



OUVERTURE DES ATELIERS DE STIMULATION AUX SUJETS JEUNES ATTEINTS DE LA MALADIE D'ALZHEIMER

EHPAD LES VIOLETTES



Intitulé du projet :
**Ouverture des ateliers de stimulation aux sujets jeunes atteints de
Maladie d'Alzheimer.**

Thème : Différentes méthodes, musicothérapie, relaxation, stimulation cognitive, arthérapie permettront de stimuler les personnes jeunes atteintes de Maladie d'Alzheimer afin de les aider à maintenir leurs acquis mais également afin de les aider à développer de nouvelles stratégies.

Données relatives à l'organisme porteur du projet.

Représentant de l'organisme : Monsieur Bernard

Responsable du projet : Madame Touchon

Adresse : 2 Rue Professeur Forgues Montpellier 34070

Tel : 04-67-22-71-00

E-mail : m.touchon@languedoc-mutualite.fr

Site Web de l'organisme :

Données relatives au projet

Localisation du projet : EHPAD les Violettes

Date de début du projet : 31 Mars 2008

Date de Fin du projet : Projet en cours

Durée du projet : Projet en cours

Contribution Paul Bennetot : 5192 euros

Partenaires financiers : CRAM, Fondation Médéric

1. Résumé du projet :

Concernant la Maladie d'Alzheimer chez le sujet jeune, On estime à 30.000 les sujets atteints par la Maladie d'Alzheimer avant l'âge de 60 ans.

Deux fois sur trois, la maladie d'Alzheimer à début précoce est diagnostiquée tardivement, cette maladie étant souvent considérée comme une affection de la personne âgée par le grand public. Les signes qui apparaissent au début de la maladie, ne sont pas toujours reconnus par les soignants ou pris à tort pour des manifestations psychologiques, faute d'outils de diagnostic adaptés à la pratique des professionnels de première ligne (médecins généralistes, médecins du travail...).

L'intérêt de la prise en charge non médicamenteuse

La prise en charge d'un patient atteint de maladie d'Alzheimer doit être globale. A côté des traitements médicamenteux spécifiques doit être mis en place des traitements non médicamenteux. Ces traitements font appel à des techniques différentes telles que la stimulation cognitive, l'arthérapie, la musicothérapie, la relaxation.

La démarche de créer des ateliers ouverts dans l'EHPAD des Violettes s'inscrit dans le souci de mieux organiser la réponse à la demande d'une population particulièrement en souffrance. Les malades jeunes sont confrontés à la perte progressive de la maîtrise de leur outil cognitif alors qu'ils ont encore une place importante sur le plan familial, social et parfois professionnel. C'est à ce stade de la maladie que notre projet prend tout son intérêt.

L'objectif est d'organiser au sein des différents ateliers de thérapie non médicamenteuse des Violettes un accueil spécifique destiné aux personnes jeunes atteintes de Maladie d'Alzheimer vivant à domicile.

La prise en charge non médicamenteuse a pour objectif de maintenir l'autonomie la plus longtemps possible et de restaurer l'estime de soi, tout en minimisant les risques chez ces sujets encore très actifs et, surtout, d'aider le patient et sa famille à mieux comprendre la nature des difficultés et les moyens d'y faire face.

Les différents ateliers de prise en charge non médicamenteux du sujet jeune atteint de maladie d'Alzheimer :

L'espace de stimulation :

Ces ateliers seront un lieu de stimulation dont l'objectif sera de préserver le plus longtemps possible les capacités de chacun pour favoriser le maintien à domicile.

Une prise en charge adaptée sera faite par des professionnels. Elle pourra être individuelle ou collective selon les besoins de chacun.

La stimulation cognitive :

La stimulation cognitive s'est développée grâce aux avancées dans le domaine des neurosciences. Un programme d'activation cérébrale permet l'application d'un ensemble de stimulations ayant pour objectif de solliciter le cerveau afin d'en accroître l'activité. Ainsi, attention, concentration, perception, mémoire et langage sont mobilisés.

