

Le centre médico-social de  
Sion-Hérens-Conthey...

...Pour vous,  
avec vous





# Table des matières

Le CMS de Sion-Hérens-Conthey	4
Un bénéficiaire acteur et partenaire de sa prise en charge	7
Pour qui ?	9
Les soins à domicile	9
L'aide à la vie quotidienne	12
Nos structures	14
La consultation parents-enfants	17
Qui paie quoi ?	19
Contactez-nous	20

# Le CMS de Sion-Hérens-Conthey

## Un mandat

Notre CMS est le seul organisme d'aide et de soins à domicile actif sur les districts de Sion, Hérens et Conthey au bénéfice d'un mandat de prestations du Canton du Valais. Ce dernier vous garantit une prise en charge complète, indépendamment de votre situation géographique, économique et sociale. Le mandat étatique favorise également la collaboration avec l'ensemble des partenaires du réseau médico-social, ce qui représente un gage supplémentaire de bonne coordination des activités et de continuité des interventions.

## Une mission

Le CMS offre des prestations médico-sociales répondant aux attentes et aux besoins de la population.

L'ensemble de ses services vise la récupération, le maintien ou l'amélioration de l'autonomie et de la qualité de vie des bénéficiaires. Ses interventions sont fondées sur le professionnalisme et le partenariat avec le bénéficiaire, ses proches et l'ensemble du réseau impliqué dans l'accompagnement. Les habitudes de vie, les choix et les valeurs de la personne sont strictement respec-

tés pour autant qu'ils n'entrent pas en contradiction évidente avec les valeurs fondamentales et le cadre légal qui guident les interventions du CMS. La personne et son entourage prennent une part active dans la définition des besoins et des prestations mises en œuvre.

Lorsque les besoins d'accompagnement identifiés sortent du champ de compétences du CMS ou nécessitent l'intervention coordonnées d'autres prestataires, le CMS conseille et oriente le bénéficiaire et ses proches dans leurs recherches. Il veille à la continuité de la prise en charge.

## Des équipes aux compétences multiples

Pour une prise en charge médico-sociale interdisciplinaire globale.





# Un bénéficiaire acteur et partenaire de sa prise en charge



Vous participez à l'élaboration des objectifs d'intervention.



Vous êtes informé de toutes les options envisagées.



Votre accord est demandé pour chaque étape d'intervention.



Vous bénéficiez d'une personne de référence qui est votre interlocutrice privilégiée et qui coordonne l'ensemble des interventions à votre domicile.



Nous réévaluons votre situation régulièrement et adaptons les soins, en accord avec vous.



Nous associons votre entourage à votre prise en charge et le soutenons.



Nous collaborons étroitement avec votre médecin traitant.



Nous intégrons vos souhaits lors de la planification des interventions.



## Pour qui ?

Nos prestations s'adressent aux personnes de tous âges domiciliées ou séjournant dans la région dont l'autonomie à domicile est fragilisée, ainsi qu'à leurs proches. Elles sont également destinées aux familles avec des nouveau-nés ou de jeunes enfants.



## Les soins à domicile



### Les soins

Les soins à domicile sont proposés sur la base d'une évaluation des besoins réalisée en concertation avec vous. Le CMS s'adapte à vos attentes et mobilise les prestations qui vous permettent de poursuivre votre projet de vie.

Les soins peuvent être planifiés 7 jours sur 7, 24 heures sur 24, en cas de besoin.

**Soins infirmiers** : Nous pouvons offrir une large palette de prestations allant des soins généraux aux soins spécialisés, notamment des soins palliatifs, psycho-gériatriques, psychiatriques, soins de plaie et de diabétologie.

**Soins d'hygiène et de confort** : Nous vous apportons du soutien et de l'aide pour les soins d'hygiène et de mobilisation.



## L'ergothérapie

En cas de troubles sensoriels, moteurs, psychiques ou cognitifs, notre équipe d'ergothérapeutes vous propose une approche globale ainsi que des solutions concrètes pour vous permettre de préserver ou de retrouver l'indépendance et l'autonomie dans le quotidien nécessaires au maintien à domicile. Après une hospitalisation, nous pouvons poursuivre la rééducation à domicile.

