



Relais CAJOU



Fondation
Paul Bennetot



RAPPORT FINAL :

« Aménagement d'une salle pour des activités physiques et de prévention des chutes pour les patients des relais Cajou et leurs aidants principaux »



Numéro de codification du projet : SQV 08 0024

THEME : Amélioration de l'organisation du service et optimisation des interventions autour de la personne malade ou de l'aidant.

INTITULE DU PROJET : « Aménagement d'une salle pour des activités physiques et de prévention des chutes pour les patients des relais Cajou et leurs aidants principaux »

DONNEES RELATIVES A L'ORGANISME PORTEUR DU PROJET

Représentant de l'organisme : Jean Pierre LABBE, Président de la MF Indre Touraine

Responsable du Projet : Dominique ROTUREAU

Adresse : Relais Cajou - 15, rue du Commerce – 37 510 - Ballan-Miré

Tél : 02 47 53 66 16 / 06 18 72 44 16

E-mail : relais.cajou@wanadoo.fr

Site Web de l'organisme : www.relais-cajou.com

DONNEES RELATIVES AU PROJET

Localisation du projet : Chambray lès Tours – 37 170

Date de début du projet : Décembre 2008 – Préparation des travaux.

Date de fin du projet : Juillet 2009 – fin des travaux

Budget total du projet : 44 700 €

Contribution Paul Bennetot : 24 700 €

Partenaires financiers : PELS Caisse d'Epargne 20 000 €

Résumé du projet: quelques lignes rappelant le contexte, les objectifs, les activités prévues, les bénéficiaires visés, les modalités de réalisation, les résultats.

Les relais Cajou accueillent à la journée ou ½ journée des personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer.

Ils ont pour objectif de :

- Préserver, maintenir voire restaurer l'autonomie des personnes afin de favoriser leur maintien à domicile dans les meilleures conditions tant pour eux que pour leurs aidants.
- Renouer des contacts sociaux et participer à des animations collectives dans le respect de la personnalité de chacun.
- Soulager les aidants.

Les relais Cajou offrent un service de proximité, à taille humaine. Ils sont situés en périphérie de Tours :

- Ballan-Miré (6 places),
- Tours Nord (10 places),
- Chambray lès Tours (12 places).

Depuis leur ouverture en 2003, nous enregistrons une demande régulière de la part des aidants à vouloir se rencontrer pour échanger et partager leur expérience de la maladie. Cette même tendance s'est exprimée à travers les enquêtes de satisfaction effectuées chaque année. L'aide aux aidants fait partie de la mission des relais Cajou. Or à ce jour, cette aide se décline à travers une disponibilité du personnel à être à l'écoute des aidants, à organiser des moments festifs à échéance régulière. Tout cela se fait sur des temps et dans des lieux partagés avec les personnes malades. **Ce que l'on comprend de la demande des aidants depuis 5 ans que fonctionnent les relais Cajou : un programme, un lieu, un temps qui leur soient dédiés.**

Nous avons également mesuré à quel point un programme d'activités basé sur la stimulation mnésique, sensorielle et physiques contribue à maintenir les fonctions motrices, voire ralentit les effets de la maladie. En cours d'année 2006, nous avons travaillé avec l'association SIEL Bleu pour la mise en place d'activités physiques de prévention des chutes, à destination des patients des relais Cajou et également de leurs aidants familiaux. **Cette activité a rencontré un vif succès, mais nous n'avons pas pu accueillir le nombre de personnes prévu par manque de salle dédiée à ce projet.** De

la même façon, nous ne pouvons pas mettre en place les activités de stimulation sensorielle de type Snoezellen.

Pour ces trois raisons identifiées qui correspondent aussi bien à une demande exprimée par les patients que les aidants, le relais cajou a sollicité le soutien de la Fondation Paul Bennetot afin de nous permettre de réaliser ce projet innovant et le pérenniser.

Ce projet se décline en deux phases :

- L'aménagement d'une salle pour la mise en place d'activités physiques et de stimulation sensorielle pour les patients (prévu pour 2009),
- La mise en place d'un atelier de prévention des chutes pour les aidants familiaux, une fois l'aménagement de la salle effectuée (dernier trimestre 2009 et 2010) qui correspond à un des volets du programme d'aide aux aidants (qui intègre un café mémoire également).

