La "Maison des Aidants" à Flers

Ce projet fait partie des nominés à la première édition des Etoiles de l'Europe en Normandie : retrouvez ci-dessous la candidature en détails !

- **Structure bénéficiaire** : UNA Bocage Ornais Maison des Aidants
- **Fonds** : FEDER
- **Programmation** : 2014-2020

Résumé du projet

Dans un contexte de vieillissement de la population, la maison des Aidants est un projet social innovant. Il s’agit d’une offre globale en matière de prévention, de loisirs, de répit, de formation pour les aidants et les personnes en perte d’autonomie.

L’association, convaincue que le répit, la prévention et la formation des aidants sont essentiels au binôme aidant-aidé a souhaité réaliser des investissements significatifs avec une visée inclusive. Elle s’est dotée d’un lieu unique, qualifié, bien identifié en centre-ville qui rassemble de nombreux services.

Le besoin d’une offre de répit plus diversifiée (de quelques heures à un week-end) a été constaté par l’association. Pour combler le déficit d’information et de formation elle a mis en place un centre de ressources sur la perte d’autonomie, sur les nécessaires évolutions ergonomiques du domicile et sur les gérontechnologies.

Les technologies innovantes ont des retombées positives sur le bien-vieillir, notamment pour les personnes en situation de handicap. Notre Service Autonomie, acteur du virage domiciliaire, pense le vivre au domicile avec les outils de demain. Notre objectif consiste à imaginer de nouveaux services et de nouvelles formes d’accompagnement du binôme.

Faire du domicile un atout de prévention parait essentiel pour favoriser l’inclusion dans la société. La digitalisation, l’information et les contenus dématérialisés sont une réalité tant au sein des relations familiales que des administrations et services. Notre initiative concourt à l’inclusion numérique des personnes âgées ou en situation de handicap. « Faute d’être à l’aise avec les outils digitaux trop de retraités se trouvent en marge de la société » observe une note récente de l’AGIRC-ARRCO.

Notre concept expérimental, précurseur en matière de TIC et d’application du digital à la santé, veut stimuler le développement des habilités physiques et cognitives à l’aide d’exercices motivationnels proposés par nos professionnels de l’accompagnement notamment auprès des personnes Alzheimer.

Résultats

À la maison des aidants, l’approche systémique du binôme aidant-aidé met à disposition de nombreux équipements numériques et digitaux (casques de réalité virtuelle, vélos couchés, tablettes) pour jouer seul ou en groupe, écouter de la musique, s’inspirer de recettes de cuisine pendant les ateliers de diététique accompagnés par nos animatrices prévention. À partir d’une tablette, la cuisine connectée sécurise l’électroménager ou les objets tranchants. Dans un tout autre domaine nous disposons d’un WC japonais lavant-séchant aux fonctions mémorisées pour un plus grand confort.

En associant le jeu sur écran tactile aux thérapies physiques et cognitives nous favorisons l’adhésion thérapeutique et augmentons la sensation de bien-être tout en faisant société. Cet environnement numérique partagé est stimulant et épanouissant car il est important de s’appuyer sur des leviers de motivation.
La neuropsychologue et l’ergothérapeute valident notre démarche et pratiquent un repérage avant – pendant et après les ateliers. Elles mesurent le renforcement musculaire des bénéficiaires, la capacité à faire émerger des réminiscences et à exprimer des émotions consécutives aux sensations ressenties pendant l’utilisation des écrans.
Bien-être et apaisement sont des indicateurs de l’atteinte des objectifs.

Depuis 2019, chaque semaine, 50 bénéficiaires sont inscrits à l’Accueil de jour auxquels s’ajoutent plus de 35 participants aux ateliers de Prévention. Au retour des activités, les familles des bénéficiaires observent avec satisfaction une régression de l’apathie. Les émotions libèrent la parole. Le partage des ressentis favorise le lien social. À de rares exceptions, les personnes se sentent calmes et détendues après avoir vécu des situations immersives en Réalité Virtuelle ou devant les séquences vidéo qu’ils ont choisies.
Au terme de quatre années d’expérimentation les objectifs initiaux du concept sont confirmés.

Innovation, originalité et exemplarité

Le Pôle TES Normandie, référence en matière d’innovation numérique en e-santé, a labellisé ce concept innovant
Citation au « Rural Inspiration Awards » comme réalisation inspirante en Europe
Parution dans le recueil national « FEADER 101 Regards sur une programmation »
Reportages sur le 13 h des différentes chaines d’information télévisées nationales.

