

Meilleurs Vœux

2016



Fil happy



Journal des EHPAD publics de la Touraine côté Sud

Abilly ◡ La Celle-Guénand ◡ Ligueil ◡ PreUILly-sur-Claise ◡ Villeloin-Coulangé



Séance de kinésithérapie  
à l'EHPAD de la Celle-Guenand

Ehpadtati Ehpadtata

Bougez...Vivez !

Côté Coulisses

Psychologue

Fil en partage

Les approches non  
médicamenteuses

Fil d'Actu

1, 2, 3, font 9 ?

# Bougez...Vivez !

Le mouvement est essentiel à la vie. Il se définit par la capacité à se mouvoir, à se déplacer et il conditionne notre autonomie.

Le Dr VIANNEY BREARD du CHU de Sancerre a montré que la limitation du périmètre de marche est un indicateur de fragilité chez le sujet âgé. Le concept de Fragilité (FRAILTY) est né dans les années 80 en Amérique du Nord (CANADA). Actuellement, il existe de nombreux outils pour dépister la fragilité. Ainsi, un groupe d'experts a proposé la vitesse de marche en tant que paramètre possible pour la dépister chez les personnes âgées (La vitesse de marche est calculée sur quatre mètres et ne doit pas être inférieure à 4m/s).

Favoriser le mouvement en travaillant l'équilibre participe à la prévention des chutes.

Dans les EHPAD, une attention particulière est portée à l'activité physique, et ce, par des acteurs différents.

Les kinésithérapeutes interviennent pour réhabiliter certaines fonctions motrices, agir sur le renforcement musculaire (en particulier des membres inférieurs) et travailler sur la proprioceptivité (Perception consciente ou non de la position des différentes parties du corps).

Des agents formés proposent des ateliers de gymnastique douce. L'objectif de ces ateliers est d'améliorer la souplesse des articulations, l'équilibre, la coordination motrice, la dextérité, l'adresse. Cela passe par des exercices ludiques et du matériel adapté (ballons en mousse, anneaux, balles de tennis, etc...). L'échauffement et les étirements ne sont pas oubliés.

Claudine LOPEZ, kinésithérapeute à l'EHPAD de Preully insiste sur la dimension sociale du mouvement qui favorise la relation

aux autres. Elle attache également beaucoup d'importance à la respiration qui accompagne le mouvement et qui peut alors être source de relaxation, de détente musculaire et mentale. Ainsi, elle a été à l'initiative d'une sortie en bord d'étang qui a permis aux randonneurs de conjuguer tous les bienfaits de la marche au grand air : respiration, changement de cadre, sensations inhabituelles telles que l'air frais sur la peau, relations avec les autres marcheurs conduisant au développement de solidarité entre eux lors de passages délicats ou de baisse de forme.

Depuis des années l'EHPAD de VILLELOIN COULANGE a une activité basée sur la bicyclette ou le tandem. Les personnes âgées peuvent ainsi garder les sensations de se déplacer en utilisant à l'intérieur du bâtiment un tricycle adapté à leurs capacités. L'ensemble du personnel est sensibilisé à la méthode **GAPA (Gestes Activités pour Personnes Agées)** qui favorise le déplacement comme un axe majeur du maintien de l'autonomie.

L'EHPAD de La Celle Guenand va mettre en œuvre prochainement un projet de parcours **PAPAC (Parcours d'Activités Physiques pour les Personnes Accueillies à la Châtaigneraie)** qui a été subventionné par la Fondation Caisse d'Epargne. L'objectif principal est de proposer aux résidents des exercices simples, un entraînement régulier qui permet l'entretien, le maintien de la forme et l'autonomie.

Ce parcours, composé de différents modules, sera installé en extérieur. Il faut l'imaginer comme étant un lieu tout à la fois paisible et ludique, où les cinq sens seront mis à contribution.

Claudine LOPEZ regrette le fait que l'activité physique ne soit pas encore considérée dans notre culture occidentale comme essentielle à une bonne hygiène de vie au même titre que le brossage des dents...

Rédactrices : Claire BELLANGER, Chantal DUMAY, Angélique GUERIN  
Interview : Claudine LOPEZ, Kinésithérapeute

## Psychologue

Le rôle du psychologue au sein de l'EHPAD est absolument essentiel en ce qu'il représente un atout indéniable pour permettre une approche la plus individualisée possible des résidents ainsi qu'un lien facilité avec les familles. Afin d'avoir plus d'informations nous sommes allés à la rencontre de Madame Alexandrine AYGALLENQ, psychologue au sein de l'EHPAD d'Abilly.

