

agduc

L'AZZUR

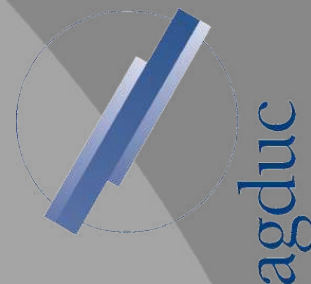
ET



N°5

MARS 2021

MOT DU DIRECTEUR



Mesdames, Messieurs,



Nos dernières semaines ont encore été rythmées par l'épidémie de Covid. Nous espérons tous que grâce à la vaccination, qui devrait s'intensifier par la mise à disposition de doses de vaccins, la circulation du virus sera de plus en plus limitée. Ainsi, cela nous permettra de retrouver rapidement notre pleine liberté d'aller et venir pour pouvoir profiter des uns et des autres et du printemps.

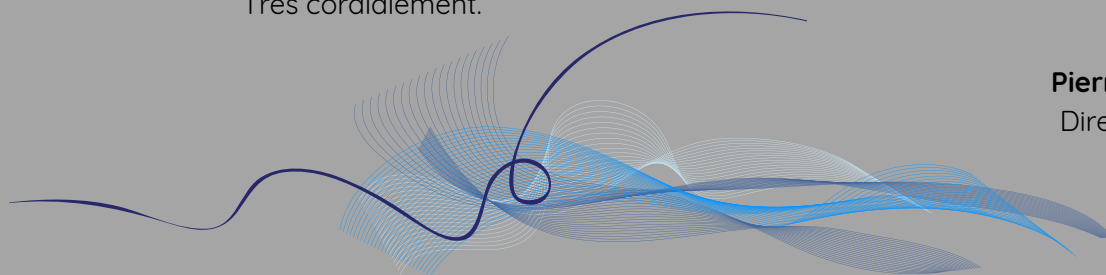
Nous savons combien vous restez engagés dans chacun de vos métiers afin que nous puissions collectivement continuer d'avancer. Vous pourrez le mesurer à la lecture de ce nouveau numéro de votre journal.

Nous avons également tenu à faire une place toute particulière aux aidants qui aujourd'hui encore plus que d'accoutumée sont autant de soutiens et de relais auprès des patients que nous accompagnons.

Nous allons sous peu débiter la communication concernant la prochaine certification afin de nous préparer à cette nouvelle version essentiellement axée sur vos pratiques à travers le parcours patient, je vous souhaite donc beaucoup de courage.

J'espère sincèrement avoir le plaisir de vous retrouver prochainement et dans cette attente, prenez soin de vous.

Très cordialement.



Pierre MARÉCHAL
Directeur Général

SOMMAIRE



- BIENVENUE
- ACTUALITÉS
- FORMATION
- DÉSINSERTION D'AIGUILLE VEINEUSE
- DOSSIER "LES AIDANTS"
- COIN LECTURE
- COIN CUISINE

PAGE 2
PAGE 3-4
PAGE 5
PAGE 6-7
PAGE 8>13
PAGE 14
PAGE 15



Nous souhaitons la bienvenue aux nouveaux collaborateurs AGDUC recrutés en CDI sur nos différents sites depuis mi-décembre 2020.

DÉCEMBRE :

- GRASSET Bertrand, Responsable comptabilité fournisseurs, Meylan
- LAURENT Marion, IDE Montélimar
- FOURNIER Luca, informaticien Meylan

JANVIER:

- MARION Maxime, Magasinier Voiron
- ROGERY Lucile, IDE La Tronche
- TOTTOLI Amélie, Diététicienne La Tronche
- TETART Sybille, IDE Voiron

FÉVRIER :

- PILA Baptistine, IDE Meylan
- REDOLFI FAGARA Sophie, IDE La Tronche
- BARBE Claudine, IDE Montélimar



Au revoir...

Nous remercions les collaborateurs qui sont partis ou partent à la retraite au cours du 1er trimestre 2021, pour leurs services et leur professionnalisme tout au long de leurs carrières à l'AGDUC et leur souhaitons une très belle continuation :

Françoise REY
Diététique/restauration

Didier GUILLON
Informatique

Martine MEYNIAC
Ide Voiron

Pascale MARSEILHAN
Ide La Tronche

Dominique GARCIA
Ide Gap



OFFRES LOCATIONS

De 10% jusqu'à 50% de réduction sur vos vacances
printemps / été
dont 2=1 à la montagne (1 semaine offerte)

Résidences de Tourisme, Villages Clubs, Campings



PROFITEZ DE NOS
PRIX EXCLUSIFS
CSE / COS
-40% TOUT DE SUITE
en JUILLET / AOUT



+ de 150 DESTINATIONS sur toute la FRANCE,
mais aussi l'Espagne, le Portugal et l'Italie