Nos ergothérapeutes vous conseillent également dans l'aménagement de votre logement et dans le choix de systèmes de téléalarme ou de matériel auxiliaire pour améliorer votre indépendance et votre sécurité. Nos prestations comprennent la recherche et l'essai du moyen auxiliaire le plus adapté à vos besoins, son installation chez vous, votre formation à son utilisation et la recherche des financements possibles selon votre situation. Pour ce faire, nous collaborons avec les fournisseurs de moyens auxiliaires.



## La physiothérapie

Nous proposons de la physiothérapie à domicile en collaboration avec des cabinets indépendants afin d'améliorer vos aptitudes fonctionnelles (se lever, marcher, monter les escaliers, etc.), de diminuer les douleurs et de prévenir les chutes. Après une hospitalisation, nous organisons avec les cabinets de physiothérapie indépendants la poursuite de la rééducation à domicile.



## Les conseils nutritionnels

Nous assurons des consultations nutritionnelles à domicile adaptées à vos besoins et à votre état de santé, en respectant vos goûts et habitudes alimentaires, en cas notamment de diabète, d'obésité, de maladies cardiovasculaires ou digestives, d'allergie ou d'état de malnutrition. Nous vous conseillons également sur votre alimentation dans un but préventif.



# L'aide à la vie quotidienne



## Le soutien au proche aidant

Si vous consacrez régulièrement de votre temps à aider un proche atteint dans sa santé et son autonomie, vous êtes un proche aidant. Nous pouvons vous soutenir selon vos besoins pour vous permettre d'assumer votre rôle dans les meilleures conditions de sécurité, de bien-être et de confort. Nos mesures comprennent des informations et une aide administrative, un soutien psychologique et social et l'organisation d'une aide adaptée (aide à la vie quotidienne et au ménage, sécurité à domicile, offres de répit, etc.).



## Les repas à domicile

Nous vous livrons des repas complets et équilibrés, tenant compte, si nécessaire, de régimes spécifiques.



## L'aide pratique : aide au ménage et aux courses

Nous vous soutenons selon vos besoins dans les tâches d'entretien courant de votre logement (gestion du ménage, lessive, repassage, achats et courses). Nous intervenons uniquement en votre présence.





## L'accompagnement

Nous proposons ce service pour soutenir, compléter, voire remplacer l'aide des professionnels et de la famille dans l'accompagnement de personnes en perte d'autonomie. Cette aide complémentaire de longue durée (en principe plus de deux heures) inclut des prestations de soins et d'aide pratique ainsi que diverses activités (préparation de repas, transports, activités de loisirs et culture, soins aux enfants, présence, ...). Elle s'adresse également aux personnes vivant seules ou sans réseau familial de proximité.



## Les visites à domicile

Les personnes atteintes dans leur santé vivant à domicile peuvent avoir des contacts sociaux limités et souffrir de solitude. Nous vous proposons des visites à domicile favorisant le maintien du lien social.



## Le soutien social et administratif

Si vous êtes bénéficiaire de prestations d'aide à domicile du CMS, nous vous offrons, ainsi qu'à vos proches, un soutien administratif et financier à domicile. Nous pouvons par exemple vous aider pour la gestion de votre budget, les inscriptions en EMS, la détermination de votre droit aux prestations d'assurances sociales et les démarches auprès des caisses maladie.



## Les transports

Si vous êtes en âge AVS, si vous ne pouvez pas vous déplacer par vos propres moyens en raison de problèmes de santé, si vous ne bénéficiez pas de l'aide de votre entourage, nous organisons des transports pour vous chez votre médecin, votre dentiste, à la banque, etc.

