le risque de tout traumatisme crânien est d'être ignoré et qu'il se complique, en particulier sur le plan cérébral et neurologique.

Poulet curry coco



**Recette sicilienne
testée et
approuvée par
l'équipe
administrative**



Ingrédients pour 4 personnes

- 2 oignons
- 4 filets de poulet
- 1 boîte de tomates pelées
- 20 cl de lait de coco
- 13 cuillères à soupe de curry
- 1 cuillère à café de gingembre
- 2 cuillères à soupe d'huile
- coriandre
- sel et poivre

Préparation

- *Dans une poêle, faire cuire les oignons émincés dans un peu d'huile.*
- *Ajouter le curry et le gingembre en poudre puis mélanger le tout.*
- *Couper le poulet en morceaux. Ajouter le dans la poêle avec les oignons.*
- *Ajouter les tomates pelées et le lait de coco. Laisser cuire à feu moyen jusqu'à ce que la sauce devienne épaisse.*
- *Servir chaud avec du riz blanc.*



Salade de melon à l'italienne



Ingrédients pour 4 personnes

- 2 melons
- 200 grammes de parmesan à la coupe
- 200 grammes de gorgonzola
- 4 tranches de jambon de Parme
- 50 grammes de pignons
- basilic frais
- 2 cuillères à soupe d'huile d'olive
- 1/2 citron

Préparation

- *Couper les melons en deux et couper la chair en petits dés puis les mettre dans un plat.*
- *Ajouter le jambon détaillé en lanières puis le parmesan en copeaux et le gorgonzola en morceaux.*
- *Ajouter les pignons, le basilic et le 1/2 citron.*
- *Mettre une demi-heure au frais et juste avant de servir mettre l'huile d'olive et du poivre.*

DIVERTISSEMENT (1/2)

Mots mêlés "Au bord de la mer"



ALGUE
AMERRIR
BAIE
BARRAGE
CRABE
DIGUE
ECLUSE
ECUME
ELEMENT
ESTRAN

ETALE
HOULE
ISTHME
JETEE
JUSANT
LAGON
LAISSE
LITTORAL
MAREE
MARNAGE

MASCARET
MEDUSE
MER
PASSE
PHARE
POLDER
SABLE
TEMPETE
VAGUES
VASIERE

DIVERTISSEMENT (2/2)

Mots fléchés "Iles et bateaux"

| | | | | |
|---|---|---|---|--------------------|
| VÉHICULE DE TOURISTES TOURISTE | MAISON PRO- VENÇALE PIECE A MANGER | LE BORD DE LA MER SPECIALITE ASIATIQUE | NÉCESSITÉS | ÎLE DE VACANCES |
| BEVISITE EN VACANCES MÈCHE REBELLE | | GROS CHAT FOURRURE | RÉFLÉCHI SIGNE DE CROIX | |
| BAIE AU JAPON HARMONIE | | DE PETITE TAILLE SENSIBLE | HOMOGÈNE ENTRE DEUX MARÉES | |
| NABOT FÉLINS | | | CAP SUR LES CANARIES VOILE D'AVANT | |
| ÎLE DU MORBIHAN | UNE PARTIE DU VOYAGE RIEN | HABITE SUR UNE ÎLE VIREMENT DE BORD | ESTONIE | NUANCER |
| PEINTRE CATALAN | PETIT GÉNIE PERSONNEL | | CONNU CONJONC- TION | |
| VIRE DE BORD | | PORT DE LA MÉDITÉ- RANÉE | RAFALE | |

scop services 76

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