

**60+**  
Votre supplément  
dédié aux seniors

Grand  
**Anancy**  
AGGLOMÉRATION

DES DISPOSITIFS POUR  
SOUTENIR LES AIDANTS P. 3



**Avril 2019 N° 7**

À L'ACTU P. 2

- Concert dans la maisonnée de la Résidence Heureuse
- Le CIAS évalue sa Charte d'éthique et de bientraitance
- Un séminaire pour découvrir les nouvelles technologies

RENCONTRE AVEC... P. 4

Manon Clerc, aide-soignante à l'Ehpad Les Vergers



**S'ACCORDER  
DES PAUSES DANS  
L'ACCOMPAGNEMENT  
D'UN PROCHE MALADE**

## La mélodie du bonheur a résonné à la Résidence Heureuse



La mémoire peut faire défaut, les émotions non. Ce jour-là, dans l'unité spécialisée Alzheimer de l'Ehpad la Résidence Heureuse, la joie et l'amour ont battu à l'unisson dans le cœur des résidents. Camille, intervenante en musicothérapie, a donné le « la », pour un moment de partage sans fausse note. « C'est une maison bleue », « La vie en rose » ou encore « La Bohème », rien n'a manqué au répertoire de ce tour de chants. Avec sa voix douce, sa guitare et sa trompette, Camille a chanté des classiques du monde entier qui ont fait fredonner, taper des mains, danser l'assistance... et même pleurer le plus mélomane des résidents. De l'émotion à l'état brut qui rassemble, stimule et fait du bien. Une pause en chansons dont les vertus thérapeutiques sont indéniables si l'on en croit les étoiles rallumées dans les regards, cet après-midi.

## Le CIAS explore les possibilités offertes par le numérique

Comme la transition ne peut pas se faire en un seul clic, le CIAS, s'engage dans une démarche à long terme pour mener à bien son projet numérique. À l'automne dernier, il organisait son premier séminaire rassemblant plus d'une centaine d'agents. Accompagnée par le cabinet PIM et le TASDA\*, cette rencontre réunissait le personnel du CIAS et des entreprises, startups et associations (toutes basées sur le territoire rhônalpin) venues tenir un stand ce jour-là et présenter leurs innovations.

Une sensibilisation collective sur ces nouvelles technologies avec comme point de départ un constat : le nombre de per-

sonnes âgées ne cesse d'augmenter et les moyens humains et financiers se raréfient. Numériser les pratiques et les outils permettra aux agents de se concentrer davantage sur les relations humaines et d'aller vers un accompagnement plus individualisé de la personne âgée, qu'elle soit à domicile ou en établissement. La démarche vise également à simplifier la tâche des professionnels et à améliorer leurs conditions de travail. Un séminaire pour découvrir ces nouveaux outils et « explorer ensemble les usages que nous pourrions en faire », comme le souligne Isabelle Croset, DGA et Directrice du CIAS.

\* Technopôle Alpes, Santé à domicile et Autonomie



### à noter

Des outils numériques sont déjà en place au CIAS comme des badges de contrôle d'accès dans les unités Alzheimer, un système de télégestion pour les aides à domicile, un chariot de remise en température des repas en Ehpad, la préparation robotisée des médicaments, etc.



En 2008, le CIAS a élaboré sa « **Charte d'éthique et de bientraitance** » autour de valeurs essentielles : le respect, la justice et l'équité, la responsabilité et l'engagement professionnel, la bienveillance, le tact et la sollicitude. Une charte pour créer une culture commune à tous les professionnels œuvrant auprès des personnes âgées, qui vise également à maintenir et à diffuser les bonnes pratiques relatives à ce secteur. Dix ans après, la Direction du CIAS a souhaité évaluer cette charte, à travers un questionnaire distribué à l'ensemble du personnel concerné (70 % de répondants). Cette enquête a permis de mesurer le niveau d'implication des agents dans l'éthique de leur métier mais également de recueillir leur point de vue et leurs suggestions. Les contributions ont été analysées et ont permis de définir un plan d'actions répondant à la volonté constante du CIAS : toujours plus de qualité dans ses services.

