



Mai - Juin 2020

SCOP NEWS

LA VIE DE VOTRE SOCIETE



AU SOMMAIRE

ACTU ET MÉMO ————— 1

DOSSIER DU MOIS ————— 4

Les situations d'agressivité verbale et la façon de les gérer

PROMOUVOIR LA QUALITÉ ET LA BIEN-TRAITANCE

Les courses domestiques ————— 7

SECOURISME ————— 10

Réagir en cas de chute d'un bénéficiaire
La position latérale de sécurité (PLS)

RECETTES ————— 12

Recette 1 : Pasta alla Norma

Recette 2 : Mug cake au Nutella

DIVERTISSEMENT ————— 14

Jeux 1 : Mots mêlés

Jeux 2 : Mots fléchés

RETOURS

RETOURS BÉNÉFICIAIRES



Ces dernières semaines, des bénéficiaires et leurs familles n'ont pas manqué de nous faire part de leur satisfaction sur la qualité des services apportés.

- La fille de Madame RAGOT est très contente de l'accompagnement apporté quotidiennement à sa maman. Elle souligne une bonne écoute de la part des intervenants.
- La famille de Monsieur MENDY remercie les intervenants pour l'accompagnement de Monsieur, pour les soins apportés, le réconfort et l'aide procurée quotidiennement.
- Madame RAMSAMY est très satisfaite du travail de ses intervenants.

BÉNÉFICIAIRES

DECÈS BÉNÉFICIAIRES

Depuis le dernier numéro, nous avons 3 décès à déplorer. Nous sommes donc au regret de vous annoncer le décès de Monsieur JOUVIN Pierre, Madame MARTIN RODRIGUEZ Josiane, et Monsieur TRANQUILLE Henri.

RÉUNIONS

Compte tenu du contexte actuel, les réunions trimestrielles programmées début avril avaient été annulées. Nous fixerons de nouvelles dates dès que possible.

LE LUNDI DE PENTECÔTE

Le lundi 01er juin prochain aura lieu la journée de solidarité. En d'autres mots, vous serez amené à travailler comme un jour normal pendant ce jour férié.

RAPPEL - CPAM

Lorsque nous recevons un arrêt de travail, il est déclaré systématiquement. Nous continuons de constater que des problèmes de transmission à la CPAM perdurent. Toutefois, nous vous assurons que les déclarations sont faites en temps et en heures avec le système de déclaration automatique mis en place par la sécurité sociale. En d'autres mots, lorsque vous rencontrez des difficultés de paiements pour les indemnités journalières, sachez que cela provient d'un dysfonctionnement dans le système de transmission à la CPAM et non d'un manquement de notre part.

OUVERTURE AGENCE

En cette période d'épidémie l'agence est fermée au public. Toutefois, nous vous accueillons de 9h00 à 12h30 et de 14h00 à 17h30 pendant toute cette période afin que vous puissiez venir chercher masques, gel hydroalcoolique et gants.

ACTION LOGEMENT

LA NOUVELLE PLATEFORME ACTION LOGEMENT

Le 16 juin prochain Action Logement mettra à disposition une nouvelle plateforme locative entièrement digitalisée. Elle vous permettra de devenir acteur de vos demandes de logement, du dépôt jusqu'à l'attribution.

Ainsi vous pourrez: visualiser les offres de logement et postuler vous même à ces offres, compléter intégralement vos demandes de logement en ligne et déposer facilement vos pièces justificatives, retrouver vos demandes en cours et suivre l'état d'avancement de vos candidatures.

La mise en place de ce processus se fera en plusieurs étapes:

- *Du 11 mai au 1er juin* : les demandes envoyées par mail, courrier ou saisies sur les espaces clients ne seront plus acceptées. Il faudra pré enregistrer les demandes sur le site d'enregistrement du SNE.
- *Du 2 au 15 juin* : Vous pourrez créer votre compte sur la nouvelle plateforme et saisir vos demandes en ligne.
- *Le 16 juin* : Ouverture officielle de la plateforme.

INTERVENTIONS

Nous rappelons qu'il est nécessaire de porter une tenue propre et descente pour travailler. Même si les beaux jours sont arrivés et que la température le permet, nous vous demandons de bien vouloir garder les tenues plus "décontractées" pour vos jours de repos.

JARDINER EN VILLE : QUE FAIRE POUSSER SUR UN BALCON ?

