Formation-intervision des animateurs de maisons d'accueil communautaire

Les MAC en fête...

Année 2014, n° 7

Date de parution
Juillet 2014

Dans ce numéro :

Les MAC en fête... 1

Formation: Bien-être/ Massages et validation 3

MAC Forge-Philippe

Le samedi 7 juin, la MAC de Forge-Philippe a organisé une journée portes-ouvertes après sa première année de lancement.
Dès 14h30, la Maison d'Accueil Communautaire Seniors a permis la visite de ses locaux aménagés en ateliers-jeux, bricolages et de tables joliment dressées.

Ensuite, a eu lieu l'inauguration officielle par Maryse Daubercies, échevine des affaires sociales, poursuivie par un discours de l'animatrice elle-même, Martine Sobry. Cette dernière en a profité pour inaugurer le nom donné après réflexion et concertation avec les participants à leur MAC :

Le verre de l'amitié a été offert à cette occasion et la soirée a pu débuter avec l'interprétation des chansons d'Edit Piaf autour d'un barbecue au profit de la MAC.

MAC Fays-les-Veneurs

Ce vendredi 13, Not'Maison fêtait son 10e anniversaire.

Réalisé avec l'appui du Service public de Wallonie

Avec le soutien de

Wallonie

La soirée académique du vendredi 13/06/2014 avait pour but de rassembler les personnalités politiques locales et extérieures, les responsables de services à domicile, de soins, etc. pour fêter l'événement.

M. Arnould, bourgmestre de la commune de Paliseul et M. Joblin, président de l'ASBL rappellent l'importance de prendre soin de la population vieillissante et de soutenir ce genre de projet.
Ce dernier a annoncé le projet de construction d'un nouveau bâtiment pour la Maison d'Accueil de Fays-les-Veneurs.

Le samedi 14, plus de 100 personnes avaient répondu à l'invitation au dîner festif.
Un repas dans la convivialité, l'échange, la bonne humeur, les remerciements, les encouragements et les compliments.

L'exposition de photographies représentant les aînés au sein de la Maison d'Accueil a créé la surprise et a fait des émus.

« Sur ces belles paroles, je tiens à lever mon verre à toutes les personnes qui, au quotidien, ont fait, font et feront de ce projet, un projet magnifique et magique »

La conclusion du discours de M. Joblin peut être transféré à chacun des bénévoles qui soutient l'une ou l'autre des Maisons d'Accueil Communautaire. Par le biais de cette newsletter, un grand merci vous est exprimé!

Formation « Bien-être/Massages et validation »

Validation

La validation de Naomi Feil a été rebaptisée l'HUMANITUDE par Yves Gineste et son épouse Rosette Mascotti, deux experts dans le milieu hospitalier, les maisons de repos et à domicile.

Ils définissent l'humanitude comme une technique d'une extrême douceur qui permet de garder le lien émotionnel et qui a pour objectif d'aider une personne qui a des troubles au niveau de la mémoire et au niveau physique.

Les dix commandements pour aborder et communiquer avec le patient:

1/ PRÈS DE LA PERSONNE, TU TE TIENDRAS ;
2/ SON NOM, TU DIRAS ;
3/ SON CORPS, TU TOUCHERAS ;
4/ A SA HAUTEUR ET FACE À LUI, TU TE TIENDRAS ;
5/ UN CONTACT VISUEL, TU ÉTABLIRAS ;
6/ LENTEMENT ET DISTINCTEMENT, TU PARLERAS ;
7/ DES MOTS SIMPLES ET CONCRETS, DES PHRASES COURTES, TU EMPLOIERAS ;
8/ AVEC DES GESTES ET LE TOUCHER, TES PAROLES, TU COMPLÈTERAS ;
9/ UN MESSAGE À LA FOIS, TU DONNERAS ;
10/ ENONCÉS AFFIRMATIFS, TU RECOURAS.

D'autres petites astuces sont proposées comme:

- Poser des questions, parler de sa propre enfance permet de varier les discussions qui portent souvent sur le passé de la personne;
- Après avoir rappelé plusieurs fois la même information, tenter de distraire la personne par le biais d'une autre discussion ou activité;
- Rassurer la personne en lui permettant de réaliser des gestes, des activités qu'elle avait l'habitude de faire;
- Valoriser, encourager la personne afin de créer une relation harmonieuse;
- Parler avec émotion, avec de la chaleur dans la voix.

Il faut surtout garder à l'esprit que si la personne ne nous reconnaît plus, elle nous reconnaît au niveau du cœur et au niveau émotionnel.