### **Pourquoi avez-vous choisi la gériatrie ?**

Travailler au sein d'un EHPAD permet un partage d'expériences et un enrichissement personnel grâce à l'échange. Arrivés à une certaine étape de leur vie les résidents nous apprennent beaucoup grâce à leur sagesse et maturité.

### **Quel est le rôle du psychologue au sein de l'EHPAD ?**

En EHPAD le psychologue a un rôle présentant une quadruple dimension. Tout d'abord auprès des résidents, permettre le maintien de l'autonomie psychique en l'accompagnant dans ses choix, dans ses attentes, sa singularité et sa dignité à travers sa reconnaissance à part entière. Cela passe par un

accompagnement psychologique global individuel (approche de la mort, estime de soi) ou collectif (groupes de parole, activités thérapeutiques). Il s'agit également d'écouter la souffrance des personnes et de leur entourage quand la démence, la dépendance et la mort engendrent de multiples questionnements tant pour l'intéressé que pour l'entourage. Ensuite le travail d'équipe et d'interdisciplinarité est prédominant. Les réunions pluridisciplinaires et les transmissions, formelles ou informelles sont primordiales. Enfin un travail institutionnel en lien avec le projet d'établissement et les besoins des personnes accueillies permet d'être investi sur l'ensemble de la structure et de s'insérer dans les étapes importantes de l'institution.

### **Quel rôle avez-vous auprès des familles ?**

Il est important d'accompagner les proches tout au long du séjour : à l'entrée (permettre l'acceptation et déculpabiliser), pendant le séjour en optimisant et maintenant les liens familiaux (en aidant à la résolution de conflits grâce à la médiation ou en permettant l'expression par le biais des groupes de paroles des aidants), à la fin en accompagnant les derniers instants grâce à des entretiens de soutien et d'informations. Avec les familles il est essentiel de construire un partenariat permettant l'accompagnement au mieux des résidents.

Rédactrice : Emmanuelle RENSON RAVELOSON  
Interview : Alexandrine AYGALLENQ



# Les approches thérapeutiques non médicamenteuses

En France plus d'un million de personnes sont atteintes de pathologies démentielles dont 70% sont diagnostiquées maladie Alzheimer ou apparentées.

Malgré les avancées de la médecine, il n'existe pas de traitement curatif. Nous ne pouvons actuellement que traiter les symptômes. Les recherches médicamenteuses ont pris du retard car on a longtemps pensé que l'anosognosie (absence de la reconnaissance des troubles) du patient l'empêchait d'en avoir conscience et donc d'en souffrir. Les observations faites par les familles et les soignants ont permis une prise de conscience à ce sujet.

Aujourd'hui les approches thérapeutiques non médicamenteuses se présentent comme un outil complémentaire dans l'accompagnement des personnes atteintes de ces pathologies.

Dans nos établissements, elles peuvent être déclinées comme une philosophie générale du soin. Il s'agit notamment des attitudes et des activités thérapeutiques. D'une part l'attitude thérapeutique constitue un soutien moral ou physique basé sur une certaine manière de communiquer. Elle va permettre à la personne malade de réaliser certaines actions comme les actes de la vie quotidienne. D'autre part les activités thérapeutiques appellent une participation active et volontaire des personnes. La relation est privilégiée sur la technique. Nos établissements respectifs ont fait le choix de développer ces approches en insistant particulièrement sur la formation dispensée à l'ensemble du personnel.

Nous pouvons citer entre autres nombreux projets :

- A Preuilley sur Claise, l'**espace Snoezelen** permettant la relaxation et la stimulation par les cinq sens et la formation du personnel aux **techniques de validations émotionnelles des soins Naomi Feil**.



L'espace Snoezelen de Preuilley sur Claise

- A Villeloin-Coulangé, l'ensemble du personnel a été formé à la Philosophie de l'**humanité et à la bienveillance**.

- A Ligueil tout le personnel se forme aux techniques de mobilisation douce et à la gériatrie positive grâce à l'**haptonomie**.



