



Savoir-faire (Sénior et Dépendance)

I) Mission générale :

Il s'agit pour le salarié d'accomplir un travail matériel, moral et social pour le maintien à domicile des personnes âgées. Il consiste à aider les personnes âgées ou handicapées à effectuer les gestes de la vie quotidienne, et contribue également à maintenir un contact intellectuel et affectif de la personne avec le monde.

II) Tâches liées au poste :

- a) Entretien de l'habitat et de l'environnement de la personne (ménage, vaisselle, rangement...)
- b) Alimentation : courses, préparation et aide à la prise des repas
- c) Accompagnement : aide aux sorties, à la marche, aide au lever et au coucher
- d) Hygiène et confort corporel (aide à la toilette, à l'habillement, à la réfection du lit)
Soutenir la personne :
- e) Sur le plan moral par une écoute attentive et une bonne communication
- f) Sur le plan intellectuel par une stimulation de l'intérêt (jeux, lecture, discussions...)
- g) Sur le plan social par l'aide aux démarches administratives et les accompagnements divers (courses, visites médicales, promenades...).
- Prévenir ou diminuer la dépendance :
- h) Mise en œuvre d'une organisation de vie
- i) Information et conseils réguliers sur l'hygiène de vie et la sécurité
- j) Liaison avec les autres intervenants (famille, médecin traitant, services sociaux...)



III) Techniques /méthodes de réalisations des tâches (liées au poste)

Les rappels ou consignes suivants sont à adapter en fonction des besoins du client et du plan d'accompagnement établi.



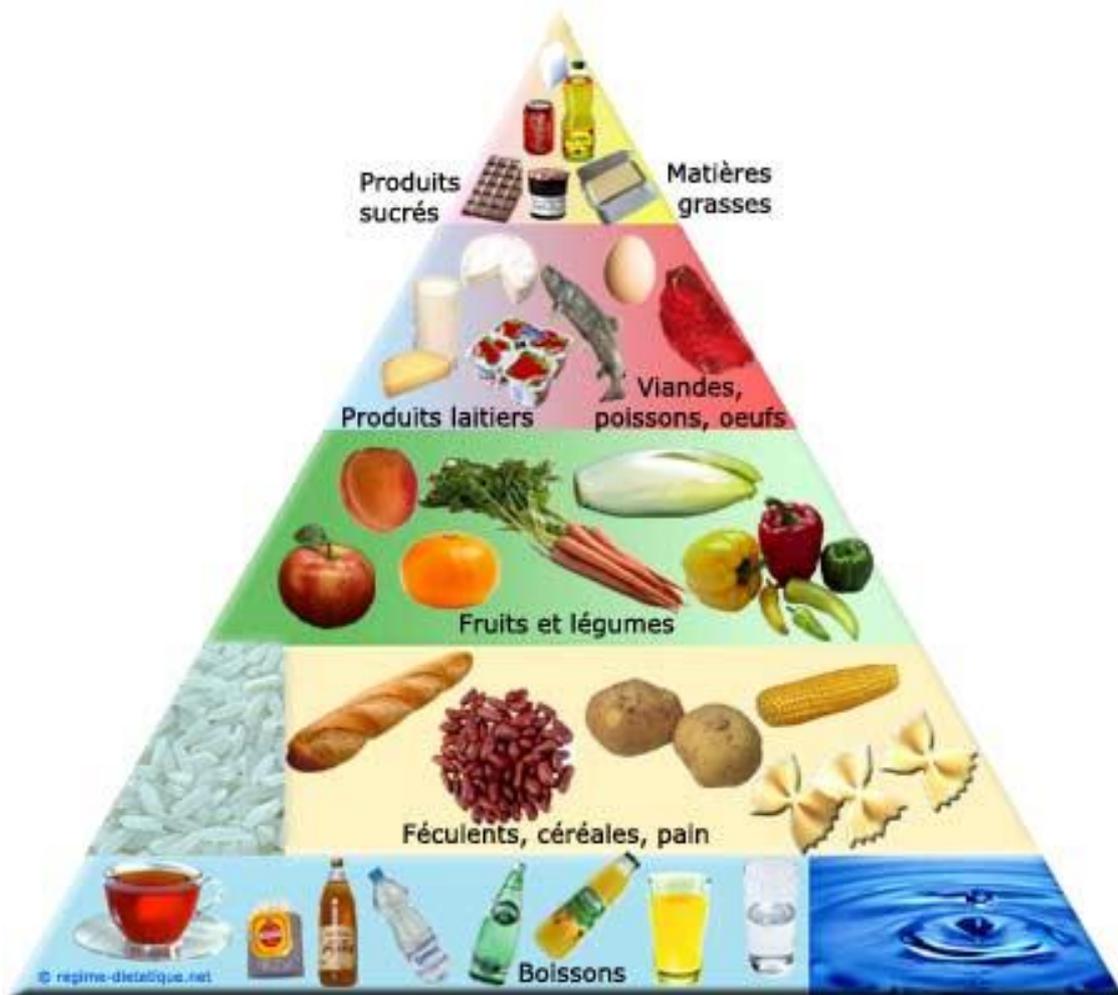
Bien remplir le carnet de liaison en expliquant le déroulement de la prestation et ce après chaque intervention.