Bien-être et massages

Notre corps est composé de chakras qui sont des centres énergétiques répartis tout au long du corps humain. Ils sont considérés comme des régulateurs de la santé des personnes. En effet, les chakras absorbent l'énergie qui nous entoure et l'envoie aux parties du corps dépendant du système nerveux majeur le plus proche.

Les 7 chakras principaux sont disposés de la base de la colonne vertébrale à la base de la tête.

7/ Chakra coronal
6/ Troisième œil
5/ Chakra gorge
4/ Chakra cœur
3/ Plexus solaire
2/ Chakra sacré
1/ Chakra racine

- Le chakra racine nous stabilise en nous faisant garder le contact avec la réalité et le concret. Il permet de vivre en harmonie avec ses besoins vitaux.
- Le chakra sacré concerne les sentiments, la sexualité, la créativité et la procréation. Il nous permet de ressentir les émotions de la vie.
- Le plexus solaire est lié à l'énergie vitale, l'estime de soi et la motivation. Ce centre nerveux appartient au système nerveux sympathique (celui du stress).
- Le chakra cœur fait le lien entre les 3 chakras du dessous qui concerne le plan physique et les 3 du dessus qui se rapportent au plan spirituel. Ce chakra concerne l'amour, la bonté et l'affection.
- Le chakra gorge est intimement lié à l'expression de soi et la communication verbale.
- Le troisième œil est lié à l'intuition. Il concerne la clairvoyance.
- Le chakra coronal concerne la sagesse. Il est notre guide spirituel.

Favoriser la respiration, la concentration, la méditation en combinant le massage du chakra déséquilibré permet d'harmoniser l'énergie dans notre corps tant au niveau de la conscience, du psychisme que de la santé.

Chaque partie de la tête, du pied ou de la main se rapporte à une partie du corps. Comme pour les chakras, le fait de masser certaines zones permet de soulager les maux.

Bien méritées...

Personne de contact:
elodie.amant@admr.be
081/207.990

Editrice responsable
Brigitte PIERARD, administratrice déléguée de l'ADMR
Route de Hannut 55/2 à 5004 BOUGE

Newsletter des Maisons d'Accueil Communautaire

50+ à vos projets!
Penser plus tôt à plus tard

Cet outil ludique, présenté sous la forme d'une boîte comprenant des fiches, vise à aider à se poser les questions qui pourront amener à réfléchir et à préparer l'avenir. Il aborde six thématiques principales :

- planifier la suite de sa carrière ;
- s'assurer des ressources financières ;
- gérer sa santé ;
- penser à la fin de vie ;
- rester actif et interactif ;
- se loger autrement.

Sur chaque fiche, une question est posée au recto et une piste de réponse est proposée au verso. Ce jeu stimule la réflexion et le dialogue autour de projets.

Il permet de penser plus tôt à plus tard, sans dramatiser, de manière positive et constructive.

Cette boîte peut être commandée gratuitement sur le site www.avosprojets.be
La brochure « Conseils pratiques pour planifier efficacement son second projet de vie » y est également téléchargeable.

Année 2014, n° 8

Date de parution
Août 2014

Dans ce numéro :

50+ à vos projets **1**

Déménagement de la MAC de Montbliart vers Rance **2**

Appel à projets **3**

Activités estivales **4**

Réalisé avec l'appui du Service public de Wallonie

Avec le soutien de

Wallonie

Newsletter des Maisons
d'Accueil Communautaire

La Maison des Aînés de Montbliart déménage à Rance...

Dernière photo des participants de la Maison d'Accueil des Aînés « Au fil du temps » devant le bâtiment de la salle des Fêtes situé à Montbliart.

En effet, la MAC a déménagé vers d'autres horizons le 9 juillet dernier. Un local situé dans l'ancienne école primaire de Rance leur a été proposé. Local chargé de vécus et totalement dédié aux activités de la Maison d'Accueil.

Nous leur souhaitons d'y vivre à nouveaux de belles aventures...

Information pratique :
« Au fil du temps »
Grand-rue 51 (Au lieu-dit : Pusse au leu)
6470 Rance

Donnez libre cours à vos projets de rencontre dans vos quartiers!

Appel à projets « Quartiers libres » de la coopérative Cera

La coopérative Cera cherche à améliorer la qualité du vivre ensemble en Fédération Wallonie-Bruxelles par le soutien à 6 projets favorisant la rencontre locale des enfants ou des jeunes.

Pourquoi ne pas envisager un projet entre Maisons d'Accueil Communautaire et d'autres associations/organisations afin de favoriser le lien intergénérationnel ?