Les objectifs de ce programme sont de deux ordres psychotechnique et psychothérapeutique.

Le premier vise à développer les capacités mentales des participants et à entretenir les facultés restantes afin de réduire certains troubles ou de ralentir leur aggravation.

Le second est centré sur la remise en confiance et la motivation.

L'atelier d'Arthérapie

Il se présente comme un lieu de création, de communication, d'échange entre le thérapeute, les résidents et le public. A travers divers moyens : peinture, dessin, découpage, modelage, assemblage ; des projets se mettent en place visant à stimuler, développer, voire améliorer les capacités cognitives de chacun. L'imagination, la motricité, la curiosité sont sollicitées à chaque séance.

Un nouvel apprentissage qui motive un réel projet de vie (exposition des travaux réalisés par le patient) est offert à chaque personne et lui permet ainsi de s'approprier ce lieu. L'acte créateur devient moteur d'une dynamique tendant à créer ou renforcer des liens aidant à « renarcissiser » et à resocialiser les personnes dans un contexte ludique. Cet atelier permet aux personnes d'apprendre de nouvelles techniques et de s'en saisir en vue de maintenir la mémoire à court terme.

La relaxation :

Les méthodes de relaxation sont des procédés thérapeutiques visant à obtenir chez l'individu grâce à des exercices appropriés une décontraction musculaire et psychique. Ces techniques s'avèrent très utiles chez les sujets qui auront tendance à reporter leurs difficultés cognitives et affectives sur le corps

Les thérapies de relaxation ont un effet positif sur différents troubles : anxiété, trouble du comportement, trouble du sommeil.

La musicothérapie :

C'est une thérapie basée sur la musique. Elle correspond à deux techniques fondamentales l'une est dite « réceptive » et l'autre est dite « active ».

La première est basée sur l'audition d'extraits musicaux, la deuxième consiste à faire concrètement de la musique.

La musique écoutée ou produite permet de mobiliser le fonctionnement cognitif, de faire surgir les affects et d'ouvrir au plaisir.

Des études cliniques confirment l'intérêt de la musicothérapie dans la prise en charge de la maladie d'Alzheimer.

Cette maladie entraîne précocement des deuils itératifs particulièrement douloureux chez le sujet jeune.

Ainsi au fur et à mesure de la réduction des capacités cognitives, le champ d'action se réduit engendrant apathie, démotivation allant même parfois jusqu'à des états dépressifs.

Aussi toutes ces thérapies non médicamenteuses sont intéressantes par leur incidence sur la qualité de vie de ces personnes et leur entourage.

2. Déroulement du projet :

a. Les différentes étapes de ce projet au cours de fin 2008 – Janvier 2010 (annexe 1) :

- Novembre 2008 : élaboration des plaquettes en collaboration avec le service de communication de Languedoc Mutualité.
- Nous avons établi un cahier des charges. Le sujet adressé par l'hôpital ou un médecin doit avoir fait au préalable un bilan cognitif. Il serait intéressant que ce bilan soit transmis aux différents professionnels. Le recueil d'histoire de vie devra également être mis en place afin d'adapter au mieux la thérapie. Nous avons fixé le MMS (Mini Mental State) entre 20 et 26. D'après nos différentes expériences, il nous semblait important de garder le groupe pendant une année civile. Une séance pour se familiariser est possible, cependant, chaque mois un engagement sera demandé aux participants. Pour débiter la stimulation cognitive il faudra 5 personnes, pour la relaxation, la musicothérapie, l'arthérapie, 3 personnes. Chaque séance aura une durée 1h30. La participation de chaque personne sera de 6 euros par séance.
- Janvier 2009 : présentation du Projet avec tous les intervenants, psychologues, musicothérapeute, arthérapeute au CMRR de l'hôpital Gui de Chauliac, service de Neurologie. Distribution des plaquettes aux médecins, psychologues.
- Envoi des plaquettes à tous les neurologues de la ville, aux médecins généralistes du quartier et aux services de soins à domicile installés à proximité de l'EHPAD, à l'association France Alzheimer Hérault qui par courrier en a informé tous ses adhérents. Information par l'intermédiaire de certains magazines régionaux. Hélas, tous ne l'ont pas diffusée.
- Ouverture des ateliers avec la mise en place des jours et plages horaire.
- Nous avons mis un atelier chaque jour sachant que la durée de chaque atelier est de 1h30. Pendant le premier trimestre pas de patients.
- Nouvelle réunion au deuxième trimestre avec le CMRR du service de neurologie. Nous décidons d'élaborer et d'envoyer des affiches pour les mettre dans les cabinets médicaux.
- Avril 2009 : premier patients : 3 en stimulation cognitive, 1 en musicothérapie, 1 en arthérapie.