-10 %, CUMULABLE avec PROMO

Prix, promo, disponibilités sur
www.goelia.com

Réservations auprès de votre CSE / COS
Goelia propose une assurance annulation pandémie

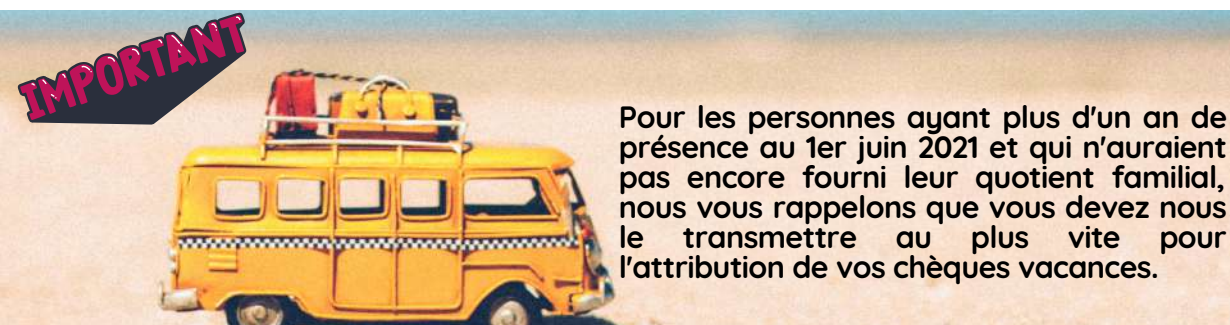
Cette année, parmi les offres de nos différents prestataires pour vos vacances, nous en accueillons un nouveau : Plein Air vacances.

N'hésitez pas à vous rendre sur le site du CSE (cseagduc.com) pour consulter les offres, accessibles pour tous les salariés ayant 1 an d'ancienneté à l'AGDUC.

Pour les personnes ayant moins d'ancienneté, veuillez contacter directement Catherine GASO (cgaso@agduc.com) ou Carole DUGROSPREZ (cdugrosprez@agduc.com).



Le week-end à Disney (qui a malheureusement dû être repoussé plusieurs fois en raison des conditions sanitaires), est prévu en novembre 2021 si les conditions le permettent. Vous pouvez d'ores et déjà vous inscrire en vous rendant sur le site du CSE.



Pour les personnes ayant plus d'un an de présence au 1er juin 2021 et qui n'auraient pas encore fourni leur quotient familial, nous vous rappelons que vous devez nous le transmettre au plus vite pour l'attribution de vos chèques vacances.

TOUJOURS D'ACTUALITÉ :



MAINTIEN DU RESPECT DES PRÉCAUTIONS SANITAIRES

Nous vous remercions pour le professionnalisme et le sérieux dont vous faites preuve chaque jour dans l'exercice de votre activité professionnelle pendant cette période compliquée. Maintenons les gestes barrières afin de prendre soin de nous, des nôtres et de nos patients.

INFORMATIQUE



Des attaques informatiques, notamment via la messagerie AGDUC, sont toujours constatées. Bien évidemment, la sécurité a été renforcée afin de limiter au maximum les intrusions. Toutefois, nous vous remercions d'être vigilants lors de l'ouverture de certains mails et/ou pièces jointes et de signaler au service informatique toute anomalie.

Nous vous rappelons à nouveau la nécessité, pour celles et ceux qui ne l'auraient pas encore fait (notamment depuis août 2020), de modifier votre mot de passe régulièrement (cf. intranet > onglet Documents > Informatique > messagerie/calendrier > procédure changement de mot de passe). Le mot de passe doit être changé au minimum tous les 6 mois sinon vous ne pourrez plus accéder à votre compte informatique. Comptant sur votre coopération.

Le service informatique

NOUVEAU : RÉFÉRENT HANDICAP

L'AGDUC se dote d'un Référent Handicap.

Tout récemment formée par un organisme spécialisé en santé et handicap au travail, je reviendrai vers vous dans les semaines à venir pour vous parler des missions du référent handicap. En attendant ...

Le saviez-vous ?



- Le mot handicap est d'origine anglaise "**Hand in cap**" : "**Main dans le chapeau**"

Jeu de hasard se pratiquant au XVI siècle en Grande Bretagne consistant à tirer des objets personnels dans un chapeau.

- + de 80% des handicaps sont invisibles

Dominique CHARRIER
Adjointe RH

BÂTIMENT

Comme à chaque numéro de votre journal, nous vous tenons informés de l'avancement des projets et travaux sur nos différents sites AGDUC.

VOIRON (FUTUR CH)

Les travaux continuent, les sols et peintures sont en cours de réalisation.



