



facile la vie !

La lettre de l'ADMR • www.admr.org • Été 2021

FOCUS

La rentrée arrive, L'ADMR s'occupe de tout !

Bientôt la rentrée, son agitation et ses multiples sollicitations. Pour vous permettre d'aborder cette période avec sérénité, l'ADMR vous propose une large palette de services pour vous simplifier la vie ! Garde d'enfant à domicile ou accueil collectif, garde régulière, ponctuelle ou seulement pour quelques heures dans la journée, avec l'ADMR, vous avez le choix.

Cuisine impeccable, meubles et recoins parfaitement dépoussiérés, placards bien ordonnés, linge frais et repassé... Confiez-nous le soin d'effectuer votre ménage, votre repassage ou même de réaliser le grand nettoyage de votre domicile. Les professionnels recrutés par l'ADMR sont spécialement formés pour intervenir à domicile. Ponctuellement ou régulièrement, l'ADMR a la solution.



Pour en savoir + Contactez l'association ADMR la plus proche de chez vous.

WWW.ADMR.ORG

INFO +

Retour de l'été, attention à la déshydratation !



Un bel été se profile ! Mais c'est un été plus « sec et chaud » que la normale saisonnière qui nous est annoncé par Météo France. Dès lors, il faut veiller à bien s'hydrater. Pourquoi ? Pour éviter la déshydratation, qui se produit lorsque des pertes excessives d'eau ne sont pas compensées. Or, notre corps est constitué principalement d'eau. C'est elle qui apporte aux cellules les nutriments indispensables et élimine les toxines. Nous perdons chaque jour beaucoup d'eau par la respiration, la

transpiration, l'élimination dans les urines/selles. Il est donc primordial de compenser ces pertes. Il est recommandé de boire régulièrement, en petite quantité pour éviter de surcharger les reins et aider le corps à retenir l'eau. Et en période de fortes chaleurs, il faut boire plus pour compenser les effets de la transpiration ! N'attendez donc pas d'avoir soif pour boire au minimum 1,5 litre/jour et n'hésitez pas à varier les plaisirs (eau, thé, jus de fruits...).



**CE MÉTIER ME PLAÎT.
JE ME SENS UTILE.**

Je voulais un métier où je pourrais être en contact avec des personnes, leur apporter de l'aide. Parfois, elles se contentent de nous. Parfois, nous rions ensemble. Nous sommes là pour elles. Nous leur apportons une présence et de la confiance. Je travaille à l'ADMR et je viens en aide aux personnes âgées, handicapées ou malades.

Tiffany travaille à l'ADMR de Villefranche-Rouergue (12) depuis 2020.



Premier réseau national associatif de service à la personne

REJOIGNEZ-NOUS SUR admr.org

EN DIRECT

L'ADMR, la marque préférée des Français

Pour notre nouvelle campagne de communication 2021, nous sommes fiers de donner la parole à nos salariés qui se mobilisent tous les jours pour accompagner les personnes fragiles et isolées, et sans lesquels rien n'est possible.

À travers trois films diffusés en mai dernier à la télévision, l'ADMR met en avant l'engagement quotidien de trois de ses salariés et les relations profondément humaines qu'ils nouent avec les personnes qu'ils accompagnent. Grâce à la sincérité et l'authenticité de leurs témoignages, l'ADMR entend conforter la relation de confiance qu'elle a nouée depuis plus de 75 ans avec les Français.

 N'hésitez à visionner ces reportages sur notre chaîne Youtube

ZOOM

Une rose jaune pour Alzheimer



À l'occasion de la 28^e édition de la Journée Mondiale de la lutte contre la maladie d'Alzheimer, le 21 septembre prochain, l'ADMR et l'association Lions Alzheimer associent leurs forces dans le cadre de la grande opération de collecte de fond baptisée « Une rose jaune pour Alzheimer » qui se déroulera partout en France.

Les fonds récoltés serviront à financer en tout premier lieu la recherche contre la maladie, les actions menées dans les 200 centres d'accueil de jour existant à date ainsi que celles menées conjointement avec l'ADMR en faveur des malades et du répit de leurs aidants. Engagée de longue date aux côtés des malades d'Alzheimer et de leurs familles, l'ADMR mobilise ses fédérations départementales et

associations locales afin de développer des partenariats opérationnels de proximité autour des Accueils de jour ADMR, séjours répit aidants/aidés ADMR avec les représentants locaux de l'association Lions Alzheimer... N'hésitez à participer à cette opération nationale de collecte !

Pour en savoir + Contactez l'association ADMR la plus proche de chez vous.
WWW.ADMR.ORG



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