- Juillet 2009 : fermeture des ateliers
- Septembre 2009 : réouverture des ateliers. **Seul, l'atelier de stimulation cognitive a eu un nombre croissant de patients. Aujourd'hui, ils viennent régulièrement chaque semaine et sont entre 6 et 8.**
- Nous avons changé les plages horaires pour permettre aux accompagnants de profiter d'un temps de répit. Le Mardi après midi, atelier de relaxation de 14h à 16h gouter de 16h à 16h30 et atelier d'arthérapie de 16h30 à 18h. Le vendredi, atelier de stimulation cognitive aux mêmes horaires que précédemment et ensuite, musicothérapie. Nous n'avons pas plus de personnes.
- Réception des fauteuils et du matériel pour la musicothérapie

b. Décrire les activités réalisées à ce jour en précisant les modalités de réalisation et d'évaluation utilisée.

Les activités réalisées sont la musicothérapie, l'arthérapie et la stimulation cognitive :

- Pour la musicothérapie, seul un patient est venu ; cependant au bout de quelques séances, les trajets devenaient trop lourds pour l'accompagnant.
- Pour l'arthérapie, le même problème s'est posé.
- La stimulation cognitive connaît un réel succès puisqu'aujourd'hui il y a de 6 à 8 personnes chaque semaine.

Pour évaluer ces thérapies au niveau des patients, nous avons demandé à l'accompagnant de décrire leur ressenti sur l'impact de ces séances auprès du malade.

Témoignages des accompagnants

Après des séances d'Arthérapie :

« Monsieur X remarque qu'après les séances d'Arthérapie, son épouse est moins énervée, semble moins stressée ; il note également qu'elle communique mieux, son discours est plus fourni et d'avantage cohérent ; certaines de ses attitudes obsessionnelles et récurrentes sont canalisées ; peu à peu elle a pu se détacher de la présence continue de son époux et celui-ci a pu à son tour prendre un peu de recul ».

Après des séances de musicothérapie, témoignage de Madame X :

« Je vous laissais maman pour un entretien d'une heure et demi environ, lors de ces séances vous lui faisiez écouter diverses musiques (valse, musique ancienne, classique...) morceaux qui étaient un prétexte à lui évoquer des souvenirs, à la faire parler, à lui redonner confiance en elle par l'écoute et le dialogue. A l'issue de ces séances, lorsque je récupérais maman, vous m'en faisiez un rapide compte rendu ; globalement, le bilan me paraît positif, car une

confiance s'est établie entre vous et maman, qui me semblais avoir « passé un bon moment ». Je trouve juste un peu dommage que les patients ne puissent pas agir avec un peu plus d'autonomie, grâce à la présence d'instruments dont ils pourraient jouer eux-mêmes ».

Après des séances de stimulation cognitive :

« Mon mari a bénéficié de séances de stimulation cognitive de Madame Patricia SAMACOITS. Il s'est trouvé, dans les jours qui ont suivi la séance, avec un esprit plus clair et il avait moins de difficulté à se souvenir des actes de la vie quotidienne. De plus, il se sentait valorisé par les exercices proposés par Madame SAMACOIT. J'ai apprécié ces séances car elles apportaient une bonne amélioration à notre vie de couple. J'avais essayé, par moi-même, de lui faire faire des exercices de mémorisation, mais cela c'est avéré très négatif et presque catastrophique pour tous les deux ».

