



## L'entrée en maison de retraite

### Choisir une maison de retraite :

- Le choix s'effectue à partir de vos besoins et de vos moyens financiers : type d'établissement et tarifs, localisation, satisfaction des envies personnelles, aides. Avant de vous décider, l'idéal est d'en visiter plusieurs.
- Il est souhaitable que vous soyez accompagné par une personne
- Déjeuner sur place permet de sentir le climat. Echanger avec des professionnels et d'autres familles. Le cas échéant visitez en semaine, puis le week-end.

### Visiter des établissements. Que regarder ? Que sentir ? Que demander ? (quelques pistes de réflexion) :

- **La direction.** De la motivation du directeur dépend la tenue de l'établissement, l'ambiance, la réalité du projet de vie, le soin apporté par le personnel aux tâches quotidiennes. Parlez avec lui, échangez à son sujet.
- **Les locaux.** La décoration des pièces communes, des circulations, est-elle agréable ? Comment sont les chambres, les résidents ? Peuvent-ils y apporter certains meubles personnels ?...
- **L'organisation de la journée, ouverture vers l'extérieur.** Des activités à l'intérieur et à l'extérieur sont-elles prévues ? Les familles sont-elles intégrées à la vie de la résidence ? Les résidents disposent-ils de journaux, de livres ?
- **L'organisation de la nuit.** Une surveillance est-elle assurée 24 h/24 ? Qui assure la garde de nuit ? Les chambres sont-elles équipées d'un système d'alarme du personnel et comment fonctionne-t-il ?
- **Les repas.** Sont-ils préparés sur place ? Les horaires sont-ils souples pour respecter les rythmes ? Une place est-elle assignée à chacun ou peut-on choisir son voisin de table ? Des menus spéciaux sont-ils proposés ? Les résidents peuvent-ils inviter leurs proches ?
- **Les soins - Le prendre soin.** Comment fonctionnent les soins paramédicaux (kinésithérapeute, orthophoniste, ergothérapeute, podologue) ? L'accompagnement de fin de vie, les soins palliatifs sont-ils envisagés ?

Source : [www.agevillage.com](http://www.agevillage.com)

## Pour Infos

### Formation aide aux aidants

« Mieux comprendre pour mieux accompagner » les personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer ou troubles apparentés.

Cycle de formation du 10 mars au 21 avril 2015

Le mardi de 14h30 à 16h30

Les 10/17/24/31 mars et 7/14/21 avril

Salle du foyer club du Père Laurent à Herbignac

(Prise en charge des personnes malades pendant la formation)

S'inscrire auprès d'Al'Fa Répit - Le Relais des Aidants

13, place de l'église - 44530 DREFFEAC

Téléphone : 02.40.66.94.58

Mail : [contact@alfarepit.fr](mailto:contact@alfarepit.fr)

### Soutien aux tuteurs familiaux

STF44 organise une session d'information destinée aux tuteurs et curateurs familiaux sur **le Rôle du Tuteur/ Curateur.**

Le 9 avril à Nantes

Le 11 juin 2015 à Saint

Nazaire, De 14h à 17h

Pour vous inscrire contacter le

**0 825 006 044**

### Atelier prévention des chutes

Le Centre Communal d'Action Sociale de Batz-sur-Mer a décidé de proposer aux Batziens de 60 ans et plus des ateliers de prévention des chutes conçus par la CARSAT des Pays de la Loire, en partenariat avec le Groupe Associatif Siel Bleu.

Cet atelier « Equilibre en Bleu » se fixe plusieurs objectifs :

- ✓ Améliorer son équilibre
- ✓ Apprendre à se relever en toutes circonstances
- ✓ Améliorer ses capacités physiques.

Ce programme d'entraînement s'étend sur une durée de **21 séances** à raison

d'une heure hebdomadaire prévue **les lundis de 9h30 à 10h30** (grande salle de l'espace petit Bois) **du 23 mars au 21 décembre 2015.**

Le CCAS de Batz-sur-Mer finance l'intégralité de ce dispositif, **aucun frais** ne sera demandé aux participants.

**Une réunion d'information** suivie des inscriptions se déroulera **le vendredi 6 mars à 9h30** en salle du conseil municipal (Mairie).

Les personnes désirant s'inscrire devront fournir un certificat médical ainsi que leur numéro de sécurité sociale.

### Café mémoire et répit à Guérande au salon de thé le Céladon

**3<sup>ème</sup> vendredi du mois, 14h30 - 16h30**

**G  
R  
A  
T  
U  
I  
T**

<b>20 mars 2015</b>	Prendre soin de soi quand on est aidant
<b>17 avril 2015</b>	Prendre des vacances
<b>22 mai 2015</b>	L'aménagement du domicile : Conseil et prévention
<b>19 juin 2015</b>	Prendre des vacances
<b>18 septembre 2015</b>	Les aides existantes sur le territoire
<b>16 octobre 2015</b>	Les activités à proposer et à partager
<b>20 novembre 2015</b>	Prévenir l'épuisement
<b>18 décembre 2015</b>	Bientôt les fêtes !

Le Café Mémoire et Répit est un lieu d'accueil et d'échanges ouvert aux proches aidants et aux personnes atteintes de troubles de la mémoire. Un psychologue est présent pour animer la rencontre, accompagné de bénévoles. Les rencontres se font une fois par mois autour d'un thème puis d'échanges libres. Possibilité d'un accompagnement des personnes malades durant le Café Mémoire et répit.