Avoir un petit potager à la maison est très agréable : de l'eau à la menthe pour se rafraîchir, quelques tomates cerises pour l'apéritif, des fraises pour les enfants !

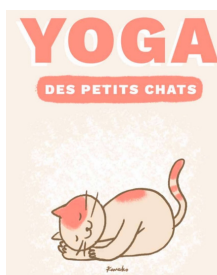
Cette saison, pensez à planter quelques légumes du soleil comme des aubergines, des courgettes, des poivrons et des tomates. Plantez également quelques plantes aromatiques pour assaisonner vos plats comme la ciboulette, le romarin ou du thym. Plantez quelques fruits comme des fraises, des myrtilles ou des groseilles pour agrémenter vos desserts.

LA TELE-CONSULTATION AVEC LA MUTUELLE

Impossible de joindre votre médecin traitant ou un spécialiste pour une question ou un soucis de santé ? La mutuelle d'entreprise, Harmonie Mutuelle, vous propose de consulter un médecin en direct 7j/7 et 24h/24. Pour accéder à ce service, il vous suffit de vous connecter à votre compte soit sur votre ordinateur, soit sur votre téléphone après avoir téléchargé l'application.

Avec ce service, vous pouvez choisir votre mode d'échange (visio ou chat) et le type de médecine (généraliste ou spécialiste). Ensuite, vous pouvez télécharger dans votre espace personnalisé le compte rendu et / ou l'ordonnance.

COMMENT OCCUPER VOS ENFANTS PENDANT LE CONFINEMENT ?



Occuper ses enfants pendant la période de confinement n'est pas toujours chose facile. Voici quelques idées d'activités :

- Fabriquer un **Memory maison** (image 1)
- Faire son **portrait chinois** (image 2)
- Faire du **yoga** : le site Mylittlekids propose un fichier PDF avec des postures de yoga pour les enfants (image 3)
- Fabriquer un **morpion** (image 4)
- Faire le jeu "**dans ma tête ...**" : proposez à votre enfant de découper dans différents magazine et journaux des éléments qu'il aime. Après avoir dessiné un rapide portrait, il ne reste plus qu'à coller (image 5)
- Faire du **dessin** à l'aide de l'ombre de figurines (image 6)
- Réaliser et jouer au jeu des "**galets histoire**" : faite peindre à vos enfants des personnages et éléments de compte sur des galets. Mettez les ensuite dans un sac pour que votre enfant pioche un galet et commence à raconter une histoire, puis il pioche un second galet pour poursuivre l'histoire et ainsi de suite (image 7)
- Faire un **Land Art** : donnez un bac à votre enfant et à l'aide de feuilles, fleurs, sables... le laisser faire une oeuvre de land art (image 8).

LE RETOUR DES ALLERGIES

Les beaux jours arrivent et la douceur s'installe. Le pollen fait aussi son grand retour avec les allergies qui s'en suivent. Adopter les bons réflexes au quotidien contribue à réduire les risques d'allergies aux pollens : aérer le lieu de vie chaque jour, ne pas sortir cheveux mouillés, garder les fenêtres fermées en voiture, changer les draps chaque semaine, éviter l'exposition aux produits irritants (tabac, solvants, etc), ne pas laisser le linge sécher dehors ...

JEU CONCOURS

Participez à notre concours de dessin spécial
fête des Mères et fête des Pères !



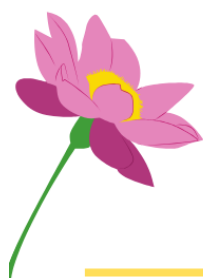
Jusqu'au 22 mai inclus : envoyez-nous les dessins réalisés par vos enfants

Du 27 mai au 05 juin : publication des dessins sur la page Facebook de la société

Le 05 juin : clôture des votes

Le 12 juin : distribution des cadeaux

Les grands gagnants seront les parents dont les dessins auront obtenu le plus de mention "j'aime"



A GAGNER

1^{er} PRIX

Une cafetière
Tassimo

2^e PRIX

Une carte cadeau
Carrefour de 25 €

3^e PRIX

Une pochette
surprise



LES SITUATIONS D'AGRESSIVITÉ VERBALE ET LA FAÇON DE LES GÉRER



DE QUOI PARLE T-ON ?