Alimentation

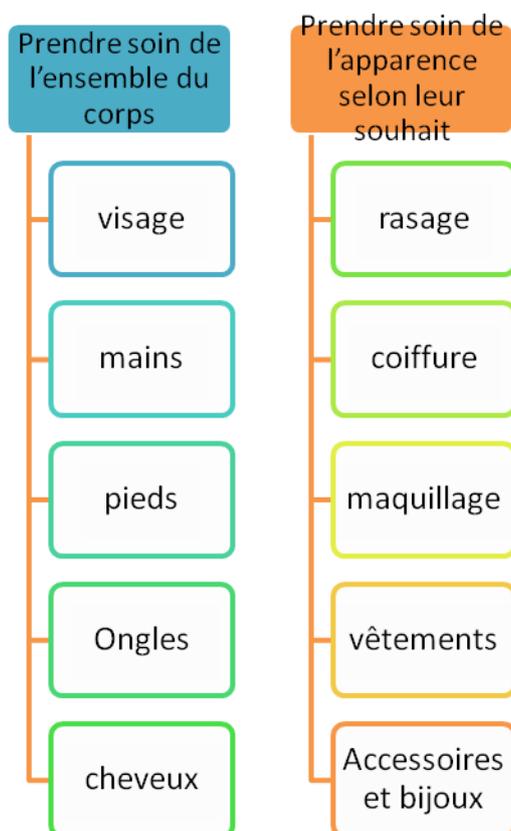
- Respecter les recommandations médicales
- Privilégier les aliments riches en protéines à densité énergétique élevée (viande, poisson, œuf...)
- Fractionner les repas (plusieurs prises par jour)
- Tenir compte des goûts et des aversions
- Dresser une jolie table
- Adapter la texture de l'alimentation (mixée, moulinée, hachée)
- pour une personne malvoyante, guider ses gestes par rapport au plateau ou au couvert dressé devant elle. Lui expliquer la composition du menu.

→ Les repères de consommation

- 1 à 1.5L d'eau par jour
- Féculents à chaque repas en fonction de l'appétit
- 5 fruits ou légumes par jour
- 3 à 4 produits laitiers par jour
- 1 à 2 portions de protéines (viande, poisson, œuf) par jour
- Limiter les matières grasses
- Limiter les produits sucrés



La toilette



→ Quelques règles de base :

- La toilette a pour objectif l'hygiène corporelle
- C'est un moment de communication verbale et non verbale où l'on peut observer l'état physique et psychique de la personne
- En suivant l'évaluation initiale des besoins du bénéficiaire et du plan d'accompagnement, respectez les capacités de la personne et préserver son autonomie
- Respect de la pudeur
- Veiller à la sécurité et au confort durant le soin
- fermer la porte de la chambre pendant un soin ou une toilette.



- veiller à ne pas laisser la personne découverte si on doit s'absenter pendant un change ou une toilette.
- ne pas dévêtir entièrement la personne lors de sa toilette.
- quand c'est possible, laisser la personne seule dans les toilettes et l'attendre dehors.
- respecter son intimité.

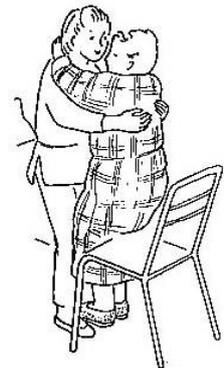
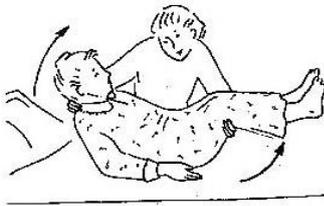
- Utiliser un savon liquide type gel douche ou un savon surgras (pas de produit à base d'alcool)
- Eviter de sécher la peau par frottement mais effectuer par tamponnement
- Après le bain ou la douche, utiliser un lait ou une crème émoulliente pour lutter contre le dessèchement cutané
- Relater dans le cahier de liaison les observations de la personne

