

# L'ECHO de l'AAPAM



3<sup>ème</sup>  
Trimestre 2014  
N°47

## LE MOT DE LA DIRECTRICE

En France, le mois de juin est pour beaucoup, le mois des résultats d'examen, il en est de même à l'AAPAM. Ainsi, j'ai le plaisir de féliciter les **11 aides à domicile** qui ont réussi aux épreuves de la Validation des Acquis de l'Expérience (V.A.E.), à savoir l'équivalence du diplôme d'Etat d'Auxiliaire de Vie Sociale. Il s'agit de mesdames Joëlle David, Farida Nezzar, Sandra Giraud, Stéphanie Epelva, Marie-Christine Dubern, Béatrice Forment, Murielle Négrier, Christine Perez, Joaquina Richard, Christiane Roda, Delphine Rodriguez.

Le chemin vers la reconnaissance de leurs compétences a été parfois rude ; elles ont accepté la remise en question de leurs pratiques, le questionnement sur elles-mêmes, des journées de théorie, les cours à réviser, le mémoire à écrire le soir et les week-ends...et l'ultime épreuve : un oral devant un jury composé de formateurs et de professionnels. Aujourd'hui, c'est chose faite. Elles sont toutes diplômées et bravo !

Le contenu de leurs interventions ne va pas changer, mais le regard critique sur leurs actions, leur attention, est aujourd'hui accru ainsi que les exigences du service à leur égard. De plus, elles vont maintenant pouvoir être tutrices pour les nouvelles embauchées et les accompagner dans l'apprentissage du métier d'aide à domicile.

Je remercie tous les bénéficiaires du service d'aide qui ont accepté leurs absences, partagé leurs doutes. Elles n'auraient réussi cette épreuve sans vos encouragements.

Par ailleurs, dans l'Echo de décembre, j'aborderai le Contrat Local de Santé et le dynamisme des acteurs médocains qui travaillent ou œuvrent en faveur de la santé au sens large. Aujourd'hui, des objectifs concrets ont été définis et validés par le comité de pilotage. Concernant la vie à domicile, il s'agit principalement de développer l'information auprès du grand public (répondre au « qui fait quoi ? »), de simplifier et fluidifier la coordination entre, par exemple, nos services et les cliniques, les hôpitaux pour améliorer tant les entrées à la clinique que préparer les retours à domicile. Concernant l'AAPAM, vous trouverez en page suivante un article sur les accompagnements coordonnés et notre prochaine enquête de satisfaction (juillet) vous permettra de vous exprimer précisément sur les points d'amélioration à apporter.

D'ici là, je vous souhaite à toutes et à tous de profiter (un peu) du soleil et de la joie de l'été.

Florence Bocquet

## Sommaire

### Le mot de la Directrice

#### Page 2

#### L'AAPAM une équipe

- \* SSIAD –SAAD

#### Médocamot

- \* Affronter les fortes chaleurs

#### Page 3

#### ZOOM SUR...

- \* La formation

#### Page 4

#### Prévention

- \* Prenez garde aux faux démarcheurs

#### Page 5

#### La parole est à vous...

- \* Une complicité sans faille
- \* Remue Ménages

#### Page 6

#### Joyeux Anniversaires

#### Le saviez-vous ?

## L'AAPAM, une équipe... SSIAD - SAAD, une prise en charge coordonnée

C'est dans l'optique de mieux accompagner les personnes chez qui nous intervenons, que notre service d'aide à domicile et notre service de soin infirmier à domicile tendent à mettre en place une coordination des interventions auprès des personnes prises en charge à domicile.

La communication et le travail entre les deux services deviennent une de nos priorités au regard de l'augmentation constante du nombre d'acteurs qui interviennent auprès de nos bénéficiaires. Chaque intervenant du maintien à domicile a un rôle à jouer, des compétences, des moyens et des limites, la coordination et le travail en réseau sont donc nécessaires pour assurer la continuité et la qualité de la prise en charge. Afin de faciliter cette coordination, des outils sont mis en place au domicile des usagers tel qu'un cahier de liaison et un dossier de soin. Ces documents restent au domicile de l'utilisateur et permettent à chaque intervenant et à la famille d'y faire des annotations (état de santé de l'utilisateur ou encore sur ce qu'il reste à faire lors de la prochaine intervention). Grâce à l'organisation des plannings par la responsable de secteur (pour le SAAD) et l'infirmière coordinatrice (pour le SSIAD), il arrive qu'une auxiliaire de vie et qu'une aide soignante se retrouvent à intervenir ensemble au domicile de l'utilisateur afin d'accompagner au mieux nos bénéficiaires.