Claudine Walker, Arthérapeute :

*« Les ateliers ont du mal à se mettre en place car les accompagnateurs sont gênés par le fait de conduire leur parent, je pense qu'ils souhaiteraient qu'un VSL les amène aux violettes.
- d'autre part des interventions à domicile seraient plus adaptées même si le coût est plus élevé. Cela représenterait un vrai confort pour les familles.*

- les travaux rendent difficile l'accès de l'établissement.

- de plus le fait que cela se déroulent dans une maison de retraite pose un souci à certains participants qui ont peur d'amorcer une future entrée ».

c. Evoquer les freins rencontrés qui ont eu des incidences sur le déroulement du projet et les mesures mise en œuvre pour remédier à la situation.

La difficulté évoquée par l'accompagnant est le problème du trajet.

Nous nous sommes donc renseignés auprès d'une société d'ambulance et de taxi pour connaître les tarifs pour assurer ces trajets, l'opération devenait compliquée et onéreuse.

d. Analyser les résultats et impact du projet.

Ce projet reste intéressant. Il faut travailler sur le volet communication sachant que certains journaux n'ont pas diffusé l'information.

La prise en charge non médicamenteuse est encore peu connue. Seule la stimulation cognitive grâce aux ateliers mémoires organisés il y a quelques années par la MSA et la caisse de sécurité sociale ont été largement utilisées (annexe 2).

La musicothérapie, la relaxation, l'arthérapie devrait faire l'objet d'une large diffusion auprès du public et en particulier lors des conférences données par des professionnels pour parler de cette maladie.

Il faut également que ce soit un service de proximité, proposé géographiquement dans différents établissements pour que le patient ne soit pas pénalisé par les accompagnements

(c'est à dire les transports). C'est le problème principal évoqué par les accompagnants qui trouvent difficile d'assurer chaque semaine ces allés et venus.

3. Avenir du projet.

Nous allons relancer ces ateliers avec différents partenaires : le service communication, le réseau du CMRR (Centre Mémoire Ressource et Recherche), l'association France Alzheimer Hérault et le réseau Alzheimer (voir annexe 3).

Nous envisageons de mettre en place des groupes de parole pour les accompagnants afin de les aider dans ce parcours qui n'est pas toujours facile.

Languedoc Mutualité possédant plusieurs EHPAD situés dans des lieux géographiquement différents, nous avons pour objectif de déployer ce projet et d'ouvrir ces ateliers dans certains de ces établissements.

Annexes

1. Présentations des Ateliers à l'hôpital/Description
2. Evaluation de l'Atelier Stimulation Cognitive
3. Communication 2009-2010

1. Présentations des Ateliers à l'hôpital/Description

Au premier trimestre 2008, j'ai répondu à un appel à projet de la fondation Bennetot dont l'intitulé était : qualité de vie et autonomie. Il a été accepté.

J'ai ensuite déposé un dossier à la Cram en fin d'année, qui a été également accepté.

Nous avons proposé comme projet, l'ouverture d'ateliers de stimulation dans L'EHPAD les Violettes aux sujets jeunes atteints de MA (formes légères à modérées) principalement axée sur une prise en charge pluridisciplinaire non médicamenteuse : musicothérapie, relaxation, stimulation cognitive, arthérapie.

L'objectif étant au niveau du patient de préserver le plus longtemps possible ses capacités restantes grâce à de nouvelles stratégies d'apprentissage.

Au niveau de la famille grâce au maintien des capacités restantes leur permettre de garder le plus longtemps possible leur malade au domicile.

Par ailleurs, leur venue régulière dans l'EHPAD les familiarisera avec ce lieu en le dédramatisant et en les aidant à accepter l'idée qu'un jour il faudra peut être y placer leur parent.

L'originalité de ce projet, consiste dans sa démarche.

En effet, le sujet ne vient pas passer la journée comme dans un accueil de jour mais vient sur le conseil d'un médecin ou d'une psychologue pour faire sa séance de relaxation, de musicothérapie, de stimulation cognitive ou de musicothérapie.

