



Octobre 2020

#1

Le lien

Bulletin d'information/détente du CîSD 60



Sous les masques :

**Gardons le
sourire !**

Un peu d'histoire...



Créée en 1977, notre association de maintien à domicile des personnes âgées et handicapées, est devenue le CISD 60 en 1996.

Nous proposons un bouquet de services d'aide à domicile à Beauvais et alentours et œuvrons en direction de nos aînés et leur famille, confrontés à la perte d'autonomie, à la maladie ou au handicap.

Le CISD 60, c'est un état d'esprit bienveillant et une équipe administrative et d'aide à domicile pour vous accompagner dans les actes essentiels de la vie quotidienne.

Aujourd'hui, chacun peut avoir besoin d'une aide à domicile, de manière ponctuelle ou continue, quels que soient son âge ou sa catégorie sociale. Au sein de l'association, nous plaçons cette vérité au cœur de notre action en défendant des valeurs d'empathie, de solidarité et de respect envers les personnes fragilisées.

Notre ambition pour nos bénéficiaires est le maintien optimal de leur santé, de leur autonomie sociale et de leur dignité d'être humain et nous organisons pour nos équipes les meilleures conditions de travail.



Les prestations du CISD 60 s'effectuent dans le cadre d'un projet individualisé pour chaque bénéficiaire, élaboré à partir de l'évaluation de ses besoins. Les interventions journalières sont adaptées et peuvent prendre différentes formes :

- **Aide au lever ou au coucher** : manipulation avec douceur et maîtrise des techniques de transfert ;
- **Aide à la toilette** : acte essentiel d'hygiène mais aussi intime qui nécessite professionnalisme et respect de la dignité ;
- **Aide à la préparation et à la prise des repas** : pour un moment important et convivial de la journée ;
- **Entretien du domicile** (sanitaire, cuisine, sols, vitres etc.) **et du linge** (étendre et repassage du linge) ;
- **Aide à la prise des médicaments** (surveillance)
- **Accompagnement personnalisé** (rendez-vous médicaux etc) et assistance administrative.

Le CISD 60 mesure ses objectifs par une évaluation permanente et la mise en place de plans d'actions de formations et d'outils de communication (livret d'accueil, cahier de liaison, enquête de satisfactions, guide de bonnes pratiques, télégestion mobile etc.)

Cette démarche qualité s'appuie sur un principe fondamental : la bonne qualité relationnelle entre toutes les parties prenantes de l'aide à domicile : bénéficiaire et famille, intervenants, responsable de secteur, partenaires etc.

Les aides à domicile du CISD 60 interviennent au quotidien, 7j/7 et toute l'année pour garantir une continuité d'accompagnement.

L'équipe administrative vous accueille du lundi au vendredi sauf le mardi après-midi et la continuité du service est assurée par une permanence téléphonique après 17 heures, ainsi que les week-ends et jours fériés.

Edito



Chers tous,

Nous vivons depuis quelques mois une crise sanitaire qui a bouleversé profondément nos vies. Je pense évidemment en premier lieu à notre santé à tous et au triste bilan pour les aînés et les plus faibles. Cette crise du COVID 19 impacte notre travail, nos habitudes de déplacements, de consommation, nos loisirs, notre vie de famille...

Plus de six mois après le confinement, la situation est malheureusement encore chaotique et même s'il est triste de le constater, il faut bien se rendre à l'évidence : nous allons devoir vivre avec ce virus pendant encore un « certain temps ».

Notre moral s'en trouve affecté et le sentiment d'isolement renforcé car les masques rendent invisibles nos sourires et l'absence de contact physique nous prive du réconfort d'une main tendue ou d'une embrassade. Cet effet psychologique mérite notre attention car il affecte notre relation aux autres...

Avec ce premier bulletin, nous voulons avec le Conseil d'Administration et l'équipe du CISD 60, maintenir symboliquement le lien qui nous unit. C'est un espace d'information, d'expression, de solidarité et de détente. Faites-nous part de votre avis et de vos suggestions pour faire évoluer ensemble « Le lien ».

Bonne lecture à tous !

Chantal Leleux
Présidente du CISD 60

L'interview

Afin de mieux comprendre le milieu du service à la personne ainsi que le quotidien des auxiliaires de vie, la classe de BTS SP3S du lycée François Truffaut a décidé d'organiser une matinée d'observation.*

Maurane, élève de la classe, a passé la matinée avec Nadia, auxiliaire de vie au CISD 60 depuis 25 ans déjà.