Une situation d'agressivité verbale vise à transmettre un message de façon violente. Il est difficile d'accepter les situations d'agressivité, voire de violence. Il est cependant possible d'en comprendre les causes et mécanismes, afin d'anticiper, d'adapter son comportement et de se protéger.

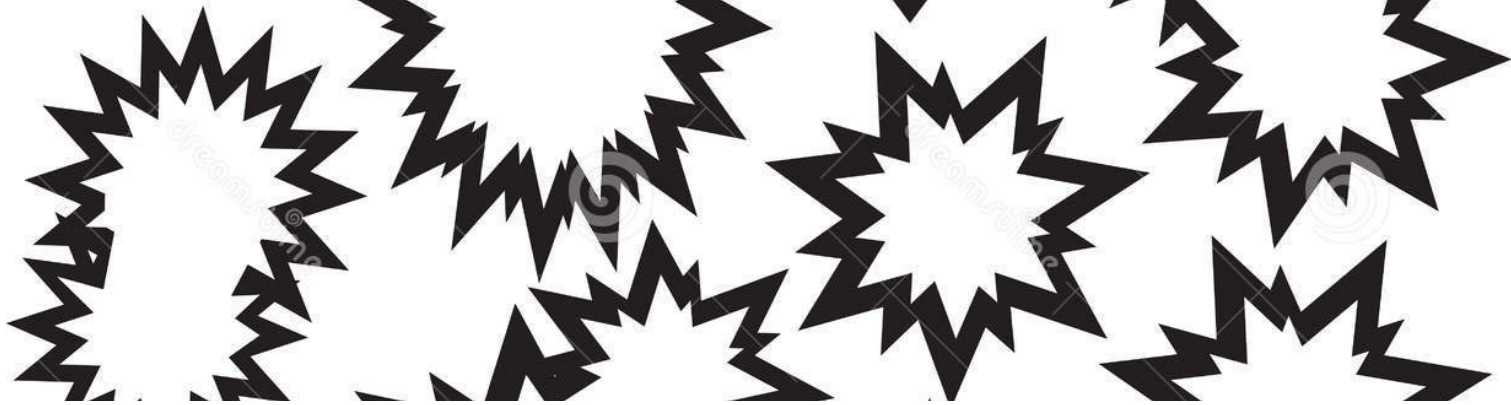
Le rôle de l'intervenant à domicile

L'intervenant à domicile doit souvent faire face à des situations d'agressivité. Chaque situation est particulière. Toutefois, on peut conseiller une attitude de base.

L'intervenant à domicile doit comprendre les mécanismes de l'agression.

Autrement dit, il doit aider la personne à formuler son mal-être, il doit décoder sa vraie demande, son besoin réel au travers de son langage quotidien.

En toute situation, l'intervenant à domicile doit rester calme, ferme et digne.



Méthodologie pour gérer une situation d'agressivité

Comprendre les mécanismes de l'agressivité

L'agressivité trouve le plus souvent son origine dans une peur ou un sentiment d'injustice qui n'a pu s'exprimer. Par exemple : la maladie qui dégénère, l'approche de la mort .. qui sont des situations angoissantes pouvant engendrer des réactions violentes. C'est la seule façon de "décharger" sa souffrance. La réponse à une réaction agressive n'est jamais dans l'agressivité en retour. Au contraire, le sentiment d'incompréhension n'en serait que plus fort, engendrant encore plus d'agressivité. L'écoute, la communication, la compréhension de l'autre, la prise en compte de sa souffrance, permettent d'apporter une réponse libératrice.

Rester calme et ferme face à la demande agressive

L'intervenant à domicile, par son comportement calme, fera régner un climat de sécurité et de confiance. Il ne doit pas manifester de peur face à la personne agressive car celle-ci le perçoit. Il doit rester calme et à l'écoute. Toutefois, être tolérant dans l'écoute d'une souffrance ne signifie pas tolérer les manifestations violentes qui s'y rattachent et toute attitude de débordement doit être réprimée avec fermeté.

Rester digne dans son attitude

L'intervenant à domicile doit permettre à la personne agressive de ne pas se sentir rejetée, mais rester digne. Ainsi, il doit éviter les familiarités ou les comportements démagogiques pour prévenir les agressions.