VALENCE

Les travaux de la salle de dialyse du service HD3 au RDC sont terminés ainsi que les travaux de rafraîchissement complet de la salle de dialyse du service HD1.



LA DÉSINSERTION D'AIGUILLE VEINEUSE (DAV)



Le retour d'expérience a pour objectif « d'apprendre des activités passées pour mieux maîtriser l'avenir »* et donc de maîtriser les risques.

Le CREX (Comité de Retour d'EXpérience) s'appuie sur différentes méthodes d'investigation pour comprendre la survenue d'un événement indésirable. L'objectif est de présenter l'événement de manière chronologique complète, précise et non interprétative : Que s'est-il passé? Pourquoi est-ce arrivé? L'analyse des causes permet alors de tirer des enseignements et d'élaborer un plan d'action afin d'améliorer la qualité et sécurité des soins, c'est à dire éviter que l'événement ne se répète.

Le Comité de Retour d'EXpérience de l'AGDUC s'est intéressé au risque de désinsertion d'aiguille suite à la déclaration de différents événements (FEI) survenus dans nos centres.

La désinsertion d'aiguille en cours de séances d'hémodialyse est un accident rare mais grave exposant le patient à une hémorragie massive et rapide mettant en jeu son pronostic vital.

La gravité de cet accident nous a amené à réfléchir aux causes, aux facteurs contributifs et à nos pratiques professionnelles.

Un audit des pratiques mené auprès des infirmières en octobre 2020 démontre un niveau de préoccupation élevé des infirmier(es) concernant le risque de désinsertion d'aiguille. 84% d'entre elles sont préoccupées par la sécurisation des aiguilles lors du branchement et 73% d'entre elles ont déjà assisté à cet accident.

Ces réflexions ont donc amené le CREX à élaborer un document intitulé « Désinsertion d'aiguille veineuse pendant l'hémodialyse-Comment minimiser les risques ». Ce document reprend les 10 étapes indispensables à la maîtrise du risque de désinsertion d'aiguille. Ces étapes sont issues des différentes causes identifiées suite aux événements survenus dans nos unités (le patient, le soignant, l'organisation du service, etc).

Les bonnes pratiques de fixation des aiguilles et des lignes de l'hémodialyse doivent être connues des infirmier(e)s de l'établissement.

**Définition issue du document de l'HAS : "Retour d'expérience en santé (REX) : Comprendre et mettre en oeuvre".*

Désinsertion de l'Aiguille Veineuse pendant l'Hémodialyse (DAV)

COMMENT MINIMISER LES RISQUES

- 1** CONSCIENCE

Le personnel soignant et les patients connaissent la DAV et ses conséquences.
Le personnel identifie les patients à comportement à risque : patient confus, somnolent, agité ou présentant des troubles cognitifs importants.
- 2** INSTALLATION DU PATIENT

Le générateur se place côté FAV si possible.
L'attribution des places est toujours décidée en fonction de l'état psychique et somatique du patient (patient identifié à risque).
- 3** PREPARATION CUTANEE

Avant d'appliquer les bonnes pratiques de fixation, il est important de respecter la désinfection des points de ponction conformément au protocole branchement FAV.
- 4** LES BONNES PRATIQUES DE FIXATION

Les bonnes pratiques de fixation des aiguilles et des lignes de l'hémodialyse doivent être connues des infirmier(es) de l'établissement.
Cravate + bande adhésive
Boucle
Bracelet
Fixation des lignes : au lit ou au patient.
- 5** LORSQU'UNE AIGUILLE DOIT ETRE REPOSITIONNÉE

L'arrêt du générateur est obligatoire, puis le test de l'aiguille et la reprise de la dialyse avec un débit sanguin réduit à 150ml/minute. Les adhésifs en place doivent être remplacés par de nouveaux adhésifs.
- 6** LE RATIO PERSONNEL/ PATIENT

Le ratio personnel/patient doit être suffisant pour permettre le suivi systématique des accès vasculaires pendant le traitement.
Une surveillance particulière doit avoir lieu pour les patients qui ne sont pas en capacité d'alerter.
- 7** SURVEILLANCE DE L'ACCÈS VASCULAIRE

L'accès vasculaire doit faire partie de la surveillance de routine toutes les heures. Les aiguilles et les connexions de tubulures doivent être visibles à tout moment de la séance d'hémodialyse.
- 8** ALARME DE PRESSION VEINEUSE

Avant la réinitialisation de l'alarme de pression veineuse, il est impératif de vérifier l'abord vasculaire, la fixation des aiguilles et des lignes.
La limite inférieure de l'alarme de pression veineuse est fixée aussi près que possible de la pression veineuse courante.
Malgré tout, le générateur n'alarme souvent pas en cas de DAV.
- 9** DÉCLARATION DE LA FEI

Toute DAV doit faire l'objet d'une déclaration d'événement indésirable via QB7.