### à noter

**97 %** des agents estiment apporter du bien-être aux personnes âgées mais 64 % souhaiteraient pouvoir faire encore plus.

**89 %** des agents sont

tout à fait ou plutôt fiers de travailler pour le CIAS.



# DES TEMPS DE RÉPIT POUR LES PROCHES AIDANTS

Il n'est pas toujours facile de dégager du temps pour soi lorsqu'on accompagne au quotidien un proche en perte d'autonomie. Pourtant, se réserver des moments de pause est essentiel pour souffler, se ressourcer. **La loi du 28 décembre 2015**, relative à l'adaptation de la société au vieillissement, instaure **un droit au répit pour les aidants**. Accueil de jour, hébergement temporaire, plateforme de répit : les élus du Grand Anancy ont donné carte blanche au CIAS pour mettre en place toutes les solutions visant le mieux-être de l'aidant.



## L'accueil de jour

Aller chez le médecin, prendre un café chez des amis... pas toujours évident quand on accompagne une personne atteinte d'une maladie neurodégénérative\*. **L'accueil de jour** peut être une solution. Encadré par une équipe soignante pluridisciplinaire, il permet de **stimuler les fonctions cognitives de la personne âgée** grâce aux activités adaptées. Des temps hors du domicile précieux qui permettent de maintenir du lien social tant pour la personne aidée que pour son proche aidant.

**Les deux accueils de jour du CIAS : L'Escale et l'Entracte.**

**+ d'infos 04 50 05 64 60**

\* Alzheimer, Sclérose en plaques, Parkinson

## L'hébergement temporaire

Pouvoir partir quelques jours est nécessaire pour l'aidant. **L'hébergement temporaire** au sein de l'Ehpad

La Prairie (Anancy) offre une **solution pour une courte durée**, aux personnes âgées qui vivent à domicile, **dans un cadre sécurisé avec une équipe spécialement dédiée**. Autre possibilité : le relais à domicile (cf article ci-dessous).

**+ d'infos sur l'hébergement temporaire au 04 50 51 03 65**

## La Parenthèse d'Aloïs

Créée en 2013, la plateforme de répit La Parenthèse d'Aloïs propose différents services pour une même **mission** : informer, écouter, conseiller et soutenir les aidants. **L'objectif** : prévenir les risques d'épuisement et diminuer leur stress. Chacun peut choisir la solution la mieux adaptée à ses besoins :

- le **temps de parole individuel** avec une psychologue spécialisée,
- la **pause-café** animée par une psychologue pour partager son expérience et renforcer les liens entre familles confrontées à la même situation.



**L'offre de service du CIAS permet de trouver la solution la plus adéquate à chaque situation, pour optimiser le maintien à domicile de la personne âgée, tout en allégeant le quotidien de l'aidant. En plus de tous les dispositifs évoqués, les familles peuvent également faire appel aux services d'aide à domicile et à l'ergothérapeute du Centre du Bien Vieillir pour aménager un appartement.**



Ces pauses-café sont actuellement organisées sur Anancy, Fillière et Saint-Jorioz (3<sup>e</sup> vendredi) une fois par mois.

- les **activités partagées** avec le proche malade le 4<sup>e</sup> mardi du mois sur inscription. Le groupe est force de propositions et détermine le contenu de ces séances,
- le **relais à domicile** : accompagnement individualisé au domicile de la personne, de 4 h à 7 jours consécutifs. Un service très apprécié et de plus en plus demandé.