Respecter la personne agressive

Respecter la personne agressive, c'est respecter en particulier son besoin de repos, de "repli" qui lui permet de rester calme, de réfléchir sur son comportement. Certaines personnes agitées ont besoin de "se reprendre en mains". L'intervenant à domicile ne doit pas susciter la relation à tout prix.

L'attitude de conciliation de Marion



Marion, intervenant à domicile de Madame B (76 ans), atteinte de la maladie d'Alzheimer.



Depuis quelque semaine, l'état de Madame B s'est aggravé. La sécurité à domicile est remise en cause et un placement en structure est évoqué.

Sa fille (madame S) supporte difficilement la situation. Depuis quelques jours, elle est très exigeante envers Marion et lui fait des réflexions désagréables : *" Marion, vous être quelqu'un de négligent, de maladroit et même de stupide. Vous ne comprenez rien aux malades. Si ma mère est dans cet état, c'est depuis que vous êtes là".*

Marion reste calme et cherche à comprendre Madame S. Au bout d'une heure de discussion, celle-ci lui avoue en pleurant à quel point elle se sent fautive de n'avoir pas pu s'occuper elle-même de sa mère, d'avoir donné priorité à son travail. Elle-même ayant été abandonné par son père, puis par son mari, elle culpabilise et avoue souffrir d'un manque relationnel.

Marion a compris Madame S et lui a pardonné son attitude d'agressivité à son égard.

Cette situation illustre l'attitude d'une personne qui ne veut pas voir la maladie de sa mère qui s'aggrave, la mort qui approche. Sa violence marque son désarroi face à une réalité qu'elle ne peut maîtriser. Sa violence fait resurgir des ressentiments anciens qui la rongent et activent son "mécanisme de défense". L'intervenante, Marion, fait preuve d'écoute et de compréhension. La communication est rétablie et les rapports se sont améliorés.

PROMOUVOIR LA QUALITÉ ET LA BIEN-ÊTRE

LES COURSES DOMESTIQUES



Avant propos

Cette prestation consiste, selon le niveau d'autonomie du bénéficiaire, à l'accompagner ou à réaliser pour lui ses courses quotidiennes afin d'éviter les ruptures de stock de produits alimentaires ou d'hygiène et de permettre une préparation optimale des repas. L'activité, qui a priori paraît très simple, comporte plusieurs étapes clés:

- Faire le point sur le stock existant et les besoins
- Établir une liste de course
- Réaliser les achats et transporter les courses
- Déballer les courses.

Le volume de courses ne doit pas être trop important, de façon à préserver à la fois la santé et la sécurité de l'intervenant et la capacité de gestion et de rangement du bénéficiaire.

Objectifs

- Maintenir les capacités physiques du bénéficiaire lorsque les courses sont associées à la promenade
 - Favoriser le maintien de l'autonomie
 - Rompre la solitude et rester en contact avec l'environnement social
 - Maintenir les capacités intellectuelles du bénéficiaire car les courses impliquent une réflexion sur ses besoins, mobilisent l'analyse critique dans le choix des produits
- ...

Ce qu'il faut faire

LA PRÉPARATION DES COURSES

- Vérifier les stocks existants de nourriture et de produit d'entretien avant d'aller faire les courses.
- Établir la liste des courses avec le bénéficiaire, si le besoin est exprimé.
- Si le bénéficiaire ne manifeste pas spontanément d'envie, le stimuler dans le choix des aliments et susciter son envie (lecture de recettes, évoquer des menus...).
- Prévoir dans la liste des aliments destinés aux goûters et collations, selon le régime du bénéficiaire.

LE DÉPLACEMENT ET LE TRANSPORT DU BÉNÉFICIAIRE S'IL PARTICIPE AUX COURSES

- Veiller à ce que le bénéficiaire soit habillé correctement pour sortir.
- Assurer la sécurité du bénéficiaire tout au long du trajet (ne pas le laisser seul dans le véhicule pour faire une course etc).
- Si le déplacement se fait à pied, adapter son allure à celle du bénéficiaire et faire des pauses si besoin.

LE PAIEMENT DES COURSES

- Laisser la personne accompagnée payer les courses si elle le peut.

LE RANGEMENT DES COURSES

- Veiller à respecter la place habituelle des produits.
- Ranger les courses dès le retour au domicile.
- Être attentif aux dates de péremption des aliments et aux règles d'hygiène dans le stockage (mettre en avant les produits à date de péremption courte).

