

**Présentation des Ateliers Plaisirs et Bien-être
Animation en résidences pour personnes âgées**



**Mutualité française Doubs
7 décembre 2007**

Amphithéâtre Jean Nicolas 67 rue des Cras



Le secteur Personnes âgées en développement

La Mutualité française Doubs

Les services de soins et d'accompagnement mutualistes développés par la Mutualité française Doubs ont pour mission de participer à l'offre sanitaire et sociale au profit des adhérents mutualistes et plus largement de la population.

Centres de santé dentaire, magasins Les Opticiens Mutualistes, centres d'Audition Mutualiste, Relais Assistantes Maternelles, service d'Hospitalisation à domicile, Polyclinique de Franche-Comté, établissements pour personnes âgées représentent l'offre de services de soins et d'accompagnement mutualistes dans le Doubs.

Comme le prévoit le code de la Mutualité, l'objectif de l'action mutualiste est l'accompagnement de la personne tout au long de sa vie dans des structures de qualité avec un reste à charge, pour l'adhérent ou sa famille, parfaitement maîtrisé.

Etat des lieux et projets à venir

En juin 2004, le Conseil général du Doubs confie à la Mutualité française Doubs la gestion des 10 unités de vie (236 places) du département par délégation de service public. Une démarche de médicalisation des résidences a commencé en octobre 2006. A ce jour, 8 des 10 unités de vie sont médicalisées.

En janvier 2005 ouvre la résidence Franche-Montagne à Maîche, établissement d'hébergement pour personnes âgées dépendantes (74 places). Un projet d'extension de 18 places a récemment débuté. Il est spécifiquement dédié aux résidents désorientés de type Alzheimer ou troubles apparentés. L'ouverture est prévue en septembre 2008.

En janvier 2007, la Mutualité reprend la Résidence « La Retraite » à Besançon (123 places).

Deux projets verront le jour dans les années à venir. A Grand-Charmont et à Bart, l'ouverture de deux résidences de 100 places chacune est prévue dès 2010.

Politique d'animation conduite dans les résidences

L'objectif

La gérontologie se définit comme « l'étude pluridisciplinaire de la vieillesse et des phénomènes de vieillissement sous ses divers aspects, médicaux, psychologiques et sociaux ».

Le profil type du résident en établissement est une femme de 85 ans, seule, dépendante et cumulant sept pathologies. Donner la priorité au traitement médical, aux dépens des approches psychologiques et psychosociales, est dangereux. Cela entrave la prise en compte globale de l'histoire de la personne, de son environnement social, psychologique et culturel dans lequel elle a  volu e.

C'est pourquoi la Mutualité se donne pour objectif de renforcer au sein de chacune des résidences un programme continu d'animation et de vie sociale pour les résidents. Ce programme se nomme les Ateliers Plaisirs et Bien- tre.

L'animation ne se résume pas à la mise en place de successions d'activités visant à occuper, à lutter contre l'ennui ou à participer à la rééducation. Elle se construit à partir des attentes individuelles et des aspirations de chacun et vise à l'accomplissement de soi et à la participation à la vie sociale.

Chanter ne vise pas obligatoirement la rééducation de la capacité respiratoire, manger n'est pas seulement un acte de prévention de la dénutrition, parler avec son voisin n'est pas uniquement lutter contre l'isolement. « **Donner du sens à la vie en établissement** » est l'objectif de ces ateliers.

Aujourd'hui déjà, des activités ponctuelles étaient en place. Avec le concours du personnel soignant et de bénévoles, des cours de gymnastique douce étaient programm es ponctuellement. Pérenniser ce type d'actions et organiser une cohérence entre toutes les activités proposées permettront un impact réel sur le bien-être des résidents.

La Mutualité française Doubs souhaite qu'à travers les Ateliers Plaisirs et Bien-être, le résident soit acteur de l' v nement et non simple consommateur. Cela participe à la valorisation de l'image de soi, de l'estime de soi et renforce le sentiment d'utilité sociale.

Les ateliers Plaisirs et Bien-être

Les activités proposées répondent à plusieurs objectifs.

Elles doivent être :

- cohérente entre elles et pérennes,
- faire écho aux activités pratiquées au domicile,
- être suffisamment nombreuses et variées pour rompre la monotonie d'une journée en établissement,
- et surtout, vecteurs d'émotions et de plaisirs.