- A Abilly l'établissement est entré dans la démarche **humanité** et forme l'ensemble des équipes à de nouvelles approches de soins, en outre un projet **d'aménagement prothétique de l'UPAD** permettant la création de pôles d'activités passives est en cours.



- A La Celle-Guenand sont développés les **ateliers de cuisine thérapeutique** permettant le dialogue, le partage et l'entraide, l'évocation des souvenirs de recettes et la mise en avant des talents de chacun.



De nombreux autres projets se développent continuellement sur les EHPAD du Sud Lochois. Les professionnels sont très investis dans ces démarches qui s'inscrivent dans les projets de soins personnalisés de chaque résident. On les retrouve plus particulièrement sur les unités spécifiques d'accompagnement des personnes atteintes de maladie Alzheimer comme les UPAD ou dans des lieux d'accueil comme la Maison Marjolaine (accueil de jour) au Grand Pressigny. N'hésitez pas à contacter les EHPAD pour plus d'informations.

# 1,2,3 font 9 ?

Le réseau des 9 EHPAD du Sud Lochois (*la Celle Guenand - Preuilly sur Claise - Abilly - Ligueil - Bléré - Loches - Sainte Maure - Villeloin-Coulangé - Dangé St Romain*) se réunit chaque trimestre afin de dynamiser les activités sur l'ensemble du territoire. Ces réunions contribuent à donner de la vie à nos établissements ce qui est le cœur de la mission des animatrices, puisque « animare » signifie donner une âme et donc de la vie. Elles s'y emploient depuis plus de 20 ans et ne cesse d'évoluer grâce à une dynamique et à leur investissement personnel et professionnel.

Se projeter, communiquer, programmer, s'informer, échanger, se former, faire le bilan : la mise en commun de certains événements et la capitalisation grâce aux retours d'expériences des collègues apportent une plus-value évidente. Ces réunions permettent de repartir avec des pistes de travail et des idées. Grâce aux échanges de savoir-faire, chacune enrichit ses compétences. Par exemple, la danse assise a été présentée par l'animatrice de Dangé Saint Romain, formation suivie dans le cadre de ses fonctions.

Le réseau est un réel point d'appui pour la réalisation d'outils, organisation de sorties, réflexion sur le métier et la mise en place de projets. Chaque année, un spectacle de cabaret, à l'occasion de la semaine bleue est organisé tour à tour par une structure. Les établissements accueillis se chargent d'apporter leur pique-nique et profitent ainsi de l'accueil.

Pour cette année 2015, Bléré a offert *apéritif, rillettes médallées et charcuterie artisanale*, avec Orgue de Barbarie pendant le repas revue dans une ambiance cabaret avec « Flore et Laure », une prestation de qualité validée par le réseau.



Spectacle d'ambiance cabaret de « Flore et Laure »

Un spectacle magnifique, que seul un réseau peut proposer par la mutualisation des moyens humains, matériels et financiers.



Cabaret à Sainte Maure avec les Belles de Mai



Spectacle Inter-ehpad d'Octobre 2015 « Orgue de Barbarie »



Rédactrices : Danielle RUSSEIL et Vanina PELLETINGEAS

Fil Happy – Journal de communication des Etablissements pour Personnes Âgées Dépendantes d'Abilly, de La Celle-Guénand, de Ligueil, de Preuilly-sur-Claise et de Villeloin-Coulangé (Département d'Indre-et-Loire) - Quadrimestriel.

Renseignements : 02.47.91.35.00

[Journal-filhappy@outlook.fr](mailto:Journal-filhappy@outlook.fr) – Blog: [journalfilhappy.canalblog.com](http://journalfilhappy.canalblog.com)

Comité de rédaction : C. DUMAY – E. RENSON-RAVELOSON – J. DATCHY - D. BARONNET – C. BELLANGER - C. FEIGNANT – S. MARTIN – A. LEGRAS-BAUDIN – C. VIGEANT – A. GUERIN – C. MOUSSU - Y. SAILLY – F. VOISINE – N. BEGUIN – S. PIERRE – D. RUSSEIL – M. COLLIN – S. DALONNEAU.

Imprimé par nos soins – ne pas jeter sur la voie publique.  
Reproduction, même partielle, interdite sans autorisation.

Retrouvez Fil Happy sur notre Blog :



[filhappy.over-blog.com](http://filhappy.over-blog.com).



web