FORMATION

PLAN DE DEVELOPPEMENT DES COMPETENCES 2021



Vous pouvez consulter le Plan de Développement des Compétences (PDC) prévisionnel 2021 sur Intranet : Documents / Ressources Humaines / Formation ou auprès de votre Responsable de Service.

Les demandes de formation professionnelle transmises l'année précédente et en rapport avec les formations proposées seront traitées prioritairement puis des appels à candidatures seront diffusés pour compléter les effectifs. Toute demande de formation doit se faire auprès de votre Responsable de Service, notamment lors des entretiens professionnels.

DEMANDE DE FORMATION PROFESSIONNELLE 2022

Le formulaire de demande de formation professionnelle pour 2022 est disponible sur Intranet. Il est à retourner au Service des Ressources Humaines avant le 30 juin 2021 et doit comporter l'avis de votre Responsable de Service.

Les demandes effectuées sur ce formulaire ainsi que celles recensées dans les entretiens professionnels seront étudiées par la Direction lors de l'élaboration des orientations de formation pour l'année 2022.

Nous vous rappelons que vous avez la possibilité d'utiliser votre Compte Personnel Formation (CPF) pour certaines formations spécifiques. Des informations sont également disponibles sur Intranet.

Nathalie Nogué
Chargée de formation



LES AIDANTS FAMILIAUX

LEUR RÔLE ESSENTIEL AUPRÈS DE VOUS

Nous avons décidé dans ce numéro de rédiger un article sur les personnes qui accompagnent nos patients au quotidien, aussi appelés "aidant(e)s" et de leur donner la parole à travers quelques témoignages.

L'aidant familial est une personne qui apporte une aide régulière à titre non professionnel à un proche qui se trouve en situation de perte d'autonomie ou de dépendance. Il intervient dans les actes du quotidien que la personne n'est plus capable de réaliser seule.

Aider un proche est souvent perçu comme quelque chose de naturel. Pourtant, cette décision n'est pas sans conséquence : elle impacte souvent l'ensemble de la famille et oblige à réorganiser le quotidien. Cette fonction a également régulièrement des répercussions sur la santé physique et psychologique des aidants. Il est donc essentiel pour l'aidant d'être en capacité de mesurer ce que cette démarche implique en terme d'investissement.

VOICI LES PRINCIPALES CATÉGORIES D'AIDES APPORTÉES PAR LES AIDANTS



- AIDE AUX SOINS : nursing, soins, accompagnement aux rendez-vous médicaux ...

La dépendance peut entraîner une proximité physique avec son parent, ce qui entraîne un bouleversement des repères et des limites (rapport au corps).

" La fonction sociologique de la famille n'est pas d'être soignant ; cette fonction n'est pas naturelle" C.GUCHET.

Il est important de favoriser les partenaires de soin pour l'aide aux soins.

- ACTIVITÉS QUOTIDIENNES : tâches ménagères, repas, courses.... Aides matérielles et financières : Proposer et accompagner la mise en place de dispositifs existants (soins à domicile, Prestation de Compensation du Handicap, Allocation Personnalisée d'Autonomie, etc...)

- SOUTIEN MORAL & PSYCHOLOGIQUE : prévenir l'épuisement

Séjour de répit, congés du proche aidant

- APPUI ADMINISTRATIF & A LA DÉCISION

L'IMPORTANCE DE LA PRISE EN CHARGE PSYCHOSOCIALE DES AIDANTS

Dans une prise en charge ultra-médicalisée, deux aspects fondamentaux sont à prendre en compte :

- l'aspect psychologique : l'histoire de chacun, le personnel, l'intime ..
- l'aspect social : le compromis entre la place sociale et la gestion d'un handicap.

"La santé n'est pas seulement l'absence de maladie mais un état de bien-être complet, qui agit sur les trois dimensions : physique, psychologique et sociale.

Une approche globale de la santé favorise un accompagnement de qualité."

Prendre en compte la santé des aidants.

Dans le cadre de l'accompagnement, qu'il soit psychologique et/ou social, la rencontre avec l'aidant est fréquente. Elle permet d'avoir un regard sur la qualité de vie de l'aidé en équilibre avec celle de l'aidant.

Place des aidants :

- place de l'entourage
- retrait de certains membres de la famille
- sentiment de solitude/d'isolement
- modification des rôles familiaux

Qualité de vie :

- Répercussions sur le travail
- risque de répercussions sur le budget familial
- fatigue
- renoncement aux soins personnels
- réorganisation de vie personnelle sociale et culturelle



COMMENT AIDER UN AIDANT À PRENDRE CONSCIENCE QU'IL A BESOIN D'AIDE

Il existe différents types de soutien, individuels et collectifs :

Comme l'écoute psychosociale : une visite à domicile peut être proposée par l'assistante et/ou la psychologue pour faciliter la rencontre avec l'aidant.