Description de l'appel à projets :

Le projet devra réunir au minimum deux organisations qui pourront obtenir entre 3000 et 7500€ pour le projet. Celui-ci devra prévoir la participation des jeunes. Il visera la création de lien social par des activités de sport, de jeu, de détente ou autre, tant que le projet a pour objectif la mixité sociale.

Si vous voulez vous investir dans la rencontre locale ou lutter contre la pauvreté et que vous voyez les talents des enfants du voisinage comme une opportunité d'appropriation partagée de l'espace, alors montez votre projet.

Quelques exemples de projets qui pourraient être intéressants pour l'échange entre les participants de vos MAC et les jeunes de vos quartiers :

⇒ Aménager ou réhabiliter un espace de rencontre tel qu'un bar à palabres avec les aînés, un restaurant de quartier, etc. Et ce, accompagné d'une fête inaugurale.

⇒ Développer avec les jeunes des rencontres de voisinage axées sur le plaisir d'être ensemble par le biais de tournoi amical, de quizz sur le patrimoine local, quizz musical, karaoké, cinéma en plein air, cours de cuisine interculturel, etc.

Pour répondre à cet appel à projets :

Surfez sur www.cera.be et téléchargez le formulaire de demande de l'appel à projets « Quartiers libres ». Complétez le avec au moins une autre organisation locale. Envoyez la candidature par mail à l'adresse suivante: peggy.mommaerts@cera.be avant le 4 novembre 2014.

Rendez-vous sur le site internet de Cera pour de plus amples informations.

Activités estivales

Activité au Bois du Cazier :

Venez découvrir avec vos petits-enfants la vie des mineurs au travers d'une histoire prenante au sein du domaine du Bois du Cazier à Marcinelle.

Activité intergénérationnelle proposée par le Service des Aînés de la Ville de Charleroi ce mercredi 20 août.

Renseignements et réservations au 071/86.56.03

Colloque « Maladie d'Alzheimer » :

L'asbl « Le Bien Vieillir » fête ses 10 ans ce 22 septembre à La Marlagne à Wépion.
Tout au long de ses 10 années de travail, l'asbl a oeuvré pour un changement de regard et de pratiques autour des vieillesses, pour une meilleure considération des personnes âgées et de ceux qui les entourent.
Progressivement, elle s'est attachée à défendre les droits des personnes fragilisées notamment par la présence d'une maladie de type Alzheimer. Fidèle à ses valeurs et son adage, l'asbl a décidé de mettre en avant des pratiques qui permettent un regard plus nuancé, plus objectif, plus positif, des initiatives qui, à domicile ou en institution, soutiennent, dans le respect et la considération, les personnes concernées et ceux qui les accompagnent.

Le colloque intitulé « Maladie d'Alzheimer : Des pratiques pour plus de dignité » est accessible entre autres aux professionnels du secteur de l'aide à domicile.
Y seront proposées différentes interventions qui auront pour thèmes :

- Vers une vision plus positive de la maladie d'Alzheimer ;
- Médecin traitant, acteur dans la durée et au centre de l'accompagnement ;
- Améliorer les pratiques dans les institutions ;
- Etc.

Contactez-nous afin de nous communiquer les événements de vos MAC respectives et de nous faire parvenir toute information utile pour les animateurs ou concernant le public des aînés (idées d'activités, brochures, colloques, etc.)

Personne de contact:
elodie.amant@admr.be
081/207.990

Editrice responsable
Brigitte PIERARD, administratrice déléguée de l'ADMR
Route de Hannut 55/2 à 5004 BOUGE

Newsletter des Maisons d'Accueil Communautaire

Projet Bleue Ville

La Maison d'Accueil Communautaire d'A Radjoû participe à l'organisation d'une grande fête destinée aux habitants de la commune de Trois-Ponts ce 20 septembre. Chaque association est invitée à participer par le biais d'une activité sur le thème du bleu.
Les participants de la MAC ont décidé de réaliser une grande toile composée de déchets en plastique en les nouant les uns aux autres.
Pour ce faire, tout le monde a été invité à récupérer des déchets, à les nouer et à apporter sa partie.

Cette toile disposée dans les arbres du Baty à Wanne formera un immense ciel bleu et symbolisera les liens créés entre les habitants de Trois-Ponts.

Pendant que certains s'attèlent à l'assemblage de la toile. D'autres tricotent afin de réaliser des troncs d'arbre pour l'école maternelle.