L’usage des technologies digitales veut déconstruire les idées reçues vis-à-vis des seniors et lutte ainsi contre l’âgisme : tablettes tactiles, mobilier, vélos et tapis connectés conviviaux et ergonomiques sont couramment utilisés.
Notre public, souvent en perte de mobilité, bénéficie d’un panel d’offre de divertissements en réalité virtuelle pour se détendre et voyager autrement : une centaine d’expériences sensorimotrices et cognitives pour interagir, découvrir ou redécouvrir des lieux et sites remarquables : patrimoine national ou régional – balades nature – saut en parachute – chiens de traineaux - balade à Cracovie etc…

Dans la maison domotisée et connectée, des « EXERGAME » sont à disposition : ateliers individuels ou collectifs, supports vidéo et digitaux pour s’amuser dans un esprit ludique au profit de la santé. Un outil interactif : le “Serious Game” de formation des aidants favorise l’apprentissage. Le Gyrolift, fauteuil robotisé semi-verticalisateur, permet de converser « les yeux dans les yeux » avec un interlocuteur.
Nous proposons des séances de Relayage et de Répit à domicile. Les mallettes de réalité virtuelle sont très appréciées.
Des Conventions de partenariat et d’expérimentation sont signées avec des entreprises et startups du numérique ou de la filière du domicile. À l’interface entre la recherche et le développement, la maison des aidants UNA Bocage Ornais participe à l’écosystème d’innovation technologique de la filière et s’inscrit dans un projet collaboratif « de l’idée à l’usager ». Nous évaluons les matériels et incitons les fournisseurs à améliorer l’ergonomie et l’accessibilité des solutions numériques.
À cet effet un Living Lab - Club utilisateurs d’une quinzaine de participants - a été créé sur Flers en 2023 avec le Gérontopôle Normandie et AG2R la Mondiale

Depuis quelques mois, un projet « art numérique » est en cours d’expérimentation avec l’association STELAAR d’Alençon pour faire défiler sur grand écran tactile des photos panoramiques de lieux connus du département, pixellisées jusqu’à l’abstraction, et faire naître des émotions à partir d’images oniriques.

Impacts et retombées

En renforçant l’attractivité des territoires ruraux ce nouveau service innovant contribue à l’adaptation sociétale au vieillissement et à la perte d’autonomie.
Des activités sont proposées à la personne aidée pendant que l’aidant prend un peu de répit. Nous poursuivons notre objectif de faciliter le quotidien, d’éviter la solitude, la fatigue, voire la détresse des aidants. Des formations aux bons gestes sont dispensées par nos équipes dans le cadre de la prévention des risques des proches aidants.

Ce centre de ressources est un lieu d’échanges qui permet la rencontre de professionnels de santé (neuropsychologue – ergothérapeute – infirmière) ou plus simplement l’échange entre proches aidants dans ce que l’on appelle la pair-aidance. Ainsi, la maison des aidants accueille des binômes aidants-aidés pendant plusieurs journées, sur un week-end ou sur des séquences plus courtes.

Des ateliers art-thérapie d’une dizaine de participants permettent de traduire par des mots ou au travers d’œuvres picturales les sentiments et les émotions des proches aidants. Un recueil émouvant « Voyage en terre inconnue… Quand on n’a que l’amour… » a été édité en 800 exemplaires. Les différents lecteurs prennent conscience de la difficulté de vivre cette situation si particulière. La maquette d’un second recueil « Entre ciel et terre » est actuellement chez l’imprimeur.

En 2022, 241 ateliers de Prévention ont été réalisés : activités physiques adaptées, mémoire, nutrition, bien-être, numérique pour 1369 participants.

Ce concept expérimental innovant interpelle et nous sommes souvent sollicités pour le présenter :

- Conseil Economique et Social Normandie - Collectivités locales – Conseils départementaux – CCAS – Associations et Fédérations du domicile.
- Les dernières présentations : Mortagne au Perche - Pont-Audemer et Conches en Ouche
- Le réseau UNA France communique largement sur cette innovation.

Au sein de la maison des aidants création de 10 emplois :

- Neuropsychologue
- Ergothérapeute
- Infirmière
- 2 Assistants de soins en gérontologie
- Accompagnant éducatif et social
- 4 Animatrices de Prévention

Des intervenants extérieurs viennent ponctuellement compléter l’équipe :

- Art-thérapeute
- Sophrologue
- Coach Activités Physiques Adaptées
- Musiciens - Chanteur
- ...

Avenir du projet

Suite à un appel à projet de l’ARS Normandie, l’attribution en 2017 d’une « Plateforme de Répit » assure le financement des actions de répit pour 15 ans sur le territoire du Bocage Ornais.

Dès 2019 de nombreuses parutions dans la Presse : Le Quotidien du Médecin – FEADER 100 – Regards sur une programmation – France 2 – France INFO – FR 3 Normandie – France Bleu – Tendance Ouest – RCF - La Croix – Ouest-France – l’Orne Combattante - ont souligné le caractère particulièrement innovant du projet.

Depuis la fin de la pandémie les demandes de visite et de présentation se succèdent, les dernières proviennent de St Malo et de Martigues !
Deux fois par an, les opérations « Portes ouvertes » donnent l’occasion de promouvoir de nouveaux services et de vulgariser l’utilisation des écrans tactiles auprès des seniors. Un Pôle Prévention des chutes des seniors dans la salle d’Activités Physiques Adaptées constituera l’innovation de 2024.

En savoir plus sur les Etoiles de l'Europe en Normandie :

Numérique