Le caractère innovant du projet réside dans notre volonté d'associer au maximum les patients et les aidants à l'élaboration des programmes d'activités répondant à leurs demandes et à leurs besoins.

La salle d'activité physique : Quel intérêt pour les personnes désorientées ?

Cet espace nous permettra de développer de façon régulière des programmes d'activités physiques et de stimulation sensorielle, pour l'ensemble des personnes fréquentant l'accueil de jour, et selon leur niveau d'avancée dans la maladie :

1. **L'effort physique contribue à réguler les fonctions vitales.** Dans le quotidien des personnes accueillies, cela se traduit souvent par une amélioration de l'appétit et par un équilibre veille-sommeil retrouvé. Les activités physiques visent à l'élargissement du champ d'expériences et permet une meilleure perception du schéma corporel. Elles agissent également sur la structuration spatio-temporelle qui est l'une des atteintes les plus visibles (outre les troubles de mémoire et de langage) lors du stade intermédiaire de la maladie. Il nous semble important de continuer les activités de prévention des chutes et de pouvoir les ouvrir davantage aux aidants familiaux, qui sont dans la grande majorité des cas un conjoint lui-même âgé et donc victime potentielle d'une chute.

2. **La démarche d'accompagnement SNOEZELEN** offre une expérience multi-sensorielle aux personnes souffrant d'une démence de type Alzheimer, dans le cadre de la relaxation, en sollicitant tous les domaines sensoriels dans lesquels elle décide elle-même d'agir ou pas.

Les personnes malades présentent au cours de l'évolution de leur pathologie, des troubles psycho-comportementaux tel que l'agitation, l'anxiété, l'agressivité, la dépression ... Outre l'avancé de la maladie, l'impact de l'environnement sur ces troubles est très important. Nous remarquons chez eux une hyper ou hypo-sensibilité aux stimulations extérieures.

La recherche d'isolement et les troubles du langage rendent de plus en plus difficile l'entrée dans la relation ; la communication verbale (expression orale et compréhension) est très altérée à un stade avancé de la maladie Ainsi le champ d'expériences sensorielles se réduit petit à petit.

L'accompagnement SNOEZELEN permettra de restaurer l'estime de soi, l'initiative et la créativité de la personne. Il ouvre la relation et augmente la communication non verbale entre l'accompagnant qui se trouve présent lors des séances et la personne âgée.

Déroulement du projet :

3 phases de mise en œuvre ont été nécessaires à la mise en œuvre du projet :

La première phase du projet a été consacrée à la réalisation des travaux (d'avril à juillet 2009). Tous les corps de métiers sont intervenus pour transformer ce sous sol en salle d'activités et y apporter le confort nécessaire à des personnes âgées.

La salle est devenue opérationnelle en octobre 2009, ce qui a permis de lancer la seconde phase d'organisation des activités pour les patients des relais Cajou. Deux lundi par mois, un groupe de 9 personnes participe aux activités gymniques et de prévention des chutes. Le groupe est constitué de patients issus des 3 sites d'accueil de jour. L'encadrement est assuré par un professionnel de l'association SIEL Bleu et par deux professionnels des relais Cajou.

SIEL Bleu propose des programmes d'Activité Physique Adaptée (APA) visant à préserver ou améliorer la qualité de vie de ses bénéficiaires. Ces programmes développés en coopération avec des médecins du sport, des gériatres et des cardiologues permettent de prévenir la perte d'autonomie et l'isolement chez les personnes âgées ou handicapées. Ils peuvent également prévenir des maux ou lésions de travail chez les professionnels travaillant en institution.

La dernière phase de notre projet est la mise en place d'ateliers de prévention des chutes et gymnastique douce, pour les aidants familiaux des personnes accueillies aux relais Cajou.

Ce projet a une dimension préventive : pour apporter son aide, le conjoint ou le parent doit être en bonne santé, physique et également psychologique. Or, on le constate au sein des relais cajou, la perte d'appétit, de sommeil, la rupture des liens sociaux ont des conséquences néfastes sur l'aidant, avec à terme une remise en question du maintien à domicile de la personne dépendante.