Année 2014, n° 9

Date de parution Septembre 2014

Dans ce numéro :

Projet Bleue Ville **1**

Eté mouvementé pour les MAC de Beauvechain et Incourt **2**

La gestion des personnalités difficiles **3**

Réalisé avec l'appui du Service public de Wallonie

Avec le soutien de

Wallonie

Newsletter des Maisons
d'Accueil Communautaire

Eté mouvementé pour les MAC de Beauvechain et Incourt

Tournoi de pétanque organisé à la MAC de Beauvechain, rassemblant 3 générations autour de rafraîchissements et d'amuse-bouches, dans un cadre parfait pour la détente et l'amusement: terrain de jeu de pétanque, bancs sous les arbres et étang.

Atelier floral à la MAC d'Incourt révélant les talents des participantes, ravies de repartir avec leur création.

Année 2014, n° 9

La gestion des personnalités difficiles

Agression:

C'est une attaque de l'autre sans respect de la frontière relationnelle. C'est une colère non gérée. Il y a un passage à l'acte qui peut être physique et/ou verbal.

Agressivité:

C'est un sentiment intérieur. C'est ce qu'on ressent sans qu'il y ait réellement agression de l'autre côté.

D'où vient l'agression? (d'après Christian Soleil)

L'agression est la réponse à un besoin humain insatisfait.
9 besoins peuvent générer de la frustration:

- ⇒ Besoin de territoire: réfère au besoin d'espace vital d'intimité
- ⇒ Besoin de communiquer: réfère au besoin de parler à une personne significative
- ⇒ Besoin de dignité: réfère au besoin d'être respecté par les autres
- ⇒ Besoin de sécurité: réfère au besoin de protéger sa personne et les personnes qu'on aime
- ⇒ Besoin d'autonomie: réfère au besoin de prendre ses propres décisions et d'avoir le contrôle sur sa vie
- ⇒ Besoin d'avoir le temps: réfère au besoin d'évoluer à son propre rythme, sans être bousculé, ni pressé par les autres
- ⇒ Besoin d'identité: réfère au besoin de conserver ses biens
- ⇒ Besoin de comprendre: réfère au besoin d'être informé de manière adéquate

Lorsqu'un besoin n'est pas comblé, la personne peut l'exprimer. Néanmoins, si elle en est incapable, elle risque de passer à l'acte en frappant, criant, essayant de faire peur, faisant mal parce qu'elle a peur elle-même.

Les bons réflexes

L'assertivité:

Lorsque vous êtes face à une personne agressive, il faut être capable de vous dire « Ce n'est pas à moi qu'elle en veut, mais qu'est-ce qu'elle veut me dire quand elle dit ça? »
Il faut être à l'écoute et montrer que vous comprenez ce qui est dit et que l'autre a le droit d'être en colère.

L'empathie:

Il faut « souffrir » avec la personne, se mettre à sa place afin de comprendre ses ressentis. Attention, il y a malgré tout des limites à se mettre.

L'attitude professionnelle:

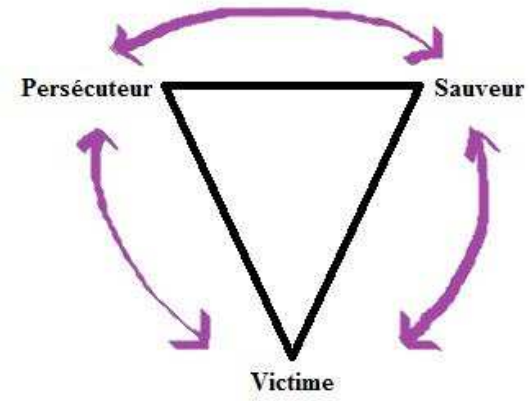
Il faut également verbaliser son propre ressenti. Il est important de dire les choses à froid en adaptant la manière de le faire.

Quelques actions à mettre en place lors d'une agression:

- Anticiper et prévenir l'agression en observant les attitudes, en étant à l'écoute des critiques et en réagissant à ce symptôme.
- Ne pas raisonner la personne.
- Face à un groupe, isoler la personne pour qu'il n'y ait pas un effet de spectateurs.
- Baisser les yeux lorsqu'on craint l'agression physique.
- Ne pas employer de punitions.
- S'intéresser à l'autre et le laisser s'exprimer afin de connaître ses raisons.
- Garder ses distances.
- Ne pas tourner le dos.
- Ne pas monter le ton en répondant par de l'agressivité.
- Attendre que la situation retrouve son calme pour parler, clarifier les points de désaccord, utiliser la reformulation.
- Passer le relais si la situation s'aggrave.

Ces mesures visent à résoudre le problème actuel et protéger les personnes présentes, tout en continuant à assurer le continuité du groupe. Gardez toujours en tête que votre façon de réagir détermine la suite de la situation.

Il est également important de ne pas entrer dans le jeu du triangle infernal.