Ci-contre l'interview de Nadia menée par Maurane

**SP3S : Services et Prestations des Secteurs Sanitaire et Social*



Maurane : Dans un premier temps, je me suis demandée quelles sont les activités d'une auxiliaire de vie ?

Nadia : Le métier consiste à habiller, pratiquer les tâches ménagères, à faire la toilette, le lit et le petit déjeuner des bénéficiaires de l'aide à domicile. Mais ma principale mission est de les rassurer, de leur parler pour les mettre en confiance mais surtout à l'aise. Pour les personnes mélomanes, toute l'intervention se fera en musique, dans une ambiance chaleureuse et rassurante...

Maurane : Ces tâches, vous les réalisez tous les jours de 7h45 à 11h, ensuite vous avez une pause déjeuner et vous reprenez le travail à 14h jusqu'à environ 20h. Vous travaillez également un week-end sur deux et vos horaires peuvent changer à tout moment en cas de roulement ou de remplacement, si j'ai bien compris ?

Nadia : En effet, le métier d'auxiliaire de vie est loin d'être simple, c'est un métier très éprouvant physiquement, et j'ai souvent de nombreuses douleurs chaque soir au niveau des bras, des épaules et du dos...

Pour nous aider dans nos interventions au quotidien, le matériel professionnel est mis en place chez les bénéficiaires comme par exemple le « lève-personne » qui a pour mission de lever et soutenir. Grâce à ces matériels, les auxiliaires de vie ne s'épuisent pas.

Malgré ces difficultés, c'est un métier prenant que j'aime et que j'exerce depuis plus de 25 ans ! Pour moi, aider et être au contact avec les personnes, rien n'est plus passionnant et intéressant. Je m'investis énormément, je prends du temps pour discuter avec les bénéficiaires et j'apprends à les connaître pour leur bien-être.

De temps en temps, je leur amène des petites viennoiseries pour partager un moment chaleureux à leur domicile, tout en gardant une attitude professionnelle...

Zoom : Le métier d'aide à domicile

+de
400 000
salarié(e)s environ



97%
de femmes

Le métier d'aide à domicile est au cœur du lien social. Il doit être exercé avec envie car il faut aimer le contact et être à l'écoute des besoins.

Malgré un nombre élevé de salarié(e)s, la recherche de personnel est constante car les demandeurs d'emploi et surtout les plus jeunes sont souvent réticents à travailler dans le secteur.

Le métier est en effet peu valorisé et les salaires faiblement attractifs (sur la base du smic). Les réticences, au delà du critère économique, sont dues aux difficultés à la fois psychologiques et physiques liées à l'activité.

On estime que ce métier comptabilise plus d'accident du travail que la moyenne des salariés français.

Autres difficultés rencontrées, le manque de moyens et la mobilité. En grande majorité, les aides à domicile utilisent leur propre véhicule pour se rendre chez les bénéficiaires ou les accompagner pour leurs rendez-vous (les frais kilométriques sont pris en charge).

Malgré cela, beaucoup d'aides à domicile aiment leur métier et le trouvent passionnant. Elles aiment partager des moments de convivialité, aiment reconforter dans les instants difficiles et apprécient en retour la confiance et la complicité créées avec les bénéficiaires.

Chiffres : alternatives-economiques.fr / 2015

Journée Oxygène annulée



Nous avons eu le regret d'annuler notre Journée Oxygène prévue le jeudi 25 juin 2020. Caroline Cayeux, Maire de Beauvais, a pris la décision d'annuler tout événement prévu pendant la période afin de garantir notre sécurité et nous protéger.

Malgré la joie que nous nous faisons de vous accueillir et malgré le travail fourni, notre seule priorité est votre santé. Nous vous attendons donc l'année prochaine pour se réunir tous ensemble dans une atmosphère chaleureuse et festive !

Comme à son habitude, la journée aura lieu au Plan d'Eau du Canada. Nous espérons que vous serez nombreux !

Pour participer à cette journée, contactez-nous ou remplissez notre carton d'invitation qui vous sera remis en mars 2021. Cette journée sera sous le signe de la solidarité et de l'entraide et nous remercions les enseignes qui ont déjà fait preuve de générosité pour l'organisation future.

Jeux de mots

Trouvez les anagrammes des 9 mots de la grille de gauche pour former dans la grille de droite 9 autres mots relatifs à l'univers de la boulangerie en général. Le mot vertical déjà formé est là pour vous aider...et vous rappeler une caractéristique essentielle du métier de boulanger.