Il existe des lieux et dispositifs dédiés aux aidants comme le Café des aidants, la maison des aidants, ainsi qu'un espace d'écoute et d'échange proposé sur les sites de Montélimar et La Tronche animé par les psychologues et assistantes sociales de l'AGDUC.

LA PLACE DES AIDANTS DANS LA STRUCTURE DE SOINS

LA RELATION SOIGNANTS/AIDANTS :

La crainte de l'aidant est bien souvent de ne pas être à la hauteur dans la surveillance du patient (méconnaissance des symptômes et des traitements) et l'inobservance du patient pourrait, dans certaines situations, être la source d'un conflit familial car l'aidant a peur de ne pas savoir quand il faut avertir ou pas le médecin.

Il se sent souvent dans l'obligation morale d'assurer certains soins et a peur de l'aggravation de l'état de santé de l'aidé.

VOICI LES DIFFICULTÉS LES PLUS SOUVENT RENCONTRÉES:

- Difficile pour le proche aidant d'être intermédiaire
- Sentiment d'une place non reconnue
- Sentiment d'avoir peu de place au sein de l'équipe soignante pour faire entendre sa souffrance, verbaliser ses peurs et son agressivité
- Risque de dépression associé à l'isolement social
- Le conjoint contient souvent son agressivité par crainte d'en rajouter à la douleur de l'autre mais du coup ne peut pas expulser des affects pénibles
- Sentiment de culpabilité liés aux sentiments de ne pas faire ce qu'il faut, d'avoir été agressif, d'en vouloir à la personne malade
- Autonomie et choix du patient

SOUTIEN MORAL et PSYCHOLOGIQUE :

Les interactions entre l'aidant et l'aidé sont empreintes de vécus contradictoires qui n'affectent en rien l'attachement que les aidants ou les aidés éprouvent les uns à l'égard des autres.

La relation d'aide s'imprègne des histoires du passé et fait revivre aux deux membres l'histoire de leurs vies.

Un espace de rencontres & d'échanges pour les patients, ainsi que pour leurs familles, a lieu tous les 2 mois au sein de l'AGDUC. Il a toutefois dû être suspendu en raison de la pandémie COVID mais reprendra dès que les conditions sanitaires le permettront.

Les aidants ont la possibilité de se rapprocher des psychologues ainsi que des assistantes sociales de l'AGDUC pour échanger, être aidés, accompagnés dans leurs démarches et pour répondre à leurs questions.

Témoignages

AIDANTE FAMILIALE, L'HISTOIRE D'UNE VIE

Madame Antonia SILVARELLI a 64 ans. Elle est mariée et après s'être occupée de ses parents, aujourd'hui, elle aide et prend en charge, depuis une dizaine d'années, le frère de son mari. Suite à plusieurs AVC, il souffre maintenant de multiples pathologies, il présente une perte d'autonomie et une dégradation psychique aggravée. Par ailleurs, il dialyse à l'AGDUC depuis avril 2019. Elle accompagne également son mari dans son parcours IRC (Insuffisance Rénale Chronique).

Entourée de 4 frères, lorsque Antonia est venue au monde, seule fille de la fratrie, son papa dit à sa mère "Enfin nous avons une fille qui va s'occuper de nous". Un rôle d'aidant prédisposé...

Et c'est ainsi que s'articula la vie d' Antonia. Elle a un sens de la famille très développé et c'est tout naturellement que chez elle, on s'occupe des siens.

Elle a donc acheté son appartement en fonction de lieu de résidence de ses parents pour être présente à leurs côtés et lorsqu'ils ont vieilli elle a pris soin d'eux pendant les dix dernières années.

Heureusement son mari et elle partagent la même vision de la famille, les mêmes valeurs et grâce à cela elle a pu s'occuper des membres de sa famille sans que jamais cela ne crée de failles au sein de son couple.

Elle est donc installée là où vivaient ses parents et beaux-parents. Les deux frères de son mari habitent ensemble l'ancien appartement familial juste au dessus, ce qui est pratique pour pouvoir apporter à son beau-frère son aide quotidienne et vérifier que tout va bien.

Son mari et ses deux frères souffrent de pathologies similaires, notamment cardiaques. Bien que vivant avec son frère, qui est présent au quotidien et s'occupe de lui, c'est Antonia qui a mis en place les transports en ambulance pour qu'il puisse se rendre à ses séances de dialyse, elle l'emmène à ses rendez-vous médicaux, gère l'administratif, les taxis et la prise de rendez-vous médicaux, les différents suivis inhérents au quotidien et elle fait même le ménage.