Il faut mettre un terme à la situation car cela peut vite devenir un cercle vicieux.
En Maison d'Accueil, il faut avoir la capacité de mettre un cadre professionnel avec des règles dès le départ. Il faut savoir dire « Non » et stopper certaines personnes à trop parler par exemple.

Il faut en permanence trouver le juste milieu dans la satisfaction des besoins de tout un chacun.

Personne de contact:
elodie.amant@admr.be
081/207.990

Editrice responsable
Brigitte PIERARD, administratrice déléguée de l'ADMR
Route de Hannut 55/2 à 5004 BOUGE

Newsletter des Maisons d'Accueil Communautaire

Année 2014, n° 10

Date de parution
Octobre 2014

Dans ce numéro :

L'ADMR, un nouvel air... 1

Prévention incendie 1

Colloque 3

Activité intergénérationnelle à Sivry-Rance 4

L'ADMR, un nouvel air...

Nous sommes fiers de vous présenter la nouvelle identité visuelle de l'ADMR dotée d'un nouveau logo et d'un site internet plus moderne.

ADMR
AIDE À DOMICILE
EN MILIEU RURAL

Nous vous invitons à découvrir le site **www.admr.be** qui fournit entre autres un point sur les Maisons d'Accueil Communautaire comprenant:

- une note explicative sur les MAC
- une répartition des MAC par antenne
- un lien vers le bottin

Prévention incendie

Triangle du feu:

Combustible: bois, papier, gaz, etc.

Comburant: oxygène

Energie d'activation: de type mécanique, électrique, chimique, naturel ou thermique

Lors d'un incendie, il faut intervenir sur l'un de ces 3 points.

Réalisé avec l'appui du Service public de Wallonie

Avec le soutien de

Wallonie

Classes de feu:

Classe A: Feux de matériaux solides
Classe B: Feux de liquides et de solides liquéfiables
Classe C: Feux de gaz
Classe D: Feux de métaux
Classe F: Feux d'auxiliaire de cuisson

Le type d'extincteur est choisi et utilisé en fonction de la classe de feu (type de combustible). Ces symboles figurent sur les extincteurs afin de les utiliser à bon escient.

Types d'extincteur:

- CO_2: utilisation de cet extincteur lors d'un incendie de classe B ou C, souvent privilégié lors d'un incendie de type électrique. Attaque du feu à 1 mètre.
- Eau: utilisation lors de feux secs, classe A. Attaque à partir de 2 à 3 mètres.
- Poudre: utilisation sur les classes A à D. Attaque à partir de 3 à 4 mètres mais éviter de l'utiliser dans les parties d'évacuation.
- Mousse: utilisation pour les classes A et B dans le milieu industriel. Attaque à partir de 3 à 4 mètres.

Evacuation:

La règle veut que 3 personnes soient responsables de l'évacuation.
Dans le cas où vous gérez seul ou à 2 le groupe de résidents, vous devez vous répartir les 3 casquettes.

- Le responsable déclenche l'alarme afin de signifier à tous qu'il faut quitter le bâtiment. Il prend contact auprès des pompiers.
- Le guide suit le circuit prévu afin de se rendre au point de rassemblement. Il est responsable du groupe qui chemine de manière solidaire vers la sortie et vérifie tout au long de l'évacuation que certaines personnes ne fassent pas demi-tour.
- Comme son nom l'indique, le vérificateur passe dans chacune des pièces afin de constater que les locaux sont vides ainsi que pour fermer chacune des portes.

Au point de rassemblement, vérifier l'effectif en faisant l'appel. Garder les personnes rassemblées jusqu'à l'arrivée des pompiers. Toute personne absente sur le lieu de rassemblement, sera recherchée par les pompiers dans le bâtiment.

A partir du moment où les personnes sont en sécurité, veiller à mettre en sécurité le bâtiment (fermer l'arrivée de gaz, électricité, etc.)

Points d'attention généraux:

~ Réaliser un exercice d'évacuation incendie par semestre.
~ Faire vérifier le matériel de secours annuellement par les pompiers.
~ Tenir à jour le registre de sécurité.
~ Afficher un plan d'évacuation correct, mis à jour.
~ Ne pas entraver les sorties de secours et les portes coupe-feu.
~ Fermer les portes et les fenêtres derrière soi.
~ Eviter de surcharger les prises.
~ Eteindre le matériel électrique en fin de journée.
~ Etc.

Colloque: « Alternatives à l'hébergement dans les maisons de repos »

Ce 21 novembre, le CEPAG met en place un colloque qui a pour thème « Les enjeux du transfert de compétences soins et aide aux personnes âgées ». Une partie des exposés et des débats sera consacrée à des exemples d'alternatives à l'hébergement dans les maisons de repos et à l'accompagnement nécessaire pour aider les personnes âgées à rester à domicile.

