



+ facile la vie !

La lettre de l'ADMR • www.admr.org • Hiver 21-22



EN DIRECT

Bonne année 2022 !

Le réseau ADMR, ses bénévoles et ses salariés, vous présentent leurs meilleurs vœux pour l'année 2022 ! Que cette nouvelle année vous apporte, ainsi qu'à vos proches, plein de petits bonheurs et de grandes joies, mais surtout une santé préservée dans un climat sanitaire enfin apaisé.



2022

S
NOS
VALEURS

I
D
A
R
I
T
É

É
C
I
P
O
C
I
T
É

NOUS

R
A
P
P
R
O
C
H
E
M
E
N
T

R
E
U
N
I
V
E
R
S
A
L
I
T
É



INFO +

Vaccination Covid

La Covid-19 est une maladie infectieuse qui peut être grave, surtout pour les personnes âgées de plus de 65 ans et les personnes fragiles.



En plus des gestes barrières, la vaccination contre la Covid-19 permet de se protéger contre la maladie en réduisant le risque de l'attraper et de développer une forme grave. Se faire vacciner, c'est aussi protéger son entourage car cela diminue en partie la transmission de ce virus très contagieux.

L'ADMR est là pour vous accompagner dans votre démarche de vaccination et vous proposer des solutions adaptées. Si vous souhaitez vous faire vacciner, nous pouvons en fonction de votre localisation :

• **faciliter votre démarche** en vous

accompagnant de votre domicile à votre rendez-vous.

Pour vous assurer de la disponibilité de ce service, merci de contacter votre association ADMR.

- **organiser votre vaccination dans un de nos Centres de santé infirmiers ADMR, voire à domicile***. Pour identifier le Centre de santé infirmier ADMR le plus proche de chez vous, merci de contacter la fédération ADMR de votre département.

Prenez bien soin de vous !

* Si votre domicile se situe dans la zone d'intervention du centre.



FOCUS

Astuces pour les repas des personnes âgées

Vous êtes à la recherche de conseils et d'astuces sur l'alimentation et le bien-être des personnes âgées et/ou fragiles ? La série de vidéos "Astuces pour les repas des personnes âgées" est faite pour vous ! Ces vidéos ont été conçues par des experts de la restauration avec le Centre de Recherche de l'Institut Paul Bocuse et le soutien d'AG2R La Mondiale.

Trois axes ont été priorisés : gagner du temps en cuisine, adapter la texture des plats, concilier alimentation et santé. Les conseils sont variés et permettent de toucher les différentes problématiques qui peuvent se poser concernant l'alimentation des personnes âgées et/ou fragiles.

Les 9 vidéos sont accessibles sur le compte YouTube de l'Institut Paul Bocuse.



Scannez le QR Code pour aller sur la page Youtube

ZOOM

L'ADMR, ce sont aussi des propositions d'habitat variées

Le saviez-vous ? Pour permettre à chacun, et notamment aux personnes âgées ou vivant avec un handicap, de bien vivre à domicile, l'ADMR a développé une offre de plus en plus étoffée autour de l'habitat.

- **L'aménagement du logement**, les diagnostics habitat, la téléassistance...
- **"Habiter autrement"**, qui est l'offre ADMR d'habitat partagé.
- **L'habitat multigénérationnel**, dont les résidences COMPLICITY® en partenariat avec Nexity.

• **L'expérimentation de domicile renforcé** qui facilite le quotidien des personnes et de leurs aidants grâce à une coordination sur-mesure et un large panier de services.

Des projets qui continueront à se développer en 2022 pour vous accompagner au mieux au quotidien.



Pour en savoir + sur nos solutions domiciliaires contactez l'association ADMR la plus proche de chez vous.

Toutes nos adresses sur www.admr.org

Complicity®, des résidences intergénérationnelles.



pour tous, toute la vie, partout

www.admr.org

Pour connaître l'association ADMR la plus proche de chez vous, contactez notre plate forme personia

01 44 65 55 20

ou connectez-vous sur notre site www.admr.org