Les soins sont prodigués par une personne extérieure mais elle l'aurait fait, comme elle l'a fait pour ses parents, si cela avait été nécessaire.

Avant d'être à la retraite, il y a trois ans, Antonia travaillait au bureau des entrées de l'hôpital, à la facturation, ce qui lui permettait d'être sur place pour organiser les différents rendez-vous médicaux de son beau-frère.

Antonia a toujours su trouver du soutien lorsqu'elle en exprimait le besoin " j'ai une vie sociale, mon mari, des amis, tous les gens qui me connaissent savent le rôle que j'occupe... Le caractère de la personne à aider est aussi une caractéristique importante qui peut ou non faciliter le rôle de l'aidant". Et même lorsqu'elle s'occupait de ses parents, plusieurs personnes et voisins lui apportaient de l'aide.

Elle connaît également les structures et dispositifs auxquels faire appel en cas de besoin.

S'occuper de son beau-frère fait partie de son quotidien et elle s'organise, même pour les vacances afin que tout se passe pour le mieux.

Antonia a choisi d'être présente pour les siens, " il est important d'être là pour les gens qu'on aime sinon qui le ferait ?.... J'aime m'occuper de mon beau-frère, lui prêter attention, lui parler... Tous ces gestes ne m'apportent que du bien, c'est naturel pour moi. Evidemment certains jours sont compliqués et le souci est omniprésent mais cette relation m'enrichit".

Témoignages

Monsieur Arnaud BLANCHARD a 44 ans, il est ingénieur informaticien à Grenoble et il est marié à Delphine qui souffre d'une insuffisance rénale depuis son enfance. Ils vivent ensemble depuis vingt ans, Arnaud l'a donc toujours connu avec sa maladie.

Il ne s'est jamais considéré comme aidant, "je n'ai jamais envisagé Delphine comme quelqu'un de malade, ce qui aide à faire la part des choses".

Delphine a toujours été quelqu'un d'autonome et de dynamique, très investie et qui considère que "la maladie nous affecte mais ne nous définit pas". Ce qui a également permis à Arnaud de garder une certaine distance par rapport à la maladie "j'arrive à me détacher beaucoup de la dialyse, du "statut" de Delphine".

Delphine a été greffée en tout 3 ans sur 20 ans de maladie rénale, elle a donc été dialysée pendant 17 ans. Arnaud nous confie ne jamais avoir ressenti le poids de la maladie dans leur vie. Ce qui a changé un peu c'est lorsque la dialyse est entrée à la maison en 2018, pendant 1 an et demi, et que Delphine a pu être dialysée à la maison. "Je ne me suis jamais considéré comme aidant avant ça... gérer une personne dialysée à domicile a un peu alourdi ma charge de travail".

En effet, les séances à domicile, 4 fois par semaine pendant 4 heures, ont nécessité la disponibilité, la présence d'Arnaud.

Comme il le dit "la dialyse à domicile offre de la liberté au patient et enlève à l'aidant qui doit être présent".

"Au delà de l'aspect logistique qu'il y a à gérer, la dialyse à domicile m'a beaucoup bridé dans mes activités à cause des contraintes horaires car il fallait être là à l'heure et pendant plusieurs heures"... Ça m'a rajouté des contraintes pour plus de liberté pour elle, cela a été une sorte de transfert. Avant je n'étais jamais à la maison à 18 h et à partir de ce moment j'ai dû l'être. Donc cela m'a ajouté une logistique supplémentaire au niveau du travail, des transports...".



Par ailleurs, personne ne nous avait expliqué ce que la dialyse à domicile allait occasionner pour moi, pour Delphine... Voilà la découverte qui a eu lieu... La dialyse rentre au domicile, beaucoup de volumes à gérer et beaucoup de manutention aussi".

C'est donc dans cette unique phase qu'Arnaud s'est un peu senti "aidant".

Heureusement, ils ont pu annexer une partie de leur sous-sol pour l'installation des machines et le déroulement des séances afin que cela ne prenne pas trop de place dans la maison et le quotidien.

"Tout ça a été mis au sous-sol donc l'avantage a aussi été que, au quotidien, je ne le voyais pas, ce qui aide aussi car les mêmes conditions dans un appartement n'auraient pas du tout été la même chose".

Aujourd'hui Delphine est greffée depuis 2 mois, c'est une belle nouvelle et c'est aussi un parcours compliqué car la "remise sur pieds" est longue. Arnaud est donc présent pour assurer les tâches journalières de la maison afin d'aider au mieux son épouse.

Le terme d'aidant peut donc revêtir beaucoup d'aspects mais pour Arnaud il n'est jamais entré dans leur vie.

il est présent au quotidien, comme depuis 20 ans, en qualité de mari.