L'ADMR y sera représentée par 2 animatrices professionnelles (Françoise Baron et Christine Roset) accompagnées de la chargée de mission des MAC (Elodie Amant).
Celles-ci exposeront les observations qui ont mené à la création de ce nouveau projet de MAC en 2000. Elles expliqueront le fonctionnement de celles-ci, les activités qui y sont réalisées, les subventionnements qui leur permettent de se former chaque année.
Elles en profiteront pour établir un état des lieux des MAC soutenues par l'ADMR.

Si ce thème vous intéresse, vous êtes cordialement invités à y participer.
Le colloque se tiendra au siège de la FGTB wallonne et du CEPAG: Rue de Namur 47 à 5000 Beez.
Celui-ci débutera à 9h30. Notre intervention devrait se dérouler dans l'après-midi.

Une invitation vous parviendra dans les jours à venir.

Newsletter des Maisons d'Accueil Communautaire

Formations de 2014

Année 2014, n° 11

Date de parution
Novembre 2014

Dans ce numéro :

Formations de 2014 1

Atelier bijoux 3

Recette d'antan 3

Rencontre annuelle des bénévoles 4

En cette fin de cycle, vous trouverez dans cette newsletter quelques données supplémentaires vues lors des journées de formation.

L'alimentation des aînés

Moyens pour constater la dénutrition:

- Amaigrissement: (visage, vêtement, cran de la ceinture)
- En tant qu'animateur, vous connaissez les goûts et l'appétit de vos résidents. S'il reste souvent des aliments dans l'assiette, sensibiliser la personne sur son alimentation
- Moins de 2 repas équilibrés par jour (certains ne mangent que des tartines)

Astuces diverses:

Lorsque la personne a peu d'appétit, il faut essayer de donner l'aliment qui a le plus de calories dans le moins de quantité (densité énergétique) tel que le petit pot de beurre.

Si la personne doit prendre du poids, favoriser la viande et les pommes de terre plutôt que les légumes et le potage.

Si la personne a un régime de prescrit dans son dossier médical, veiller à vous renseigner auprès du médecin pour avoir son avis, une prescription et des détails sur les raisons.

Humanitude

Nous possédons tous 2 types de mémoire: primaire - secondaire.

La mémoire primaire nous permet de traiter 6 à 10 informations à la fois par le biais de filtres. Ce système de consolidation nous permet de ne retenir que les informations importantes. Notre attention est divisée, ce qui permet de réaliser plusieurs choses en même temps.

Les personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer ont généralement perdu cette capacité de filtrer les informations. C'est pourquoi il faut leur faire part d'une information à la fois.

Réalisé avec l'appui du Service public de Wallonie

Avec le soutien de

Wallonie

La mémoire secondaire est composée de 4 mémoires distinctes.

- La mémoire sémantique: mémoire de la culture générale
- La mémoire autobiographique: souvenir empilé de notre enfance jusqu'à ce jour, histoire de notre vie
- La mémoire procédurale: tous les gestes que nous avons appris et répétés plusieurs fois
- La mémoire affective ou émotionnelle: enregistre les gestes tendres, doux et plein d'amour

Des troubles de la mémoire peuvent également apparaître à ces niveaux. La personne met des mots à la place des autres, ne sait plus son nom, ne reconnaît plus le visage de personnes familières, etc.

Comment s'y prendre?

Rappeler gentillement les informations en douceur ou faire diversion.

Partir de ce qu'elle dit pour lui poser des questions.

Lui permettre de réaliser des gestes du quotidien qui la rassurent tels que le tricot, le rangement des placards, etc.

Encourager, valoriser la personne, apprécier ce qu'elle fait.

Réaliser des ateliers artistiques.

Prévention incendie

Cas particuliers: les fumées vous empêchent d'évacuer

Les fumées sont plus rapides que le feu. Elles sont chaudes (600°C) et toxiques. Donc si elles envahissent les chemins d'évacuation:

- Ne les affrontez pas
- Baissez-vous. L'air frais est près du sol et la visibilité y est meilleure
- Réfugiez-vous dans un local clos avec une fenêtre donnant sur l'extérieur
- Signalez votre présence à la fenêtre
- Calfeutrez la porte avec des linges ou des vêtements mouillés

Procédés d'extinction

Action sur le comburant: Etouffement en diminuant la teneur en oxygène de l'air

Action sur l'énergie d'activation: Refroidissement => l'eau est le meilleur agent de refroidissement

Action sur le combustible: Suppression par la fermeture d'une vanne ou d'un robinet

Action sur le combustible et le comburant: Isolement => isoler le combustible du comburant par une barrière étanche.