→ **Toilette au lavabo :**

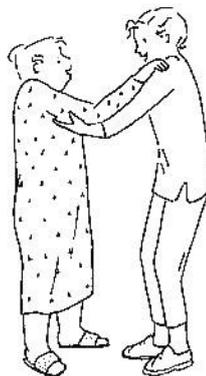
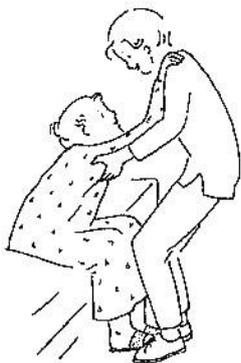
- Lever la personne
- Mettre une serviette de toilette sur la chaise
- Installer la personne
- Approcher les objets nécessaires (serviettes, gants, savon, nécessaire de rasage, coiffage)
- Régler la température de l'eau
- Pour la toilette intime, proposer au résident de la faire lui même en lui préparant le gant de toilette et assurer le rinçage
- Ne pas oublier le nettoyage de la bouche
- Coiffure
- Approcher : dentier, prothèses auditives, lunettes, crème hydratante, bijoux

Rappel des techniques d'aide au lever, coucher et au déplacement

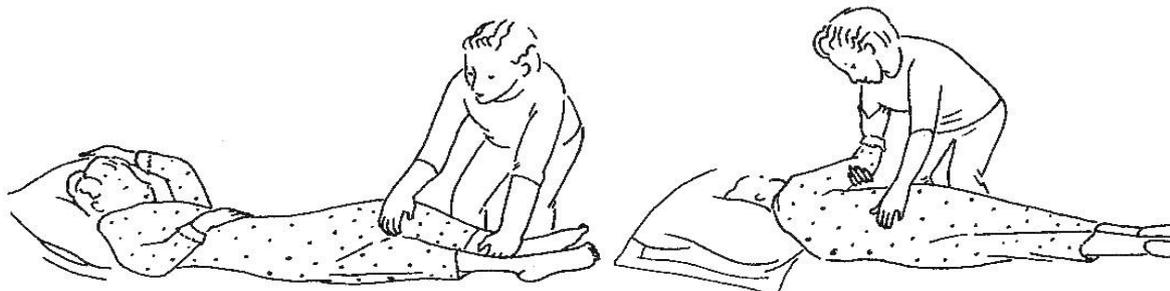
→ Asseoir au fauteuil une personne dépendante



→ Asseoir au fauteuil une personne pouvant marcher



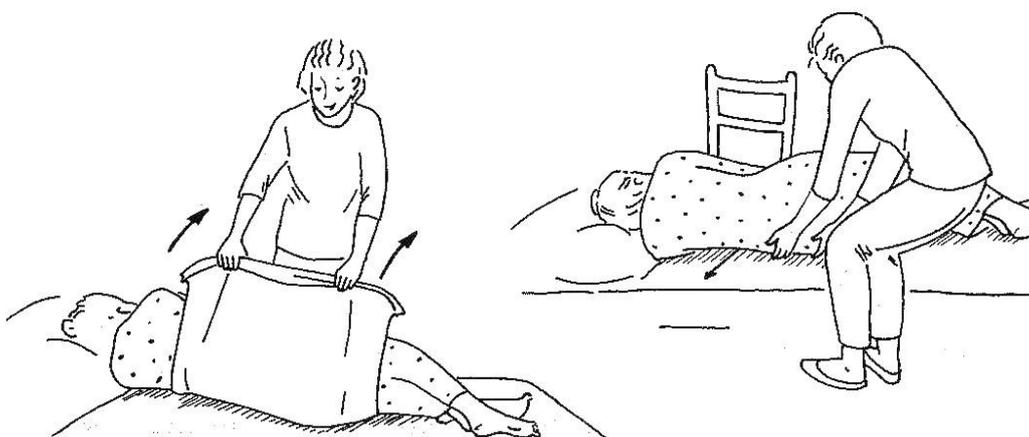
→ Techniques de transfert -> la personne pouvant participer



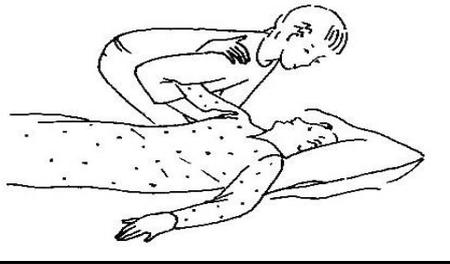
a) – Pour retourner la personne du côté gauche, placez-vous à droite du lit,
 – placez le bras droit de la personne sur sa poitrine,
 le bras gauche sur l'oreiller,
 – croisez sa jambe droite sur la gauche.

b) – Placez une main sur la hanche,
 – demandez à la personne de s'agripper à votre bras droit,
 – tirez la personne vers vous en même temps qu'elle se tire vers vous.