Témoignages

AIDANTE FAMILIALE, L'AMOUR ET LE SOUTIEN AU QUOTIDIEN

Madame PESSENTI est aidante familiale auprès de son mari qui est dialysé à l'AGDUC depuis plusieurs années.

Elle a commencé son rôle d'aidante auprès de son mari en 2013 après qu'il ai subi une opération du cœur.

Angèle a 75 ans et son mari a 76 ans. Elle est toujours auprès de lui et l'accompagne lors de ses rendez-vous médicaux.

En 2013, lorsque son mari a subi son opération, il est resté hospitalisé pendant plus de 3 mois et la présence de sa femme lui était indispensable, elle l'aidait à s'habiller lorsqu'il était trop fatigué pour le faire et s'occupait de sa toilette lorsque la situation l'exigeait. Il demandait sa présence quotidiennement. Même aujourd'hui lorsque l'infirmière vient s'occuper de lui chaque matin, il veut que son épouse soit présente à ses côtés.

C'est donc un investissement quotidien qu'Angèle offre à son mari et elle est heureuse de le faire pour lui.

Néanmoins elle se fait beaucoup de soucis, notamment lorsque des interventions sont programmées. Elle essaye de cacher ses angoisses à son mari mais la peur est souvent présente.

Ce rôle d'aidante a considérablement changé son quotidien et ses habitudes. Angèle a toujours beaucoup aimé marcher en montagne, il lui arrivait même de partir plusieurs jours avec des amis, ce qui n'est plus possible aujourd'hui, elle aurait trop peur de laisser son mari seul.

Angèle s'est rendue au "Café des aidants" afin de pouvoir échanger avec d'autres personnes dans son cas mais malheureusement tous les aidants présents ce jour là étaient en charge de personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer. Angèle ne s'est pas sentie légitime par rapport à la différence de pathologie à prendre en charge. Elle n'y est donc pas retournée.

Elle parle de sa situation à quelques amis, trouve du soutien auprès de Nathalie DRASKIC, psychologue à l'AGDUC ainsi qu'auprès du Docteur MINGAT, médecin néphrologue de l'AGDUC.



Néanmoins elle aimerait beaucoup pouvoir rencontrer d'autres aidants, échanger sur sa situation avec des gens qui partagent les mêmes soucis.

Angèle est issue d'une fratrie de 9 enfants. Elle a eu pour modèle sa maman, qui s'est occupée de tous ses enfants avec amour sans jamais montrer les difficultés rencontrées ou de relâchement. Elle a donc appris à travers elle.

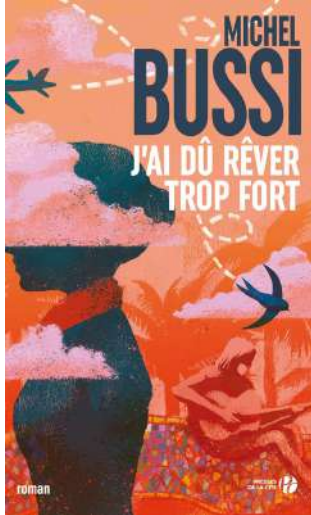
Son rôle d'aidante auprès de son mari lui accapare la majeure partie de son temps mais lorsque son mari dialyse, elle prends le temps de lire et de se reposer. Avant le second confinement, elle allait encore marcher un peu sur les berges de l'Isère mais avec l'apparition du Covid elle ne veut pas prendre de risques et il lui est difficile, aussi, de trouver la motivation car en ce moment elle ressent une grosse fatigue.

Malgré ces épreuves de la vie, Angèle et son mari restent soudés et même si au départ elle avait peur de ne pas réussir dans ce rôle, tout s'est fait tout seul. "Tout cela nous a rapproché, surtout depuis la découverte de la maladie rénale de mon mari, on se parle plus, on se dit des choses que l'on ne se serait jamais dites".

Cet été, en réservant à l'avance une place à l'hôpital de Sète, il ont pu partir 2 semaines en vacances à la mer, ils se sont baignés, ont pu profiter...un vrai moment de bonheur.

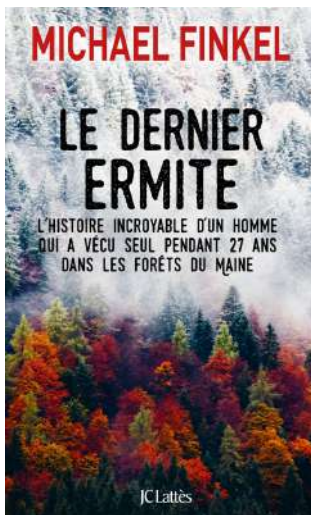
Et quelle plus belle conclusion que celle que nous livre Angèle : "quand je m'occupe de mon mari, je me sens plus forte car je le vois heureux".

Le coin lecture...



