

## Covid'Age : des activités à domicile à partager

Depuis le 27 avril, le CIAS du Grand Périgueux propose des activités de vie sociale « Appartage » avec des animateurs (trices) pendant une heure au domicile des bénéficiaires.

Ces jeux de stimulation de la mémoire, de gym sur chaise... sont avant tout l'occasion d'échanger d'une part avec une auxiliaire de vie sociale (dans le respect des gestes barrières) mais aussi de participer à la réalisation d'un livret le « Covid'âge ».

Ainsi, chaque exercice, pensée du jour, recette de cuisine, poème, dessin... est partagé dans ce livret qui est offert aux participants (livre plastifié pour respecter les règles sanitaires).

Cette heure d'animation peut être prise en charge notamment dans le cadre d'un plan APA (Aide Personnalisée à l'Autonomie).

Valérie HIVERT, la coordinatrice « Appartage » contacte la personne souhaitant participer à cette action (en accord avec sa famille) afin d'envisager ensemble, par téléphone, le type d'animation choisie et la planification de cette heure.

Une réflexion est en cours pour envisager, en toute sécurité, la reprise des activités de vie sociale en collectif.

Renseignements :

Valérie HIVERT au 05 53 54 76 70

## Le CIAS du Grand Périgueux remercie

les bénévoles du CCAS de Coulounieix Chamiers, du club Patchwork du Lycée Claveille pour la confection de masques en tissu au mois de mars,

la Fondation P. De Laurière pour son soutien financier à l'achat de matériel de protection des aides à domicile,

M. Rcaud RD3D de St Maime de Peyreyrol pour un don de masques à visière,

le Grand Périgueux pour le gel, les gants, les produits désinfectants et sa crèche de Clos Chassaing pour les surblouses,....,

le Conseil départemental pour l'approvisionnement en masques chirurgicaux,

mesdames les Maires des communes de Savignac les Eglises et Château l'Evêque pour leurs dons de masques dès la 1<sup>ère</sup> semaine du confinement,

l'Union Départementale des Centres Communaux d'Action Sociale et le Service de Soins Infirmiers A Domicile de Périgueux pour les dons de gel ou solution hydro alcoolique,

et tous les anonymes (entreprises, commerces, bénévoles...) qui ont soutenu nos professionnels intervenant au quotidien depuis le 17 mars.

## Information de l'EHPAD Ressources

**PRÉVENTION-SANTÉ en DORDOGNE**

Vous vous sentez fatigué, vous sortez moins ?  
Vous perdez du poids sans raison ?  
Les forces vous manquent ?  
Vous marchez moins et moins vite ?

**Info coronavirus** **Le confinement vous a impacté ?**

**Bénéficiez, près de chez vous, d'une consultation infirmière approfondie gratuite**

Pour dépister d'éventuelles fragilités et savoir comment renforcer vos capacités,  
...Participez à une **réunion d'information locale**, sur inscription, entre le 1<sup>er</sup> juin et le 31 juillet 2020,

Dès 65 ans, rendez-vous **Consultation ou Réunion** (places limitées - gestes barrières appliqués) : **TÉL : 05 53 45 30 55**

\* NORD DORDOGNE (CH NONTRON, BRANTOME, EXIDEUIL, HAUTEFORT, MAREUIL, PIEGUT-PLUVIERS, JUMELHAC-LE-GRAND, ST PARDOUX-LA-RIVIERE, THIVERY)  
 \* PÉRIGORD NOIR (CH SABLAT, LE LARDON, SAUSIGNAC, LE RISQUE, DOMME, SAINT-CIPPRIEN, THENON, VILLEFRANCHE-OU-PÉRIGORD)  
 \* GRAND BERGERACOIS (CH BERGERAC, LE FLEIX, LA FORGE, EYMET, LAUNDE, MONPAZIER, ISSAGEAC, CAMONDE-ST-MARTIN)  
 \* RIBERACOIS VALLEE DE L'ISLE (CH RIBERAC, TOCANE-ST-APRE, MUSSIDAN, LA ROCHE CHALAIS, LA TOUR BLANCHE, SAINT-AULAYE, MONTPON, SAINT ASTIER)  
 \* GRAND PÉRIGUEUX (CH PÉRIGUEUX, AGONAC, CHANCELADE, COULOUNIEUX CHAMERS, COURSAC, MARSAC, SAINHAC, ST PIERRE DE CHIGNAC, TRELISSAC, VENTY)

**MAIRIE PRÉFÉRÉNTIALE**

L'EHPAD Ressources organise des réunions d'information relatives à la consultation gratuite de dépistage des fragilités pour les + de 65 ans, sur *inscription obligatoire* (10 personnes maximum - gestes barrières appliqués) sur le Grand Périgueux. Il est possible également de bénéficier d'une téléconsultation avec l'infirmier(e) pour demander un rendez-vous téléphonique, (ou visio si elle est équipée), le professionnel infirmier rappelle ensuite directement la personne pour cette consultation.

