

## À la une

### JOURNEE NATIONALE AIDE A DOMICILE !

Le Vendredi 17 Mars 2023, a eu lieu la Journée Nationale des Aides à Domicile. Nous avons profité de cette journée pour leur dire : MERCI !



Merci pour leur engagement quotidien, leur discrétion et respect de votre vie privée, leur disponibilité, leur autonomie, leur ponctualité, leur soutien, leur empathie, leur adaptabilité, leur attention, leur rigueur ..

Tout cela dans le respect de votre choix de vie pour :

**Un seul objectif : « Mieux vivre chez soi »**



Vendredi 17 Mars, article du Populaire du Centre – Interview de Myriam R. Ce que fait Myriam et ses collègues c'est aider au quotidien ceux qui en ont besoin et soulager les aidants. Leurs missions sont nombreuses. « On ne peut pas faire ce métier, si on n'aime pas profondément ça. C'est l'accomplissement de notre métier de pouvoir accompagner les personnes jusqu'au bout. On apprend beaucoup au travers de nos usagers ». Car c'est bien cela l'objectif. Permettre au plus grand nombre de rester à domicile le plus longtemps possible.



### Édito

Jean-Marie LAGORCE  
Président

#### REMERCIEMENTS

Chaque jour, nos Aides à domicile sont auprès de vous. Leurs activités vous permettent de démarrer votre journée, d'aller faire vos courses, vos repas... connaissent vos habitudes, ce qui vous est utile..., savent vous écouter, sont dévoués et attentifs au service utile. Vous permettent de **rester dans votre logement dans les meilleures conditions possibles.**

Métiers insuffisamment connus dont son importance est insuffisamment reconnue !!

La journée Nationale du 17 Mars a été voulue pour porter un regard sur ce métier si important dans notre quotidien dont vous en êtes témoins.

Nous nous attachons à écouter les besoins complémentaires dont vous avez besoin en apportant des réponses : petits aménagements, petit jardinage, accompagnement rendez-vous, et par nos ateliers, la possibilité de vivre plus agréablement. Notre lettre vous en donne des exemples, n'hésitez pas à nous contacter.

Je vous souhaite un beau printemps qui pointe ses premières couleurs. Bonne lecture.

### Info spéciale

L'UNA est heureuse de vous annoncer que, toujours soucieuse d'apporter le maximum de bien-être à leurs usagers, un **véhicule adapté pour le transport de personne à mobilité réduite** rejoindra la flotte de nos véhicules à



partir de cet été. N'hésitez plus à nous solliciter si vous souhaitez être accompagné pour vous rendre chez le médecin, chez le coiffeur, faire une promenade au bord de l'eau, refaire les boutiques, nos chauffeurs accompagnateurs spécialement formés se feront un plaisir de vous aider.

# Conseils santé

## Vivre Centenaire à domicile

Nous vivons de plus en plus longtemps et le nombre de centenaires progresse régulièrement dans notre département.

En 2020, il y en avait plus de 300 (20 000 en France). Près de la moitié restent dans leur domicile.

Cette population qui reste chez elle est assez dépendante et impose d'avoir :

- Les moyens pour rester à domicile,
- Les structures d'hospitalisation à domicile, adaptées si leur transfert en institution devient incontournable.



Ce maintien n'est possible que si il y a :

- Un environnement familial,
- Un réseau médicalisé, un service d'Aide à domicile avec des intervenants formés et compétents pour assumer les tâches matérielles et corporelles et maintenir un lien social et affectif pour ces personnes avec l'extérieur
- Une bonne hygiène de vie avec une alimentation équilibrée, accompagnée d'une bonne hydratation,
- Une activité physique régulière et une stimulation intellectuelle adaptées.

Devant cette évolution, pour permettre à cette population de rester le plus longtemps possible chez elle, il est nécessaire de valoriser ces services, de les développer et de former leur personnel.

## On se détend

### Charade

On plonge mon 1<sup>er</sup> dans un verre pour en extraire la boisson

Mon deuxième est une voyelle

Les oreilles permettent d'entendre mon troisième.

Solution :  
Paillasse (Paille-A-Son)

## A vos agendas

Les ateliers convivialité ont repris !

**Nouvelles activités** INSCRIVEZ-VOUS ! Contactez-nous

Atelier Chute et Autonomie ou comment se relever après une chute ?

Atelier Sommeil – Relaxation - Détente

COMMENT  
SE RELEVER  
DU SOL



# On vous en parle

## Notre service JARDINAGE-BRICOLAGE

- **Les petits travaux de services à la personne de jardinage** : Débroussaillage, arrosage des plantes, désherbage, traitement et entretien du jardin.

- **L'aide au jardinage** : Tonte de pelouse, scarification des pelouses, rempotage, semis, hivernage et plantation, taille des haies, entretien de massifs et plates-bandes.

- **Les travaux de jardin épisodiques** : Evacuation des déchets, déneigement.

**Utilisation du matériel apporté par nos jardiniers.**

• **Un service ponctuel ou régulier, qui peut être réalisé même en votre absence.**

**Des intervenants expérimentés que vous ayez un balcon ou un jardin.**

- **Les petits travaux et services à la personne de bricolage** : Remplacement d'une ampoule, fixation d'un cadre, d'une étagère, retouches de peinture, purge des radiateurs, montage et démontage de petits meubles.

- **Les installations** : D'un lustre, d'une tringle à rideaux, de boîte à clés sécurisée, d'équipements de sécurité (barres d'appui, détecteurs de fumée).

- **Le nettoyage** : De vérandas, grand nettoyage de Printemps, nettoyage de tombe à la toussaint ...  
Et plus encore...

• **Des hommes toutes mains, pour vos petits travaux de réparation et d'entretien.**

• **Un intervenant certifié pour les interventions du petit électrique.**

• **L'avance de frais pour les fournitures liées à vos petits travaux.**

• **Une présence humaine pour vous aider dans vos travaux.**



10, Boulevard de la République  
87200 SAINT-JUNIEN  
Tél. : 05.55.02.46.01  
Site internet : unasaintjunien.fr