"J'AI DU REVER TROP FORT" MICHEL BUSSI

Nathy est hôtesse de l'air, maman de deux grandes filles et mariée à un ébéniste, une vie équilibrée, bien remplie et rythmée par les escales. Pourtant il y a 20 ans, Nathy a fait une rencontre qu'elle n'a jamais oublié, un musicien dans le hall d'un aéroport. Le destin sous forme d'étranges coïncidences vient remettre le passé au goût du jour et chambouler son existence. L'histoire se répète et le passé resurgit et nous emmène à travers le monde. Quand les coïncidences se multiplient, que plus rien n'est rationnel doit-on y voir un signe du destin, se contenter du hasard ou tout remettre en question pour ces signes que la vie nous apporte? Mêlant intrigue, amour, passion et voyages, prenez un ticket pour "J'ai dû rêver trop fort" et laissez vous embarquer pour Montréal, San Diego, Barcelone et Jakarta.



"LE DERNIER ERMITE" MICHAEL FINKEL

"Le dernier ermite" est l'extraordinaire histoire de Mickaël Knight, jeune homme de 20 ans timide et intelligent, qui en 1986 a décidé de tout quitter, fuir la société pour vivre seul, coupé de tout contact au cœur de la forêt du Maine aux Etats-Unis en harmonie avec la nature. Il vivra dans cette solitude totale pendant 27 ans. 27 années avec le froid, la faim, le silence sans même prononcer un mot, ayant pour seul contact avec le monde ses lectures et écoutes de débats à la radio. Il doit voler, le plus respectueusement possible pour survivre au froid et à la faim, aussi pour se nourrir de lectures. Il finira par se faire arrêter alors que volait pour survivre, ce qui mettra fin à sa vie d'ermite. Cette histoire vraie, tellement inconcevable dans notre société actuelle est un magnifique ouvrage qui nous fait nous interroger sur notre société, sur la liberté, sur la vie de cet homme qu'il a bien voulu partager avec nous et qui ne peut pas nous laisser insensible à un tel parcours de vie.



"LA DERNIÈRE RÉUNION DES FILLES DE LA STATION SERVICE" FANNIE FLAGG

Sookie est une femme attachante, peu sûre d'elle même. Elle est mariée à Earl, elle est maman et vient de marier la dernière de ses filles, elle va pouvoir enfin souffler, profiter, lire et prendre du temps pour elle. Mais c'était sans compter sur un coup de fil et un courrier inattendu qui vont bousculer sa vie entière, ses croyances et tout remettre en question. Elle va découvrir le mensonge de toute une vie, sa vie. A 60 ans elle va partir à la recherche de ses origines, ses racines, comprendre beaucoup de choses, révéler une nouvelle identité et l'aider à être plus confiante. Ce roman nous emmène sur les traces d'une femme exceptionnelle en nous plongeant dans la vie des femmes pilotes pendant la seconde guerre mondiale. Ce roman est touchant, poignant et drôle sur un thème historique tragique qu'est la guerre. Épopée familiale mêlant humour, courage et légèreté sur fond de vrais beaux sentiments.

DÉCOUVREZ

La farandole des fruits et légumes

DU MOIS DE MARS



Recette de saison

QUICHE ENDIVE, JAMBON & MIEL



Ingrédients pour 6 pers. :

- 1 pâte brisée
- 4 œufs
- 15 cl de crème liquide + 1 cuillère à soupe de crème épaisse
- 10 cl de lait
- 100 gr de gruyère rapé
- 6 tranches de jambon blanc ou une boîte de dés de jambon
- 6 endives
- 1 oignon
- 1 grosse CS de miel
- 1 CS d'huile
- sel, poivre, noix de muscade
- 1 citron



ASTUCE : vous pouvez remplacer le jambon par 180 grs de saumon fumé

Étalez votre pâte et piquez la à l'aide d'une fourchette. Préchauffez votre four à 180°. Ôtez la base arrière des endives et émincez les (en rondelles) ainsi que l'oignon et l'ail. Pressez le citron.

Faites chauffer l'huile d'olive dans une poêle, ajoutez l'oignon et l'ail. Ensuite incorporez les endives pour les faire suer ainsi que le jus de citron; laissez cuire pendant quelques minutes puis ajoutez le miel et laissez cuire 15 min pour obtenir une cuisson dorée.

En fin de cuisson, salez et poivrez, laissez refroidir et ajoutez ensuite la crème fraîche.

Découpez le jambon en petits dés, réservez. Fouettez les œufs, la crème liquide, le lait et la muscade mélangez le tout et incorporez ensuite le jambon.

Versez le contenu sur la pâte de manière homogène, parsemez de gruyère râpé.

Mettre au four pendant environ 40 min à 180°.

Bonne dégustation.