L'infirmière coordinatrice et la chef de service travaillent régulièrement ensemble et échangent sur certaines situations complexes. A l'AAPAM, Directrice, Chef de service, Infirmière coordinatrice, Responsables de secteur, assistantes de secteur, infirmières, psychomotricienne et intervenants de terrain travaillent dans le même sens et avec les mêmes objectifs afin d'assurer au mieux nos interventions auprès de vous.

## MEDICAMOT Affronter les fortes chaleurs en toute sérénité



### 1) Limitez l'augmentation de température dans votre habitation

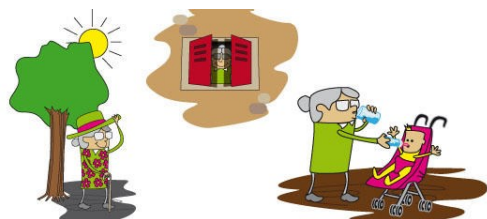
- Fermez les volets et les rideaux de votre logement la journée. Ouvrir les fenêtres tôt le matin, tard le soir et la nuit afin de rafraîchir votre logement.

- Évitez d'utiliser des appareils électriques chauffants (four, fer à repasser...).

### 2) Évitez de vous exposer à la chaleur

- Évitez de sortir aux heures les plus chaudes de la journée et restez dans les pièces les plus fraîches de votre domicile.

- Évitez les activités extérieures nécessitant des dépenses d'énergie trop importantes (courses, jardinage, bricolage, activités physiques...).



### 3) Rafrâchissez-vous régulièrement, hydratez-vous et adaptez votre alimentation

- Humidifiez-vous régulièrement la peau en appliquant des linges ou un gant humide sur votre visage, le cou, les bras, les avant-bras, les jambes ou utilisez un brumisateur.

Selon votre mobilité, n'hésitez pas à prendre, des douches ou des bains frais

- Buvez régulièrement sans attendre d'avoir soif (environ 1,5L à 2L d'eau par jour) et continuez à manger normalement.

- Évitez de boire de l'alcool, qui altère les capacités de lutte contre la chaleur et favorise la déshydratation.

Pas de panique, « les bonnes fées » qui veillent sur votre confort et votre sécurité ne manqueront pas de vous aider à mettre en pratique ces recommandations lors de leurs interventions.

D'ailleurs, pour passer un bon été, tout le monde est concerné...

*C'est le moment de....*

### **DEBROUSSAILLER VOS EXTERIEURS !!**

*Avec l'été et le soleil, viennent aussi les risques d'incendies. Pour s'en prémunir, chaque particulier a une obligation de débroussaillage de son terrain (50m autour de l'habitation et du voisin). On entend par débroussaillage les opérations visant à limiter la propagation des végétaux.*



## ZOOM SUR...

### La formation: « une démarche qualité »

Aider une personne dépendante à se lever, s'asseoir, se laver, se coucher en toute sécurité pour la personne et l'intervenant nécessitent un apprentissage technique, le simple bon sens ne suffit pas. Maîtriser et appliquer les règles de ménage et d'hygiène de base, repasser, préparer des repas équilibrés et agréables, accompagner une personne en fauteuil roulant, apaiser une personne atteinte de troubles de la mémoire, ..., sont autant de compétences à mettre en œuvre pour une aide à domicile.

Néanmoins ces connaissances ne sont pas innées, elles sont le fruit de l'expérience et d'un savoir théorique.

Ainsi, les formations visent à permettre aux aides à domicile d'acquérir les connaissances nécessaires afin que chaque personne aidée vive au mieux dans son domicile et dans la vie de tous les jours.

Au-delà du thème abordé et des nouvelles connaissances acquises, ces sessions permettent aux aides à domicile de se connaître entre elles, d'échanger, de partager. Les bonnes idées, les astuces des unes viennent enrichir les autres : *« cela me permet d'acquérir de nouvelles connaissances... d'échanger nos expériences ... je sais mieux agir et réagir face aux situations... je me sens moins isolée... »*

Les temps de formation permettent aussi la valorisation de chacune par la *« reconnaissance du rôle social qui est le nôtre,... maintenant, j'ai une meilleure estime de moi,... je perçois mieux l'importance de mes gestes, de mon rôle... »*

En 2013, **189 aides à domicile et auxiliaires de vie** ont participé à des sessions de formation comme « ergonomie et manutention », « accompagner une personne en situation de handicap », « les 1ers secours », « le travail en équipe », « l'accompagnement fin de vie », « connaître et comprendre les troubles du comportement ».

Ces formations s'adressent aux aides à domicile qui souhaitent se mettre à niveau, aux nouvelles embauchées ou encore à celles qui désirent effectuer une validation de leurs acquis (VAE).



VAE-MCAD 2014/2015 - Source AAPAM



VAE-MCAD 2014/2015 - Source AAPAM

## LE SESAM...ON Y ÉTAIT!



Pour la première fois, l'AAPAM a participé au Salon des Entrepreneurs Médocains.