Les intervenants :

Ce sont des professionnels dont vous connaissez certains

Patricia Samacoits Atelier stimulation cognitive.

Claudine Walcker Arthérapie.

Audrey de Lagrange relaxation.

Xavier Loubet musicothérapie.

Nous avons établi un cahier des charges. Il nous paraît important que le sujet adressé par l'hôpital ou par un spécialiste ait fait au préalable un bilan cognitif.
Il serait intéressant que ce bilan soit transmis aux différents professionnels.

Le recueil d'histoire de vie sera également mis en place afin d'adapter au mieux la thérapie.

Nous avons fixé le niveau de MMS entre 20 et 26.
D'après nos différentes expériences, il nous semblait important de garder le même groupe pendant une année civile.

Une séance pour se familiariser est possible, cependant, chaque mois, un engagement sera demandé aux participants.

Pour débiter, la Stimulation cognitive il faudra 5 personnes. Pour la Relaxation, la musicothérapie et l'arthérapie, 3 personnes.
Chaque séance aura une durée 1h30

Les horaires ont déjà étaient déterminés :

Arthérapie : Mercredi 16h30-18

Relaxation : Mardi 10h-11h30

Musicothérapie jeudi 10h-11h30

Stimulation Vendredi 14h30-16h

Communication

Une plaquette va être éditée.

En plus du CMRR nous avons l'intention d'en informer la clinique du Parc, l'association France Alzheimer Hérault.

Nous communiquerons également par voies de presse, Midi Libre et Gazette.

Plan Financier

La participation de chaque personne sera de 6 euros par séance.

Si vous avez des questions ou des suggestions nous sommes à votre disposition

Montpellier le 8/12/09

Madame,

Suite à notre conversation téléphonique je vous fais parvenir le programme des ateliers, jours et horaires.

Ainsi le **Mardi** de 14h30 à 16 h Atelier de Relaxation

De 16h à 16h15 goûter

De 16h15 à 17h45 Atelier d'Art- Thérapie.

Le **Vendredi** de 14h30 à 16h Atelier de Stimulation cognitive

De 16h à 16h15 goûter

De 16h15 à 17h45 Atelier de Musicothérapie.

Le prix de la séance est de 6 euros par atelier.

Je reste à votre disposition pour de plus amples informations et vous prie d'agréer Madame mes sincères salutations.

Marie Touchon

2. Evaluation de l'Atelier Stimulation Cognitive

ORGANISATION :

Les ateliers de stimulation cognitive se sont déroulés sur une période de 3 mois, à raison d'une fois par semaine, durant 1H30.

Le groupe était constitué de deux personnes, l'une résidant à Montpellier, l'autre à Frontignan.

EVALUATION DE L'ATELIER :

Bien que le groupe ait été restreint à deux personnes, la qualité relationnelle entre les participants était excellente. Les éléments principaux émergents de cette première série de séances sont les suivants :

- Une augmentation significative des échanges entre les participants et moi-même au fur et à mesure des rencontres.
- Une prise de confiance dans la prise de parole (en particulier pour l'une des participantes).
- Un grand respect et une écoute mutuelle favorisant l'expression et le partage de leurs ressentis, de leur histoire de vie, de leurs difficultés...
- Un impact certain sur la rapidité dans la résolution des exercices pour l'un des participants, nécessitant d'augmenter rapidement le niveau de difficulté. L'impact sur l'estime de soi a été perceptible.
- Enfin, l'assiduité des participants et la demande d'exercices à faire au domicile durant le reste de la semaine, témoignent d'une grande motivation et du plaisir à être inscrits dans ce groupe.

3. Communication 2009-2010

Faites la rentrée avec Languedoc Mutualité : des ateliers au service des personnes atteintes de Troubles de mémoire

L'EHPAD les Violettes à Montpellier, gérée par le Groupe Languedoc Mutualité, a décidé d'ouvrir ses portes aux personnes extérieures. Elle propose aux jeunes et moins jeunes atteints de troubles cognitifs une prise en charge non médicamenteuse. Ainsi, des ateliers '

- **Arthérapie**
- **Musicothérapie**
- **Relaxation**
- **Stimulation cognitive**

sont proposés.