Ce qu'il ne faut pas faire

- Avancer de l'argent au bénéficiaire.
- Accepter une procuration ou un chèque signé mais non complété.
- Faire ses courses personnelles en même temps que celles du bénéficiaire.

Astuces : comment choisir les produits ?

- Penser aux œufs, aux morceaux de viande à cuisson rapide, aux produits laitiers et aux poissons en conserve (thon, sardine..): ils apportent des protéines d'aussi bonne qualité.
- Choisir des fruits et légumes de saison.
- Ne pas hésiter à acheter des légumes surgelés ou en conserve.
- Préférer le pain de campagne, qui se conserve plus longtemps.
- Préférer les petits conditionnements pour éviter les restes.
- Penser à l'aspect économique en vérifiant les prix au kilo ou au litre.
- Bien vérifier les dates de consommation.

Comment réagir si ?

Le bénéficiaire ne manifeste pas spontanément d'envies et ne souhaite pas participer à l'établissement de la liste de courses.

Le bénéficiaire souhaite faire des achats nombreux et / ou coûteux.

- Le stimuler dans le choix des aliments, par exemple, en évoquant ses plats préférés.
- Consulter avec le bénéficiaire des magazines, livres de recettes ou sites internet pour susciter ses envies et son inspiration.
- Si cela ne suffit pas, établir une liste de courses sur la base des listes précédentes pour tenir compte de ses habitudes et des goûts.
- Mesurer la capacité du bénéficiaire à faire un choix éclairé.
- Si tel est le cas et que son budget le permet, respecter son choix.
- Dans le cas contraire, informer le bureau.

PRÉVENTION SECOURISME

Réagir en cas de chute d'un bénéficiaire

En tant qu'intervenant à domicile, connaître la conduite à tenir en cas de chute d'un bénéficiaire est essentiel. Réagir de la bonne façon permet de s'assurer de la sécurité du bénéficiaire mais également de prévenir les risques professionnels.

Comment agir ?

Observation de la situation et analyse des signes de gravité :

Déformation d'un membre ? Douleur intense ? Plaie ?
Hématome important ? Paralysie ? Inconscience ?
Temps approximatif passé au sol ?

Présence de signe(s) de gravité

Mettre la victime en PLS

Appeler les pompiers (18)
ou le SAMU (15)

Appeler l'agence

Rester avec la personne et
surveiller son évolution
jusqu'à l'arrivée des secours

Absence de signe(s) de gravité

Insaller la victime
confortablement sans la
déplacer

Appeler l'agence :
intervention d'un(e) collègue
en renfort pour relever le
bénéficiaire



PRÉVENTION SECOURISME

La position latérale de sécurité (PLS)

La position latérale de sécurité est un geste de secours nécessaire lorsque vous êtes en présence d'une personne qui ne répond pas et ne réagit pas mais qui respire.

L'objectif de ce geste est que la personne soit capable de continuer à respirer et qu'aucune sécrétion (vomissements, glaires, etc.) ne s'écoule dans les poumons de la victime et n'entraîne son décès.

Comment agir ?

Au préalable, vous devez vérifier que la victime ne répond pas mais respire.

Pour installer la victime en PLS:

- Ramenez directement les bras et les jambes le long du corps ou dans son prolongement si ce n'est pas déjà le cas et retirez les lunettes, le cas échéant,
- Placez-vous d'un côté de la victime,
- Mettez le bras de la victime qui se trouve de votre côté de manière à former un angle de 90° entre le bras et l'avant-bras,
- Prenez sa main opposée, et appliquez la paume de votre main (côté tête de la victime) contre la sienne,
- Placez le dos de sa main contre son oreille, sans retirez votre main,
- Relevez son genou opposé (il servira de levier),
- Tirez sur ce genou (pour basculer de la victime vers vous),
- Lâchez ce genou et retirez délicatement votre main qui était sous la tête en maintenant le coude de votre main libre,
- Placez délicatement la jambe la plus proche de vous de manière à former un angle de 90° au niveau de la hanche et un angle de 90° au genou,
- Ouvrez sa bouche,
- Mettez une main sur son ventre pour contrôler sa respiration en permanence.

L'essentiel est de se souvenir que la victime doit impérativement être mise sur le côté.