Le déroulé de la consultation a été adapté au contexte COVID et ses impacts pour déceler les fragilités conséquentes notamment à l'isolement, l'altération des rythmes de vie et des pratiques sociales.

Renseignements au 05 53 45 30 55

## Le « Programme Aidants-Aidés » : une qualité de vie à préserver

La CARSAT, le Conseil Départemental et la Conférence des Financeurs se sont associés au CIAS du Grand Périgueux pour financer le programme « Aidants-Aidés » depuis juin 2019. Ce programme a pour but de sécuriser la vie des usagers tout en facilitant les activités des aidants non professionnels (conjoint, enfants, proches...) et améliorant les conditions de travail des agents professionnels du CIAS (aides à domicile...).

Pour continuer à préserver l'autonomie et à favoriser la mobilité des usagers, le CIAS veut mettre l'accent sur la prévention des risques professionnels rencontrés par les aides à domicile dans l'exercice de leur métier mais aussi sur l'intégrité physique et psychologique des aidants familiaux. C'est en limitant l'exposition des accompagnants aux risques de chutes, accidents musculaires et autres que nous renforcerons ensemble la relation de confiance entre les aidants et les aidés. Pour cela, il est nécessaire de développer la dotation en aides techniques et les compétences des agents professionnels du CIAS pour réduire l'absentéisme lié aux arrêts de travail. Selon les statistiques, 1/3 des accidents du travail dans le métier de l'aide à domicile est lié à la manutention et 1/3 est dû à des chutes.



Exemple d'aide technique : la canne tripode

C'est la plus stable des cannes grâce à ses trois pieds. Elle ne bascule pas et procure ainsi une grande aisance de mouvement à son utilisateur. Elle peut s'utiliser à droite comme à gauche.

De plus, 62% des chutes pour les personnes de + de 65 ans ont lieu à leur domicile. Il est vrai que si le logement est un lieu de vie pour les usagers du CIAS, c'est aussi un lieu de travail pour les accompagnants professionnels.

Le CIAS du Grand Périgueux décide donc d'agir en plusieurs étapes.

Tout d'abord, il faut sensibiliser l'ensemble des acteurs de l'aide à domicile à la prévention des ris-

-ques que ce soit les agents du CIAS, les usagers et leurs aidants proches, les partenaires du secteur médico-social... « *Nous formons le personnel du CIAS à la détection des risques, à savoir les éviter et à trouver des solutions.* »



Autre exemple : la barre d'appui qui offre un point d'appui sûr et fiable lorsque vous entrez et sortez de la baignoire. Facile à installer et à enlever du rebord de la baignoire.

Une formation intitulée PRAPSMS (**Pr**évention des **R**isques liés à l'**A**ctivité **P**hysique dans le secteur **M**édico **S**ocial) est dispensée depuis quelques mois au sein de notre structure et concerne l'ensemble des agents. Pour AGIR, il faut repérer les risques aux domiciles. Divers moyens sont mis à notre disposition : la grille de repérage des risques que les aides à domicile ou la Responsable de secteur peuvent remplir chez vous, la visite d'un formateur PRAP ou d'un ergonomiste pour un diagnostic de votre lieu de vie... Puis, il faut envisager la mise en place de solutions pour réduire les risques d'accident.

Ces solutions ne pourront être effectives qu'avec votre accord, après discussion avec vos intervenants, votre entourage, des professionnels experts, le CIAS... Ces solutions peuvent être diverses : réorganisation des temps d'intervention, réaménagement du lieu de vie ou certaines pièces du domicile, prêt ou acquisition d'aides techniques. Il faut finalement évaluer les solutions mises en place pour confirmer qu'elles sont bénéfiques à votre quotidien et sécurisantes pour les personnes qui vous aident. Mais il faudra rester vigilant et continuer à prévenir les accidents. Nous devons tout faire pour préserver votre autonomie aussi bien à votre domicile que lors de vos sorties.

**C'est pour cela qu'il est important qu'ensemble, nous travaillions sur la prévention des risques en appliquant au mieux les actions du « Programme Aidants Aidés ».**