**+ d'infos 04 50 63 48 32**



**Mémo**  
des n° utiles

**Centre du Bien Vieillir  
du CIAS - La Parenthèse  
d'Aloïs : 04 50 63 48 32**

**Bulle d'Air : 04 79 62 87 38**

**France Alzheimer Haute-  
Savoie : 04 50 51 49 14**

**France Parkinson Haute-  
Savoie : 07 86 43 87 33**

**Filière gérontologique 74 :**  
04 50 33 36 10

**MAIA\* du bassin annécien :**  
04 50 33 20 70

**Équipe spécialisée Alzheimer :**  
ADMR (04 50 66 51 13) et  
**Mutualité Française des Savoie**  
(04 50 09 54 85 / 04 50 09 53 55)

\* Méthode d'Action et d'Intégration des services d'aide et de soins dans le champ de l'Autonomie



## MANON CLERC, *aide-soignante à l'Ehpad Les Vergers*

**Bercée par le milieu de la restauration depuis sa tendre enfance, sa route était toute tracée. Mais Manon va finalement opter pour un BEP « service aux personnes » en alternance. Un stage dans le monde hospitalier lui ouvrira le chemin, celui dans une maison de retraite la confortera sur cette voie, avec une certitude : « je suis faite pour ça » !**



*C'est un métier qui m'a fait changer, qui m'épanouit et me comble !*

### **Quel a été votre leitmotiv pour passer le concours d'aide-soignante ?**

**Manon Clerc :** quand je me suis dit « là je vais pouvoir être utile ! ». Apprendre pour connaître chaque pathologie et accompagner au mieux les personnes âgées dans toutes les tâches de leur vie quotidienne quand ils n'ont plus, ou peu, la capacité à le faire, cela a vraiment du sens pour moi.

### **C'est quoi une journée type d'une aide-soignante de jour en Ehpad ?**

**M.C. :** Il y a un fil conducteur sur toute la journée des résidents. À 7h, on fait la relève de l'équipe de nuit. Puis on procède au lever, à la toilette et on conduit les personnes au petit déjeuner avant de s'occuper des chambres. Après le déjeuner, temps de transmission avec l'équipe de l'après-midi. On prépare les résidents

pour la sieste, puis on les emmène à l'animation du jour s'ils le souhaitent. Le soir nous les aidons au moment du repas, avant de procéder au coucher, souvent source d'angoisse. La journée se termine avec les transmissions des informations à l'équipe de nuit.

### **Qu'est-ce qu'il faut pour faire ce métier ?**

**M.C. :** être à l'écoute, être patiente, douce, calme et garder le sourire ! Quand on n'est pas bien, les résidents le ressentent tout de suite. Et comme je dis toujours « les problèmes c'est comme la veste, on la pose le matin en arrivant et on la reprend le soir en partant ! »

### **Du haut de vos 25 ans, qu'est-ce qui vous plaît tant dans ce métier ?**

**M.C. :** discuter avec les résidents même si on n'a pas toujours le temps. Ils aiment parler de leur vie d'avant, cela leur permet de « s'évader » un moment et souvent de se sentir mieux le reste de la journée. Même quand la parole n'est plus là, les regards et les gestes sont parfois plus intenses que les mots. Travailler à leur côté renforce ma conviction qu'il faut prendre tout ce qu'il y a à prendre au jour le jour, pour ne pas avoir de regret quand on sera âgé. La relation avec les familles aussi est gratifiante. Leur exigence est forte mais les proches sont vraiment reconnaissants.

### **Les métiers du bien-vieillir souffrent d'un manque de personnel. Que diriez-vous pour attirer les jeunes de votre génération ?**

**M.C. :** c'est un métier qu'il faut faire avec cœur, avec passion et venir avec envie et non pas parce qu'on a besoin de travailler. Moi je donne mes tripes ! Ce n'est pas toujours facile, mais nos aînés sont tellement riches de leurs expériences, de leur culture, qu'ils nous apportent autant qu'on leur donne.



### **CIAS Services aux personnes âgées**

46 avenue des Îles, Anancy  
Ouvert au public du lundi au vendredi  
8h30-12h/13h30-17h30  
04 50 63 48 00  
cias@grandanancy.fr – www.grandanancy.fr



Retrouvez toutes les infos sur les services aux personnes âgées sur l'ensemble du territoire du Grand Anancy dans le guide disponible à l'accueil du CIAS ou téléchargeable sur [www.grandanancy.fr](http://www.grandanancy.fr).