

Lettre d'infos – Juin 2022

Chers bénéficiaires,

Depuis plus de 2 ans, nous sommes confrontés à la pandémie COVID et à d'importantes difficultés de recrutement, liées à un manque de reconnaissance des métiers du domicile. Nous sommes pleinement conscients que cette situation vous impacte dans votre quotidien. Soyez assurés que nous mettons tout en œuvre pour trouver des solutions à ces difficultés pour vous satisfaire au mieux.

Nous partons du postulat qu'« **Un salarié heureux est une personne qui a réglé les questions essentielles pour s'attaquer le cœur léger et sans arrière-pensées à ses missions pragmatiques du jour** ».

Mieux recruter, être plus attractif, en termes de rémunération, mais aussi de reconnaissance et d'organisation du travail constitue le principal enjeu pour notre association dans les prochains mois. C'est pourquoi, PLEIADES s'engage dans une démarche RSE (responsabilité sociétale des entreprises) pour l'accompagnement et le bien être de ses salariés ainsi que de ses bénéficiaires.

La gouvernance et la direction.

## ACTIONS DE PREVENTION pour bien vivre à domicile

### LA NUTRITION



Un enjeu majeur  
de santé publique



**Une nutrition satisfaisante à tout âge contribue à un bon état de santé.**

Pour cela, une personne âgée doit manger chaque jour :

- 5 fruits et légumes
- 1 à 2 portions de protéines animales (viande, poisson, œuf), ou une association de légumes secs et de céréales (régime végétarien)
- 3 à 4 produits laitiers.
- du pain et des féculents peuvent être consommés à chaque repas

**Les principes d'une alimentation saine**

- Manger diversifié, des produits variés de préférence non transformés.
- Préférer des aliments qui contiennent des fibres : céréales complètes, légumes et fruits.
- Préférer des produits laitiers et de la viande maigre
- Réduire la consommation d'aliments riches en matières grasses : gâteaux

**PLEIADES** met l'accent au quotidien sur la prévention, la surveillance et les conseils afin de veiller au bon état de santé de ses bénéficiaires et vous propose sur Roanne et sa couronne, la livraison de repas à domicile contrôlés par une diététicienne, et préparés par la Maison GRIZARD.

**PLEIADES, en tant qu'acteur du médico-social s'investit dans la surveillance de la nutrition chez les personnes âgées.**

## **LA DÉNUTRITION : savoir la repérer pour agir.**

La dénutrition est une maladie silencieuse touchant près de 2 millions de personnes en France.

L'Agence Régionale de la Santé est partenaire de la Semaine nationale de la dénutrition qui se déroulera du 18 au 25/11/2022.

PLEIADES s'engage durant cette semaine :

- à sensibiliser ses usagers et leurs aidants
- à faire connaître ses actions.



**LA CANICULE**  
**et**  
**Fortes chaleurs**  
↓  
**Tous concernés**



La prévention est la meilleure arme contre les risques de santé provoqués par les fortes chaleurs, **PLEIADES vous informe des précautions à prendre en cas de fortes chaleurs :**

- Fermer les volets ou les rideaux des fenêtres situées sur les façades exposées au soleil
- La nuit, créer des courants d'air dans le logement
- Éviter de sortir aux heures les plus chaudes (11h-15h)
- En cas de difficulté à avaler les liquides, consommer des fruits et des crudités
- Manger normalement même sans faim

Vous pouvez également contacter la plateforme téléphonique : **CANICULE INFO SERVICE** pour obtenir des conseils pour se protéger ou protéger son entourage, en particulier les plus fragiles.

**0 800 06 66 66**

Appel gratuit depuis un poste fixe

**Point épidémiologique COVID-19 : augmentation du taux d'incidence après huit semaines de baisse, les gestes barrières restent en vigueur dont :**

- Le port du masque qui reste **OBLIGATOIRE** pour les interventions à domicile auprès des personnes âgées et en situation de handicap.

**PRENONS SOIN LES UNS DES AUTRES.**