A	L	E	V	I	N	
I	G	N	A	R	E	
T	O	R	T	U	E	
C	O	U	S	S	I	N
S	A	U	V	E	R	
F	R	E	I	N	A	
M	I	N	E	U	R	E
R	E	C	A	L	E	E
E	G	L	I	S	E	

Solution en bas de page

Vous trouverez ci-dessous un jeu de mots mêlés. Après avoir barré tous les mots de la liste, il vous restera à former une phrase mystère de 3 mots avec les lettres restantes dans la grille.

- | | |
|---------|---------|
| TOMATE | HARICOT |
| RADIS | FRAISE |
| PRUNE | EPINARD |
| POIVRON | COURGE |
| POIS | COTON |
| PERSIL | CITRON |
| PECHE | CHOU |
| PATATE | CERISE |
| ORANGE | CEPE |
| OIGNON | CELERI |
| NOIX | CAROTTE |
| NAVET | BROCOLI |
| MELON | AVOCAT |
| MACHE | ANANAS |
| LAITUE | AIL |

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

www.fortissimots.com

Solution des mots mêlés : CINQ PAR JOUR

Solution de la grille d'anagrammes

S E L E S
 C E R E A L E
 M E U N I E R
 F A R I N E
 S A V E U R
 C U I S S O N
 T O U R T E
 G R A I N E
 L E V A I N

La recette

du moment...

Oeuf cocotte et fondue de poireaux avec sa tuile de parmesan

- Pour 4 personnes
 Préparation : 20 min
 Cuisson : 20/25 min
- 4 poireaux
 - 4 œufs
 - 20 g de beurre
 - 1 verre d'eau
 - 1 sachet de parmesan râpé
 - 4 cuillères à soupe de crème fraîche épaisse
 - 1 pincée de sel

Fendre les poireaux en quatre dans la longueur. Éliminer le talon et les racines. Laver les poireaux en frottant les feuilles les unes sur les autres sous l'eau. Les ciseler ensuite finement au couteau d'office dans la longueur.

Dans une casserole, mettre à fondre le beurre. Verser les poireaux ciselés et un verre d'eau. Couvrir et laisser mijoter à feu moyen environ 15 min.

Remuer de temps en temps et au besoin, rajouter un peu d'eau si la préparation commence à attacher au fond de la casserole. Pendant ce temps, préchauffer le four à 230°C. Sur une plaque garnie d'un papier sulfurisé, déposer 8 petits tas de parmesan râpé. Chauffer environ 3 min (surveiller pour que cela ne brûle pas). Le fromage va s'étaler et former une sorte de galette.

Les retirer délicatement une à une de la plaque du four et les placer sur un rouleau à pâtisserie pour les former. Laisser sécher et refroidir.

Casser les œufs dans des ramequins individuels et ajouter un peu de crème fraîche légèrement salée et la fondue de poireaux. Cuire les œufs cocotte au four à micro-ondes 1 min. Vérifier la cuisson et ajouter 30 secondes si nécessaire.

Servir les œufs cocotte accompagnés de 2 tuiles de parmesan par personne.



Simplement Merci

Nous remercions très chaleureusement les organismes qui ont déjà fait preuve de générosité pour le futur déroulement de la Journée Oxygène en 2021.

Nous voulons remercier la classe du BTS SP3S 1 (Services et Prestations des Secteurs Sanitaire et Sociale) du Lycée François Truffaut de Beauvais.

Nous avons travaillé cette année avec ces élèves qui préparent un diplôme qui s'acquiert au bout de 2 ans et qui permet à ces futurs professionnels d'acquérir de

nombreuses connaissances (la relation d'aide, les divers publics, l'étude comportementale, la communication etc.). Ce BTS devrait leur permettre de travailler dans des organismes de protection sociale, des établissements sociaux, médico-sociaux, sanitaires ou de protection de la jeunesse.

Les élèves de la classe ont participé cette année à la création de notre carte de vœux et d'anniversaire. Merci à l'imprimerie Polyservices de nous avoir offert l'impression des cartes de vœux 2020.

Un merci tout particulier à Léa et Maurane qui ont participé à la naissance de ce premier numéro du bulletin d'information & détente du CISD 60.

**Vous souhaitez nous apporter vos suggestions
pour le prochain numéro du Lien ?
Dites-le nous, écrivez nous ou appelez-nous !**

www.cisd60.fr - cisd.beauvais@orange.fr

03 44 45 56 86

11 bis rue de la Préfecture - 60000 Beauvais
Ouvert du lundi au vendredi : 8h30/12h00 - 14h00/17h00
(fermé le mardi après-midi)

Permanence urgence :

06 71 20 88 84