A cette occasion, nous avons pu présenter les métiers du secteur de l'aide et du soin à domicile au public du territoire.

Ce salon a permis à l'AAPAM de faire correspondre les offres d'emplois et les demandes locales.



## LA PREVENTION

### Prenez garde aux faux démarcheurs !

#### Ateliers à venir

##### Soussans :

Réunion de sensibilisation  
sur le thème  
« Form'Equilibre » le vendredi  
27 juin 2014 à 10h.

##### Queyrac :

Réunion de sensibilisation  
sur le thème du « bien  
vivre » le vendredi 19 sep-  
tembre 2014 à 14h30.

##### Gaillan :

Début des Ateliers du Bien  
Vivre en septembre 2014  
(Date à définir. Encore  
quelques places disponibles).

##### Margaux :

Début d'un Atelier Nutrition  
Santé Seniors en septembre  
2014 (Date à définir. Encore  
quelques places disponibles).

##### Carcans :

Atelier d'actions  
inter-générationnelle  
Date à définir

Si vous souhaitez participer à  
l'un des ateliers prévention  
ou  
obtenir des renseignements  
n'hésitez pas à contacter :

L'AAPAM au 05 56 73 19 50  
Florence VIROLEAU  
ou  
Jenny PEREIRA

Imaginez, vous êtes tranquillement chez vous et quelqu'un sonne à la porte. Vous ouvrez la porte, la personne se présente comme agent d'une entreprise ou d'une société (EDF GDF, assureurs etc...), comme un agent mandaté par la mairie pour vous faire des travaux ou alors comme un simple commercial qui ne vend rien mais qui est juste là pour vous aider à faire des économies.

#### Comment réagir ?

Les personnes qui entrent chez vous peuvent être mal intentionnées, méfiez-vous et ne signez de papiers que si vous êtes sûr et certain que ce n'est pas une arnaque ! Dans le doute, il est préférable de demander au démarcheur de revenir plus tard dans la journée, ce qui vous laisse le temps de **prévenir un membre de votre famille** qui pourra venir vérifier le contenu du document que le démarcheur souhaite vous faire signer. Si aucun membre de votre famille ne peut être présent, **nous vous conseillons de contacter le service social de votre mairie** et de lui expliquer la situation. **Si le démarcheur se montre insistant ne cédez pas et mettez fin à votre entretien.**

Sachez par ailleurs, qu'EDF et GDF ne démarchent jamais à domicile et que la mairie n'envoie pas d'agent technique sans en informer la population, donc si la personne se présente comme telle, dites-lui que vous n'êtes pas intéressé et **prévenez la police municipale ou la mairie.**

Ne dites jamais que vous vivez seul, même si cela est le cas car les faux démarcheurs visent le plus souvent les personnes âgées qui vivent seules.

Si vous avez fait entrer la personne, **exigez de voir sa carte professionnelle et cela même si la personne est en uniforme** et demandez pour quelle société elle travaille. Si elle vous demande de lui montrer des factures, ou autres documents, refusez et **faites en sorte qu'elle ne reparte avec aucun document personnel.**

**Cependant, attention, car toutes les personnes qui peuvent frapper à nos portes ne sont pas des imposteurs. Les personnes honnêtes sont en mesure de prouver leurs identités.**

Selon la Gendarmerie, **si vous ne connaissez pas la personne qui se présente à votre domicile**, ne la faites pas entrer et recevez-la sur votre palier de porte. Ne vous laissez pas non plus attendrir par des propos qui n'auront pour but que de détourner votre vigilance.

**En résumé**, nous vous invitons donc à bien **vérifier l'accréditation de tous ces démarcheurs...** Avant de s'inquiéter, il convient de **demandeur une pièce d'identité et/ou une carte professionnelle.**



Source Internet

## La parole est à vous... Une complicité sans faille

Cuisine, plaisir, santé...

### Le Méli-mélo printanier

"Ingrédients pour 2 personnes"

- 50g de salade rouge
- 1 pomme verte
- 50g de radis
- 1 carotte
- 1 c à café d'huile d'olive
- 1 jus de citron
- Dés de jambon ou dinde

↳ Laver et éplucher la salade, les radis, la pomme et la carotte (râpée).

↳ Découper la pomme en cubes, râper la carotte et les radis en rondelles.

↳ Disposer la salade au fond de l'assiette puis y déposer au centre un mélange contenant la carotte râpée, les radis; le jambon et la pomme.

↳ Préparer un assaisonnement à base de jus de citron et d'huile d'olive

↳ Servir très frais

Georges, dit « mon poulet » et Louise dite « ma belette », âgés respectivement de 94 et 92 ans vont fêter le 8 juin 2014 *leurs noces de granit soit 68 ans de mariage*.