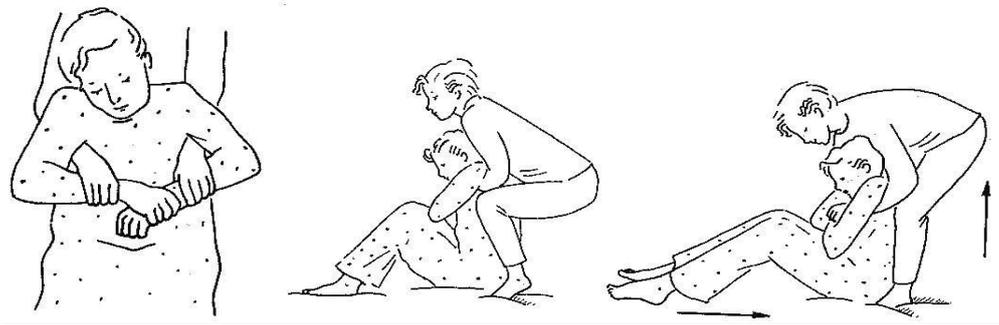
→ Techniques de transfert -> la personne ne pouvant pas participer



→ Techniques pour remonter une personne dans un lit (la personne pouvant participer)



→ Techniques pour remonter une personne dans un lit (la personne ne pouvant pas participer)



Les déplacements

- prévenir la personne en fauteuil roulant lorsqu'on arrive derrière elle ou lorsqu'on la déplace.
- faire avancer la personne en fauteuil toujours vers l'avant, lui dire où on la conduit.
- ne pas aller trop vite lorsqu'on déplace une personne en fauteuil roulant, ou lorsque vous marchez auprès d'elle.
- si la personne est en fauteuil, bien l'installer au fond et lui mettre les pieds sur les cale-pieds afin de veiller à son confort.
- laisser la personne libre de ses mouvements dans la limite de prise de risque évaluée avec la personne et son entourage.
- installer la personne là où elle le souhaite.



- Basculez le fauteuil en arrière.
- Avancez doucement le fauteuil ;



- faites contrepoids avec votre corps
- gardez le dos droit.



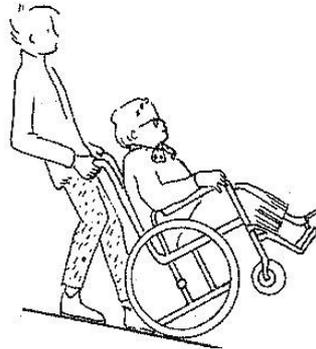
- Basculez le fauteuil ;
- placez un pied sur la 2^e marche,



- Tirez le fauteuil vers vous ;
- poussez sur les jambes en gardant le dos droit



En terrain accidenté
– basculez le fauteuil ;
– avancez sur les roues
arrières lentement.



Sur un plan incliné
– inclinez le fauteuil
si la pente est forte ;
– avancez en retenant
le fauteuil ;
– faites contrepoids
avec votre corps.

La communication et les échanges

- parler à la personne avec douceur, avec le sourire, avoir des paroles rassurantes
- expliquer les gestes que l'on est entrain de faire
- pour les personnes qui sont alités dire pourquoi vous entrez dans la chambre, surtout si elles sont angoissées, inquiètes.
- adapter la communication à chaque personne: par la parole, mais aussi le regard et le toucher.
- se mettre à la hauteur de la personne et face à elle pour lui parler.
- solliciter une réponse de la personne, notamment lorsqu'elle est en détresse, pour qu'elle-même tente d'y trouver une solution.
- respecter le fait que la personne ne souhaite pas parler, ou souhaite être seule.

Conduite à tenir en cas de décès :

Lorsque le décès survient pendant l'intervention ou lorsque le décès est constaté à l'arrivée au domicile :

- Il convient de garder son sang froid
- Prévenir immédiatement l'agence ainsi que les pompiers ou le SAMU
- Vérifier l'absence de pouls et de respiration
- Ne pas bouger la personne