CENTRE D'ACTION BÉNÉVOLE DE VALLEYFIELD

LE PROCHE AIDANT CONTINUE D'ÊTRE UNE PERSONNE, PAS PLUS

Infolettre pour les proches aidants Édition no. 2

Explications du logo PAPYRUS

PA : Proche aidant : Les proches aidants se retrouvent au cœur de l'action
Papyrus : Tout comme ce très ancien papier, le rôle d'aidant est ancestral
Cobane d'oiseau : Suggère la protection bienveillante des proches aidants

L'arbre :
Le Pyrus est un arbre du genre poirier de la famille des rosacées originaire du Moyen Orient. Sa fleur est fragile mais son tronc est très robuste. Il produit de délicieux fruits également utilisés en médecine. En Grèce, Homère disait qu'il était UN CADEAU DES DIEUX

LES PROCHES AIDANTS, COMME LE PYRUS, SONT FORTS ET VULNÉRABLES À LA FOIS L'AIDE ET LE SOUTIEN QU'ILS APPORTENT À UNE PERSONNE EST TRÈS PRÉCIEUX

Les proches aidants secondaires

Saviez-vous qu'il y a un autre type de proche aidant? Vous êtes l'aidant principal mais peut-être qu'une ou des personnes vous donnent un coup de main dans vos tâches au besoin ou encore, vous soutiennent moralement.

Ce sont des proches aidants secondaires

Si la situation de vie est difficile pour vous, elle pourrait aussi l'être pour eux. S.V.P. Montrez-leur ce coupon. Nous pouvons les conseiller pour vous aider!

Vous aidez quelqu'un qui soutient une personne en perte d'autonomie ou en convalescence ?

Votre aide est importante pour ce proche aidant
C'est pourquoi nous aimerions vous parler
Contactez nos intervenantes du
Centre d'action bénévole de Valleyfield
450 373-2111

Profitez de l'été en toute sécurité

Il est maintenant permis de se rassembler à l'intérieur comme à l'extérieur de la maison. Les gens peuvent donc recevoir des membres de la famille et des amis chez eux. Cependant, chacun se doit de continuer de respecter les mesures de lavage fréquent des mains et la distance (1 mètre et demi). Le port du couvre-visage est fortement recommandé. Il est important de tenter de respecter le plus possible les consignes de la santé

Mesures à prendre avec les invités

Afin de veiller à la sécurité de tous, ces mesures devraient être respectées:

- **Demandez à vos invités de se laver les mains pendant 20 secondes avec de l'eau et du savon ou avec une solution hydroalcoolique lorsqu'ils entrent chez vous et aussi souvent que nécessaire.**
- **Proposez des salutations alternatives sans contact et évitez les poignées de mains et les accolades, et ce, même avec les enfants.**
- **Nettoyez les surfaces souvent touchées (poignées de porte, interrupteurs, etc.) avant l'arrivée de vos invités et aussi pendant leur présence.**
- **Réservez une salle de bain pour vos invités lorsque cela est possible; nettoyer la salle de bain avant leur arrivée. Si plus d'un ménage utilise la même salle de bain, nettoyez fréquemment les surfaces souvent touchées pendant l'événement.**
- **Mettez des mouchoirs à la disposition de vos invités. Incitez-les à jeter leurs mouchoirs dans une poubelle après utilisation et à laver leurs mains.**
- **Gardez les fenêtres ouvertes afin d'assurer une bonne circulation d'air à l'intérieur de la résidence, si la température le permet. Évitez les jets d'air directs sur les personnes par l'utilisation de climatiseur ou de ventilateur.**
- **Lors de la prise d'un repas, favorisez, autour de la table, le regroupement des personnes d'un même ménage.**
- **Assurez-vous qu'une seule personne effectue le service du repas après s'être lavé les mains correctement.**
- **Durant le repas, évitez le partage d'objets au maximum :**
- **Les sauces et condiments doivent être servis en contenants individuels;**
- **Les verres doivent être identifiés au nom des invités;**
- **Les plats à partager comme les trempettes de légumes doivent être évités;**
- **Ustensiles et linges humides doivent être utilisés par une seule personne;**
- **Les repas de type « buffet » ou « libre-service » doivent être évités.**
- **Après le repas, lavez la vaisselle avec de l'eau chaude et du savon, à la main ou au lave-vaisselle.**

PRENEZ EN NOTE LE NOM DES PERSONNES INVITÉES, LA DATE DE LA VISITE ET LES ACTIVITÉS RÉALISÉES. CETTE NOTE POURRAIT ÊTRE UTILE À LA DIRECTION RÉGIONALE DE SANTÉ PUBLIQUE SI UN DE VOS INVITÉS RECEVAIT UN DIAGNOSTIC DE COVID-19 DANS LES JOURS SUIVANT LA VISITE.

MON CALENDRIER – JE ME PAIS PLAISIR CHAQUE JOUR –

INSCRIVEZ DANS CHAQUE CASE UNE ACTION QUI VOUS PROCURE DU PLAISIR
ex : marcher, lire, s'acheter un truc, commander du resto, etc..

JUILLET 2020

DIMANCHE	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

© 2020 Calendrier-365.com

Les services actuellement offerts au CAB de Valleyfield

- Appels, courriels et écoute personnalisée
- Accompagnements dans les démarches
- Rencontre individuelle si votre situation le nécessite
- Info-référence
- Formation – Aider sans s'oublier –
- Formation – Accompagnement d'un proche en fin de vie –
- Infolettre mensuelle
- Inscription de nouveaux proches aidants

Horaire des intervenantes

Johanne Glaude
Du lundi au vendredi
De 08h30 à 16h30

Diane Doucet
Du lundi au jeudi
de 08h30 à 12h