« Mariage pluvieux, mariage heureux » dit le proverbe alors ce 8 juin 1946, il a dû beaucoup pleuvoir car la solidité de leur amour est aussi résistant que le granit.

Leur fille, leurs deux petits enfants et leurs trois arrière-petits enfants se joignent à l'AAPAM pour les féliciter et leur souhaiter encore leur 68 ans de bonheur.

Sonia LUDGER



## Remue Méninges

C O T C E P S E R N  
N E G N A H C E F O  
E L I C I M O D P I  
C N E I L E D I A T  
H E C O U T E O R N  
O A C C U E I L T E  
I N E I T U O S A V  
X R E P I U Q E G E  
A U T O N O M I E R  
S E R V I C E T R P

### Mots mêlés

Les mots peuvent être inscrits horizontalement ou verticalement et se lire de la gauche vers la droite ou de la droite vers la gauche.

Lorsque vous aurez trouvé tous les mots, les lettres restantes composeront un nouveau mot.

Le mot caché est : .....

Les mots à trouver sont :

|           |          |            |         |
|-----------|----------|------------|---------|
| ACCUEIL   | DOMICILE | LIEN       | RESPECT |
| AIDE      | ECHANGE  | PARTAGER   | SERVICE |
| AUTONOMIE | ECOUTE   | SOUTIEN    |         |
| CHOIX     | EQUIPE   | PREVENTION |         |



## JOYEUX ANNIVERSAIRES !!!



**Susie COUSTEAU**, de Pauillac, a fêté ses **100 ans** le 28 avril dernier. Pour l'occasion, elle était entourée de ses amis et de sa famille. Dynamique et joie de vivre sont les maîtres mots qui la caractérisent.

Elisabeth PICQ

**Maria ICARD** a elle-aussi fêté ses **100 ans** le 19 février dernier. Ce jour-là, elle était entourée de Kelly BOISSON son aide à domicile et d'Elodie SENNEPIN, assistante de secteur. Elle a su traverser les époques. La jeunesse de son cœur efface à jamais les signes de la vieillesse. Longévité, sagesse, sens de l'humour...sont autant de qualités qui font que pour nous elle est une grande dame.

Patsy NORTON



*Toute l'équipe de l'AAPAM leur souhaite un bon anniversaire*



**Max KAUFFER** vient de fêter ses **100 ans**, le 30 mai dernier. C'est un sacré personnage, il aime blaguer, lire, faire des jeux de mots et a une grande passion pour les échecs qu'il pratique tous les vendredis avec son club. Dynamique, il s'occupe régulièrement de son jardin et a peint de nombreuses œuvres que j'ai pu admirer. Il a une grande passion dans sa vie, l'amour de sa famille et son épouse Raymonde en particulier. c'est avec plaisir que je vais les voir chaque semaine.

Karine FALCE

## Le saviez-vous ?

La **fête de la musique** est un événement international célèbre dans plus de cent pays.

**Créée en 1982** par le ministère de la culture, la fête de la musique fêtera ses **30 ans** le 21 juin prochain.

La date du **21 juin** a été choisie car elle coïncide avec le solstice d'été (donc aussi un des jours les plus longs de l'année).

C'est ainsi, que Jack Lang, ministre de la culture, décida de lancer la première Fête de la Musique, le 21 juin 1982, en référence à l'ancienne tradition des fêtes de la Saint-Jean.



## Modalités d'accès au service :

Le siège de l'association se situe à Blagnan, à 6 kms de Lesparre.

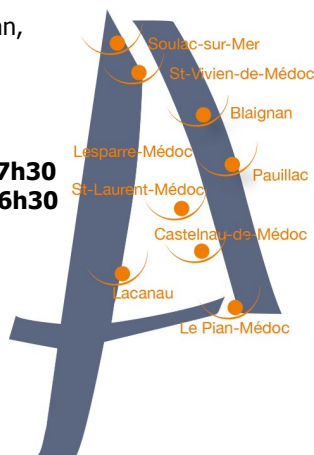
Les bureaux sont ouverts :

**Du lundi au jeudi**  
**Le vendredi**

**de 8h00 à 17h30**  
**de 8h00 à 16h30**

En dehors de ces plages horaires, vous pouvez laisser votre message sur un répondeur.

**Téléphone : 05 56 73 19 50**  
**Télécopie : 05 56 73 19 59**  
[contact@AAPAM-medoc.com](mailto:contact@AAPAM-medoc.com)



## En cas d'urgences...

|                   |                       |
|-------------------|-----------------------|
| Samu<br><b>15</b> | Pompiers<br><b>18</b> |
| Appels d'urgence  | Centre anti-poison    |

### Ont participé à ce numéro

Publication: Florence BOCQUET  
Rédaction: Laura OUVRARD,  
Margot REBES, Carole BEDIN,  
Alexandra DURAND, Jenny PEREIRA ,  
Christine GAY