# Nos structures



## Foyer de jour « Le Temps Présent »

Notre foyer de jour accueille à la journée des personnes âgées souffrant notamment de troubles cognitifs et de la mémoire, de déficits moteurs et sensoriels, de troubles psychiatriques, de perte de mobilité ou d'isolement social et de solitude. Nous assurons une prise en charge globale (soins, accompagnement, repas, animation). Cette prestation est particulièrement pertinente pour soutenir et décharger les proches, ainsi que pour favoriser le maintien à domicile des résidents.

## Les appartements à encadrement médico-social

Nos appartements proposent un encadrement médico-social sans barrières architecturales, pensés pour les personnes âgées, répondant notamment aux besoins d'intégration sociale, de sécurité et de soins. Avec la location du logement, des services individualisés en ce qui concerne l'aide, les soins et le soutien social vous sont également proposés.

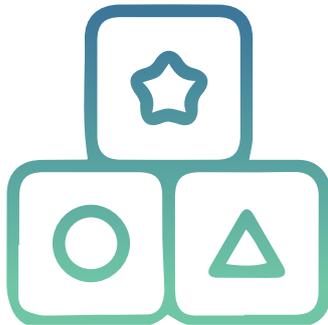
## Le CMS assure la gestion des appartements suivants dans la région :

LIEU	ETABLISSEMENT	NOMBRE D'APPARTEMENTS
Sion	Domino I	6
Sion	Domino I I	7
Ayent	Domino Ayent	1
Grimisuat	Résidence les Crêtes	9
Nendaz	Résidence St-Jacques	9
<b>Total</b>		<b>32</b>



# La consultation parents-enfants

Votre famille s'agrandit avec l'arrivée d'un nouveau-né. Nous vous proposons un accompagnement durant les quatre premières années de vie de votre enfant. Nous vous offrons écoute, soutien, conseils et orientation, notamment dans les domaines suivants : soins, allaitement, alimentation, sommeil, éducation.



## Qui paie quoi ?



Certaines prestations sont remboursées par les assurances sociales (LAMal, AI, prestations complémentaires,...). D'autres sont financées par les pouvoirs publics (canton et commune). Les prestations non-remboursées ou non-subsventionnées sont à votre charge.

Les soins	Remboursés par l'assurance-maladie de base
L'ergothérapie	
Les conseils nutritionnels	
La physiothérapie	
La sécurité à domicile	
Aide à l'entretien du ménage, courses, accompagnement	Remboursés par certaines assurances complémentaires et par les prestations complémentaires AVS/AI ; possibilité de réductions en fonction du revenu

Les repas à domicile	À votre charge
Les transports	À votre charge ou remboursé par certaines assurances
Le conseil et le soutien social	Prestations gratuites, financée par les pouvoirs publics
Les visites	
Le soutien au proche aidant	
La consultation parents-enfants	
Le matériel auxiliaire	À votre charge ou remboursé par certaines assurances et par les prestations complémentaires AVS/AI
Les systèmes d'alarme	À votre charge ou remboursés par les prestations complémentaires AVS/AI
Le foyer de jour	Forfait journalier à votre charge, soins remboursés par l'assurance-maladie de base

# Contactez-nous

## Pour toute nouvelle demande de prise en charge

Centre médico-social  
de **Sion-Hérens-Conthey**  
Chemin des Perdrix 20  
1950 Sion

**027 563 51 00**

**shc.soins@cms-smz.ch**

### Site de Sion

Chemin des Perdrix 20  
1950 Sion  
Tél : 027 563 52 20  
sion.soins@cms-smz.ch

### Site des Coteaux du Soleil

Route du Collège 1  
1963 Vétroz  
027 563 54 20  
coteauxsoleil.isp@cms-smz.ch

### Site du Coteau

Route de Savièse 3  
1971 Grimisuat  
027 563 55 20  
coteau.isp@cms-smz.ch

### Site d'Hérens

Route Principale 4  
1982 Euseigne  
Tél : 027 563 56 20  
herens.sante@cms-smz.ch

### Site de Nendaz

Route des Ecluses 32 1997  
Haute-Nendaz  
Tél : 027 563 57 20  
nendaz.isp@cms-smz.ch

**... Nous sommes là  
pour vous !**