Les activités sont de deux ordres : médico-sociales et sociales.

Activités médico-sociales

Atelier équilibre

Selon les données de l'Institut de veille sanitaire (InVS), environ une personne âgée sur 3 chute chaque année. Les conséquences sont variables mais elles sont le principal motif d'hospitalisation ou de recours chez le médecin et constitue la 3^{ème} cause de mortalité (toutes causes confondues) chez cette population. Maintenir une activité physique pour entretenir ses muscles, sa motricité et sa souplesse est essentiel. Cette activité a pour but également de conserver la forme, éviter les chutes et ainsi prolonger l'autonomie de la personne.

Suivi nutritionnel

La Mutualité française Doubs participe activement au Programme National Nutrition Santé. Conserver le plaisir de manger, la convivialité à table, une alimentation équilibrée, sont des facteurs participant à une bonne santé mentale et physique. Bien manger, c'est aussi prévenir et retarder l'apparition de la dépendance ou de son aggravation. Le personnel en cuisine sensibilisé et formé à l'équilibre alimentaire de la personne âgée ainsi qu'une diététicienne élaborent des menus adaptés.

Bilan bucco-dentaire et bilan visuels et auditifs

Une mauvaise santé bucco-dentaire peut nuire à l'apparence et à l'estime de soi. Elle peut être associée à des troubles du sommeil, de même qu'à des problèmes de comportement. Elle peut surtout rendre difficile la mastication et la digestion des aliments.

De même, vivre avec un problème de déficience auditive ou visuelle peut être un véritable handicap. L'Organisation pour la Prévention de la Cécité (OPC) relate les chiffres suivants : à partir de 75 ans, une personne sur 3 souffre d'une forme de basse vision du type Dégénérescence maculaire liée à l'âge (DMLA).

La finalité de cette action est d'organiser une démarche d'amélioration continue de l'état de santé des résidents pour mieux prévenir les maux physiques et psychologiques.

Activités sociales

Atelier Internet

Ouvrir les résidences sur l'extérieur, faciliter les échanges entre générations, maintenir et préserver les liens familiaux et amicaux du résident afin qu'il puisse conserver le sentiment

d'utilité sociale et l'estime de soi grâce à Internet est l'objectif de l'atelier. Un animateur sera chargé de la formation des personnes âgées.

Musicothérapie

Les séances de musicothérapie permettent de proposer une thérapeutique non médicamenteuse dans la prise en charge des manifestations anxieuses de personnes souffrant de troubles du comportement mais aussi pour les personnes souffrant de mal-être ou de dépression.

Massages et soins corporels

Maux de dos, douleurs arthritiques, ostéoporose, troubles de la digestion et de l'élimination, mauvaise circulation sanguine, manque de souplesse et de mobilité, fatigue, nervosité, maux de tête, les maux sont nombreux. Le massage peut devenir un outil d'accompagnement réconfortant et doit être utilisé en complémentarité avec d'autres approches plus traditionnelles.

Expression libre

Deux actions sont envisagées : permettre au résident de manière individuelle de s'exprimer auprès d'une personne extérieure à l'établissement et organiser un temps de parole collectif sur une thématique choisie.

Spectacles

Remettre les personnes âgées dans des projets, parler avec eux, les faire rire et se réjouir, mettre en évidence leurs capacités, c'est aussi les soigner. C'est dans cet esprit que l'atelier a été réfléchi et le spectacle est un moyen de permettre aux résidents d'oublier les tracas de la vie quotidienne.

Jardin intergénérationnel

Les personnes âgées qui entrent en établissement, vivent une rupture parfois brutale avec leur environnement, leur mode de vie et bien souvent surtout en milieu rural avec leurs habitudes vie et leurs loisirs. La création d'un jardin dans l'enceinte de l'établissement permettra de retrouver le plaisir de partage des savoir-faire.

Les activités sont encadrées par des professionnels du métier de l'animation : musicothérapeute, botaniste, opticiens, audioprothésistes... La participation n'est pas limitée.

Le projet « Ateliers plaisirs et bien être » est né entre la Mutualité française Doubs gestionnaire des 12 établissements pour Personnes Âgées et la Mutualité française Franche-Comté qui porte financièrement le dossier dans le cadre de son programme d'actions prévention et promotion de la santé 2007.

Il a reçu le soutien de la Fondation Paul Bennetot pour l'innovation et du Groupement Régional de santé publique (GRSP).