Pasta alla Norma



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

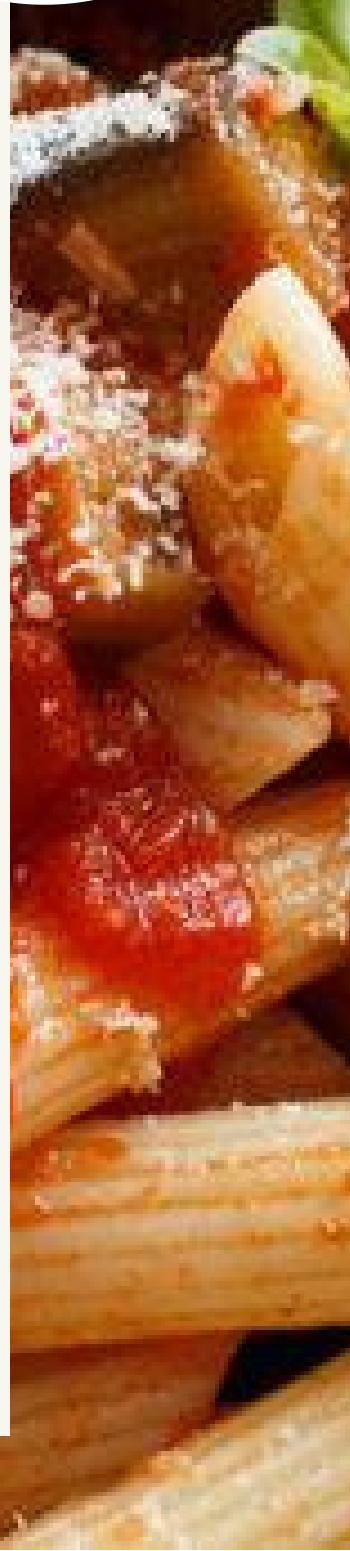


Ingrédients pour 2 personnes

- 200 g. de pâtes
- 200 g. de chair de tomate
- Ail
- 1 aubergine
- 60 g. de ricotta
- Bouquet de basilic

Préparation

- *Laver puis couper l'aubergine en demi rondelles.*
- *Éplucher puis hacher l'ail finement.*
- *Dans une poêle chaude, faire revenir les aubergines avec un filet d'huile d'olive pendant 15 minutes à feu moyen.*
- *Dans une casserole d'eau chaude, faire cuire les pâtes.*
- *A mi cuisson des aubergines, ajouter l'ail.*
- *Une fois les aubergines cuites, ajouter la chair de tomate et faire revenir 2 minutes.*
- *Mélanger les pâtes, la sauce et les aubergines.*
- *Ajouter de la ricotta et servir.*



Mug cake au Nutella



Ingrédients pour 2 personnes

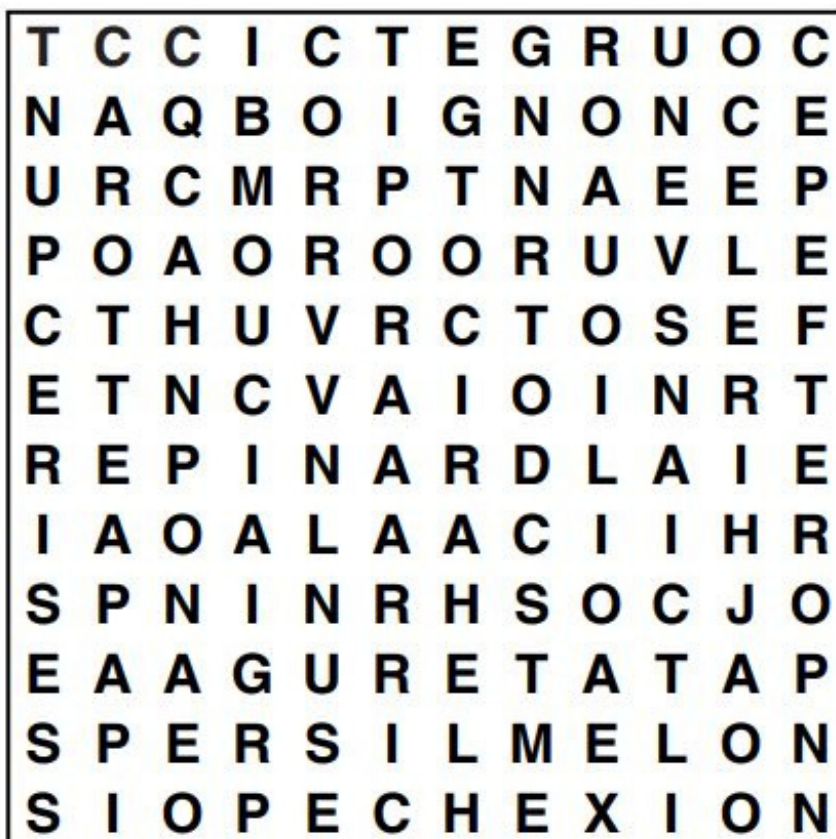
- 4 cuillères à soupe de farine
- 1 cuillère à soupe de cacao non sucré
- 2 cuillères à soupe de sucre en poudre
- 1 œuf
- 3 cuillères à soupe de lait
- 45 g. de beurre fondu
- 1 cuillère à café de levure chimique
- 100 g. de Nutella