Atelier bijoux

Dernière création réalisée à la MAC de Neufchâteau

Ce bracelet est conçu à partir de languettes de canettes et de ruban(s).

Le principe est de passer le ruban une fois au dessus puis une fois en dessous dans chacune des alvéoles.

N'hésitez pas à vous rendre sur internet, un grand nombre d'exemples et d'explications s'y trouvent.

Recette d'antan qui régale les résidents de la MAC de Fays-les-Veneurs

Canadas aux rousses

Ingrédients pour 4 personnes:
1 kilo de pdt, 1 gros oignon, 1 clou de girofle, 1 feuille de laurier, thym,
4 tranches de lard maigre fumé, 1 grosse cuillère à soupe de farine.

Faire fondre le lard dans une casserole en fonte. Quand le lard est bien fondu, enlever une partie de la graisse. Faire revenir l'oignon émincé et mélanger avec 1 cuillère jusqu'à coloration de l'oignon. Ajouter la farine, continuer à bien mélanger et veiller à ce que l'oignon ne brûle pas. Ajouter les pommes de terre épluchées et coupées en morceaux (pas trop gros). Il faut de préférence des pdt farineuses. Ajouter de l'eau dans la casserole de manière à presque recouvrir les pdt. Remuer bien afin d'éviter que les pdt ne collent au fond de la casserole. Ajouter poivre, sel, clou de girofle, laurier, thym. Ajouter quelques grains de chicorée. Faire cuire à feu doux, en remuant de temps en temps. Servir très chaud. Ce plat peu accompagner jambonneau, saucisse, lard de poitrine ou autres, agrémenté d'une salade.

Bon appétit.

Rencontre annuelle des bénévoles en Maison d'Accueil Communautaire

Pour la deuxième fois, l'ADMR souhaite réunir les bénévoles afin de partager un agréable moment tous ensemble et par la même occasion, les remercier du soutien qu'ils apportent aux animateurs professionnels des Maisons d'Accueil Communautaire.

Cette rencontre aura lieu
le lundi **8 décembre 2014**
de **13h30 à 17h**
au sein des locaux de la Coordination wallonne de l'ADMR situés
Route de Hannut 55 à 5004 Bouge.

Programme:

- **=> 13h30 Accueil**
- **=> 14h00 Présentation et évolution des MAC**
- **=> 14h30 Reportages dans nos MAC**
- **=> 15h00 *Quelle visée à la présence auprès des personnes âgées ?* par Nathalie RIGAUX, sociologue, enseignante à l'Université de Namur et spécialiste des questions liées au vieillissement**
- **=> 15h45 Débat avec les participants et échange d'expériences**
- **=> 16h15 Goûter**

Les animateurs sont bien entendu les bienvenus à accompagner leurs bénévoles afin de participer à ce moment convivial.

Réponse souhaitée pour le 27 novembre 2014 par le biais du talon à envoyer via l'adresse mail, le fax ou l'adresse postale ci-dessous.

Personne de contact:
elodie.amant@admr.be
Tél: 081/207.990
Fax: 081/207.999

Editrice responsable
Brigitte PIERARD, administratrice déléguée de l'ADMR
Route de Hannut 55/2 à 5004 BOUGE

Newsletter des Maisons d'Accueil Communautaire

Visite du Ministre Maxime Prevot

Année 2014, n° 12

Date de parution
Décembre 2014

Dans ce numéro :

Visite Ministre Prevot 1

Idées de desserts de Noël 2

Penser plus tôt à plus tard 3

Ce vendredi 19 décembre, Monsieur Maxime Prevot, Ministre des Travaux publics, de la Santé, de l'Action sociale et du Patrimoine nous rendait visite au sein des locaux de la Coordination Wallonne. Et ce, afin de lui présenter les enjeux identifiés quant à l'avenir de l'aide à domicile.

Lors de cet événement, les Maisons d'Accueil Communautaire ont été mises en avant. En effet, l'un des points à l'ordre du jour concernait la subvention octroyée dans le cadre des formations-intervisions des animateurs de MAC et du soutien à l'échange d'informations et de bonnes pratiques par le biais des newsletters.

Dans l'espoir que cette visite permette à la subvention de devenir à l'avenir réglementée.

Réalisé avec l'appui du Service public de Wallonie

Avec le soutien de

Wallonie

Newsletter des Maisons
d'Accueil Communautaire

Idées desserts de Noël

Ce mardi 16 décembre avait comme un goût de fête à la MAC de Beauvechain.