Autant d'activités qui permettent aux participants de **se retrouver, d'échanger, de développer et de maintenir leurs capacités psychiques et physiques**. Elles procurent également **mieux-être et détente**.

Cette initiative permet enfin, aux résidents, de conserver une ouverture et un regard vers l'extérieur, avec pourquoi pas, davantage d'échanges intergénérationnels...

Déjà salués par de nombreuses personnes, ces ateliers sont également amenés à se déployer dans d'autres établissements du groupe.

Vous trouverez ci-joint une plaquette de présentation détaillant chaque activité.

Pour plus de renseignements, vous pouvez joindre Madame TOUCHON – Directrice Déléguée de l'établissement *Les Violettes*, au 04 67 22 71 00 ou par mail à m.touchon@languedoc-mutualite.fr.

Bonne réception,

Anne ASTESANA
Chargée de Communication
Groupe Languedoc Mutualité
04 67 66 88 27

NOUVEAUTE RENTREE

LE GROUPE LANGUEDOC MUTUALITE PROPOSE DES ATELIERS AU SERVICE DES PERSONNES ATTEINTES DE TROUBLES DE MEMOIRE

L'EHPAD Les Violettes à Montpellier, gérée par le groupe Languedoc Mutualité, a décidé d'ouvrir ses ateliers aux personnes extérieures. Elle propose aux jeunes et moins jeunes atteints de troubles cognitifs une prise en charge non médicamenteuse.

Les Ateliers suivants sont proposés :

ARTHERAPIE : Nouvelle technique psychothérapeutique visant au maintien de l'autonomie. Grâce au moyen des arts plastiques, cette méthode tente de stimuler et développer les capacités : manuelles, du regard (confronte le sujet à l'image), relationnelles.

MUSICOTHARAPIE : Utilisation de la musique à des fins thérapeutiques. Cette méthode permet de rétablir et maintenir la santé psychique et physique. C'est une approche globale qui met en jeu le corps, la sensorialité, l'affectivité, les facultés intellectuelles et mentales.

LA RELAXATION : Technique thérapeutique permettant d'accéder à une meilleure connaissance de soi, et à un mieux être psychique et corporel. Elle est basée sur une stimulation corporelle accompagnée d'une respiration spécifique.

STIMULATION COGNITIVE : Technique qui repose sur le concept de la plasticité cérébrale. Elle consiste en atelier permettant grâce à des exercices adaptés de solliciter la mémoire, la concentration, le langage et le raisonnement.

Autant d'activités qui permettent aux participants de **se retrouver, d'échanger, de développer et de maintenir leurs capacités psychiques et physiques**. Ces ateliers permettent notamment aux malades de **retrouver leur identité, de renouer avec la confiance en eux et de redécouvrir le sentiment de plaisir dans la création**. Elles procurent également **mieux être et détente**, en les stimulant sans les mettre en échec dans une ambiance ludique, conviviale et en mobilisant la vie sensorielle et affective. On peut ainsi **mobiliser les traces mnésiques que l'on pensait effacées**. En améliorant la qualité de la vie quotidienne des malades, les **symptômes tels que l'agitation, agressivité, anxiété et dépression diminuent significativement**.

Cette initiative permet également aux résidents de l'établissement, de conserver une ouverture et un regard vers l'extérieur, grâce à la visite de personnes extérieures et avec, pourquoi pas, **davantage d'échanges intergénérationnels...**

Déjà salués par de nombreuses personnes, ces ateliers sont également amenés à se déployer dans d'autres établissements du groupe.

Vous trouverez ci-joint une plaquette de présentation détaillant chaque activité.

Prix des ateliers : 6 € pour 1h30.

Pour plus de renseignements, vous pouvez joindre Madame TOUCHON

Directrice Déléguée de l'établissement Les Violettes au 04 67 22 71 00 ou par e-mail à : m.touchon@languedoc-mutualite.fr