Préparation

- *Beurrer 2 tasses moyennes qui passent au micro-onde.*
- *Mélanger les ingrédients secs dans un petit saladier : farine, cacao, sucre, puis ajouter l'œuf, le lait, le beurre et le Nutella.*
- *Bien mélanger.*
- *Verser dans les tasses.*
- *Cuire 1 minutes 30 au micro-ondes*
- *Laisser refroidir un peu.*

DIVERTISSEMENT (1/2)

Mots mêlés



www.fortissimots.com

AIL
ANANAS
AVOCAT
BROCOLI
CAROTTE
CELERI
CEPE
CERISE
CHOU
CITRON

COTON
COURGE
EPINARD
FRAISE
HARICOT
LAITUE
MACHE
MELON
NAVET
NOIX

OIGNON
ORANGE
PATATE
PECHE
PERSIL
POIS
POIVRON
PRUNE
RADIS
TOMATE

DIVERTISSEMENT (2/2)

Mots fléchés

FLEUR DES CHAMPS INSECTICIDE NATUREL	UNE DES 4 SAVEURS BOUILLIES	HÉROS TROYEN	IL SE RÉCHAUFFE DÉBUT D'ÉPIDÉMIE	JARDIN FRUITIER ARTICLE	VENT DE PROVENCE	ARBRE FRUITIER
→	↓		↓	↓	→	
					AU BRÉSIL SOLEIL DIVIN	
PRONOM RELATIF CONSEILLÉE		ENLEVA LES PIERRES DU JARDIN BORD DE MER				DÉPLACER
→		↓				↓
			FORÊT PROVENÇALE	CATALOGUE ENNEM DU ROSIER		
TEMPS CHAUDS POUSSÉ DANS LES CHAMPS			ÉVÊQUE DE ROME AVARE		PATRIE D'ABRAHAM GRUGE	
→			↓		→	
		MALAXENT GENRE DE SAPIN				PLANTÉE AU JARDIN
COL DES ALPES VIEUX PROVENÇAL				POUSSE UN CRI ANIMAL	AMÉRINDIENS ANTIMOINE AU LABO	
→				↓	↓	
		PORTE-MANTEAUX MONTAGNE DE FEU				SURFACE AGRICOLE PARDONNE
MOUTON RÉCIF			VILLE D'AFRIQUE DU SUD ETANG LITTORAL			COLORÉE
→			↓			↓
		JEU D'ENFANTS ORIENTÉ À DROITE			TOUT PETIT INEXACTS	
AU JARDIN, IL EN BAVE	MÈRE DE CASTOR ET POLLUX LAVANDE DE MER		PRÉNOM FEMININ VILLE D'UKRAINE			ARTICLE TIREURS D'ÉLITE
→	↓		↓			↓
				FLEUR DU JARDIN		COUPÉES DU MONDE
POSSESSIF PETITE QUANTITÉ		LUTH ARABE JOLIE PLANÈTE		GENRE DES CENSISIERS HABITATS SIOUX		
→		↓		↓		
				INFLAMMATION EXCLAMATION		
DÉGOUTÉ	VENT GREC SUIV DOUCHÉ				PRESQUE RIEN ÉLÉMENT DE POULIE	
→	↓				↓	
			GLOBE NORME THERMIQUE			ILE DE FRANCE
LUSTRERAI SANS VÉGÉTATION				JARDIN D'HIVER		
→				↓		
			DERNIÈRE NOTE		PLANTES FÉTIDES	

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