L'atelier a pour objectif la prévention des chutes, mais il a également celui d'instaurer du lien social entre les participants et lutter contre l'isolement, en faisant en sorte que les aidants familiaux des relais cajou se rencontrent, mais puissent aussi rencontrer d'autres personnes âgées non concernées par cette maladie.

A cet effet, nous avons recherché d'autres partenariats, auprès du CLIC des 3 vallées et ASEPT (Association Santé Education et Prévention Touraine).

Le CLIC des 3 Vallées a une mission :

- d'information auprès des personnes âgées
- et une mission de coordination du réseau gérontologique sur un territoire couvrant 25 communes situés au sud de la ville de Tours.

Notre projet a été présenté aux professionnels des coordinations gérontologiques, afin que ceux-ci puisse relayer l'information auprès des personnes qu'ils rencontrent dans le cadre de leur travail.

L'association ASEPT-Touraine créée en juin 2008 a pour objet :

- La promotion, la réalisation d'actions et le développement de partenariats dans les domaines de la prévention et de l'éducation en santé, aussi bien en zone urbaine que dans les territoires ruraux,
- L'information, la prévention et la lutte contre les effets néfastes du vieillissement et la perte d'autonomie,
- Le développement des liens de proximité entre les personnes, leur permettant de partager sur la prévention et l'éducation en santé, en s'appuyant sur les valeurs de solidarité et de responsabilité.

Cette dernière phase est réalisée puisqu'un partenariat s'est établi entre l'ASEPT, les relais Cajou, le Clic des 3 Vallées et l'association SIEL Bleu, autour de la mise en place d'ateliers de prévention des chutes, pour les aidants familiaux des personnes venant aux relais Cajou, mais également pour toute personne âgée désireuse d'y participer et vivant sur le territoire du Clic des 3 Vallées.

En matière de communication interne, le projet a été présenté en Conseil de la Vie Sociale et approuvé. Il concerne les aidants familiaux des patients accueillis dans les trois Relais Cajou. L'activité sera présentée sur le site des Relais Cajou : www.relais-cajou.com

Perspectives 2009 et 2010 :

1. Lancement et démarrage des ateliers Prévention des Chutes fin 2009 :

Une réunion d'information est programmée le 10 novembre prochain et le premier atelier devrait pouvoir débuter courant décembre.

Les ateliers regroupent un maximum de 10 personnes. Ils se dérouleront dans la salle du relais Cajou de Chambray lès Tours. Le jardin pourra être mis à profit lorsque le temps le permet.

Les participants s'engagent pour 20 séances d'1 heure s'étalant du mois de décembre 2009 au mois de juin 2010. L'atelier pourra être reconduit si la demande en est exprimée et si le bilan est positif.

L'activité est financée par la MSA via l'ASEPT. Une participation de 2.25 € est demandée par séance.

2. Continuer le travail d'information auprès des aidants des relais Cajou et auprès des personnes âgées du territoire du Clic des 3 Vallées.

3. Un projet intergénérationnel autour des activités physiques pourrait être une piste à envisager.

Le relais Cajou de Chambray est situé à côté d'une école primaire. L'idée serait d'utiliser le plateau sportif de l'école pour quelques séances et d'associer une classe pour une animation en commun, en fin d'année scolaire. Le directeur de l'école est d'accord sur le principe. Le projet doit s'élaborer avec l'équipe pédagogique.

4. Evaluer l'apport et l'impact du programme d'activités physiques :

L'objectif de cette évaluation portera dans un premier temps sur les résultats quantitatifs (nombre de participants...) et dans un second temps sur l'impact du programme. Il s'agira de mesurer la qualité de vie améliorée à domicile (à partir des items tels que le sommeil, le comportement, l'appétit, les effets de l'activité sur l'équilibre, la souplesse...), sur la vie sociale (relation extra-activités nouées entre participants,...).

Le bilan de motricité sera effectué par l'intervenant SIEL Bleu à échéance régulière pour mesurer d'éventuels écarts.

Le bilan sur la vie quotidienne sera effectué par les relais Cajou, auprès des patients et des aidants.

Cette évaluation n'a pas de prétention scientifique. Il s'agit juste de mettre à jour certains quelques effets positifs de cette activité.