Une « réception de remerciements » a été organisée par l'animatrice, Chantal Wery et les participants fin gourmets et excellents pâtissiers.

Ce goûter permettait de remercier toutes les personnes qui ont participé au projet d' ouverture de la MAC tels que les membres de la Commune ainsi que l'ADMR.

Des biscuits et des bûches ont été confectionnés « maison ». Voici un exemple de recette de bûche. Parfait pour les fêtes de fin d'année… Régalez-vous!

Bûche aux marrons

Ingrédients pour 6 à 8 personnes :

500 g de purée de marrons en conserve non sucrée
200 g de chocolat fondant
125 g de beurre
100 g de sucre glace
1 dl d'alcool (rhum, whisky)

Pour garnir:

Massepain
Meringues
Boules en sucre

Faire fondre le chocolat coupé en morceaux avec le beurre au bain-marie. Mélanger jusqu'à obtention d'une pâte lisse.

Ajouter peu à peu le sucre glace sans cesser de remuer. Joindre la purée de marrons et l'alcool.

Réserver deux boulettes afin de créer les nœuds de bois pour la décoration. Verser le reste de la pâte dans un moule sur du papier sulfurisé.

Mettre le tout au frigo pendant 2 heures.

Démouler, retirer le papier et strier la bûche à l'aide d'une fourchette.

Décorer de nœuds en chocolat, de massepain, de meringues, de boules en sucre élaborés par vous-même ou achetés tout faits.

Penser plus tôt… à plus tard

Dans la newsletter du mois d'août, vous avait été évoqué un outil ludique créé par la Fondation Roi Baudouin, qui permet de se poser les questions pour préparer son avenir en abordant plusieurs thématiques.

La fondation s'est également penchée sur un projet de soins personnalisé et anticipé avec toutes les réflexions sur l'application que cela implique.

Le concept de projet de soins personnalisé et anticipé a déjà fait l'objet de recommandations officielles en Grande-Bretagne. Et il commence tout doucement à faire son chemin dans de nombreux pays.

Des focus groupe constitués de citoyens et d'acteurs de fin de vie ont émis des idées afin de faire avancer ce genre de conception dans notre société.

- Dialoguer oui, mais à propos de quoi?

  Le projet devrait aider à prendre connaissance des préférences de la personne en matière de lieu de vie, de philosophie de vie, etc. de manière à évoluer avec elle à travers ses aléas de santé à venir.

  Etant donné que l'entourage est impliqué dans la fin de vie, il faut également connaître ses souhaits.

  En outre le dialogue peut également préciser les caps que la personne ne souhaite pas franchir.

- Dialoguer oui, mais quand et avec qui?

  L'aborder avec ses proches est un premier pas important. Néanmoins pour que les souhaits en matière de soins soient pris en considération, il faut qu'ils soient communiqués à des intervenants professionnels.

  Selon le moment où ce dialogue s'initiera, les interlocuteurs naturels seront différents. C'est pourquoi le « quand » et le « qui » sont difficilement dissociables.

  Les interlocuteurs seront différents selon la situation de la personne. Il pourra s'agir de la personne de confiance, du médecin généraliste, des intervenants des soins à domicile ou de MR/MRS.

Vous pourrez trouver d'autres éléments tout aussi intéressants concernant ce projet, des témoignages de citoyens et de professionnels, des réflexions, etc. sur le site ci-dessous:

http://www.kbs-frb.be/uploadedFiles/KBS-FRB/05)_Pictures,_documents_and_external_sites/09)_Publications/PUB_2071_PenserPlusTot-aPlusTard_04.pdf

Après une année d'accompagnement aux Maisons d'Accueil Communautaire, je prends mon envol vers d'autres horizons. C'est avec beaucoup de regret que je laisse ma place de chargée de mission MAC à BENJAMIN GUILLAUME, assistant social à l'antenne de Dinant. Néanmoins, je ne doute pas du dynamisme et du souffle nouveau qu'il apportera au projet.
Je souhaite que celui-ci perdure et prolifère dans l'espoir de le voir un jour reconnu et subventionné par la Région Wallonne.
Je tiens tout particulièrement à souligner les compétences, l'énergie et le grand cœur de chacun et chacune de nos animateurs professionnels et bénévoles. Un tout grand merci!
A toutes et tous, je vous souhaite une bonne continuation...

Un joyeux Noël et déjà une bonne année 2015!

Personne de contact:
benjamin.guillaume.cw@admr.be
Tél: 081/207.990
Fax: 081/207.999

Editrice responsable
Brigitte PIERARD, administratrice déléguée de l'ADMR
Route de Hannut 55/2 à 5004 BOUGE