

RAPPORT ANNUEL 2022



**PETITS FRÈRES
DES PAUVRES**
ASSOCIATION DE GESTION
DES ÉTABLISSEMENTS





ÉDITO

| 3



CHIFFRES CLÉS

| 4



NOTRE ORGANISATION

| 5

PFP-AGE AU SEIN DE L'ENSEMBLE
PETITS FRÈRES DES PAUVRES

| 6

3 PÔLES

| 7

LA CARTE DES MAISONS

| 8



PRENDRE SOIN

| 9

PÔLE VACANCES

| 10

PÔLE INCLUSION SOCIALE

| 15

PÔLE AUTONOMIE

| 24

PARIS EN COMPAGNIE

| 28

FORMATION

| 29

Réalisation et fabrication : Direction de PFP-AGE (François-Xavier Turbet Delof)
en collaboration avec la direction de la communication (Florence de Castries et Élodie Metthez)

Rédaction du rapport : les membres du siège et les équipes d'action des maisons

Maquette : Terre Nourricière

Carte des maisons : Olivier Chagny (page 8)

Photo de couverture : Aurélien Marquot

Imprimeur : Imprimerie Solidaire - Imprimé sur papier issu de forêts gérées durablement.

ÉDITO

Un rapport annuel a de multiples fonctions (rendre compte, féliciter, remercier, inciter...) entre lesquelles il n'y a pas à choisir car elles sont complémentaires.

Notre thème pour l'année 2022 est « Prendre soin ».

Le concept – traduit de l'anglais *Care* – qui s'appliquait initialement aux soins infirmiers a deux sens : celui de l'attitude dans la relation de soin et celui de l'action de soin elle-même. Il est maintenant employé de façon assez large pour couvrir un mode de rapport à « l'autre », de comportement et d'intervention qui fait que l'on parle d'une « éthique du care » que l'on peut décliner également avec d'autres mots comme « bienveillance » ou le moderne « humanité ».

Il est assez général pour couvrir, on va le voir, une grande variété d'activités développées dans différentes maisons de notre Association : à Wissant (62), par exemple, un séjour de vacances – de sororité – en plein hiver, à Vertou (44) ou à Achy (60) des séjours où tout se conjugue (la coiffure, la danse, la cuisine...) etc. Ce concept de « prendre soin » pourrait d'ailleurs servir de fil rouge entre toutes nos maisons car elles sont, comme l'écrit l'une des responsables, « des lieux de convivialité, de culture, d'optimisme ». C'est-à-dire des lieux de vie.

Lorsqu'on lit les textes de ce rapport et que l'on regarde les photos qui les illustrent on trouve le respect de la dignité de chaque personne, l'affirmation du droit au bonheur.

J'y vois la permanence de nos valeurs appliquées aujourd'hui aux besoins et aux désirs de celles et de ceux qui sont accueillis dans les établissements de l'association.

Il faut donc en remercier tous les acteurs bénévoles et professionnels :

- Les bénévoles en raison de ce qu'ils apportent à l'animation de nos maisons et à notre gouvernance,
- Les professionnels grâce à la permanence de leur rôle.

Parlant des professionnels, je pense à tous, à commencer par ceux qui accomplissent des tâches administratives, comptables, techniques... et n'ont pas la chance d'être en contact constant avec les personnes que nous accueillons.

Avec ses 28 « petites unités » et son siège, avec ses bénévoles et ses professionnels, l'association de Gestion des Établissements constitue un ensemble synergique dont nous pouvons être fiers.

Mais il aurait d'abord fallu remercier nos bienfaiteurs, nos financeurs et nos mécènes sans qui tout ce que nous faisons ne pourrait pas l'être.

Nous recevons des aides d'un nombre de plus en plus grand d'entreprises. Ces apports financiers et matériels ne sont pas seulement importants en tant que tels mais parce qu'ils témoignent de la reconnaissance de notre action et surtout de la place et de l'importance des plus âgés et des plus faibles dans notre société.

Si, étant déjà à la moitié de l'année 2023, nous pouvons – sans anticiper sur l'avenir – dire que notre prochain exercice sera riche d'actions et d'innovations, nous savons bien que ce n'est jamais assez.

Ce rapport 2022 doit donc nous inciter au dynamisme et à la créativité.

Michel Christolhomme
Président



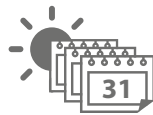
LES CHIFFRES CLÉS



28
MAISONS



746
PERSONNES
HÉBERGÉES-
LOGÉES



2 096
PERSONNES ÂGÉES
EN SÉJOUR
DE VACANCES



2 411
PERSONNES ÂGÉES
EN VACANCES
À LA JOURNÉE



233
SALARIÉS



305
BÉNÉVOLES

34 971 HEURES DE BÉNÉVOLAT



NOTRE ORGANISATION

NOTRE ORGANISATION

L'ASSOCIATION DE GESTION DES ÉTABLISSEMENTS DES PETITS FRÈRES DES PAUVRES (PFP-AGE)

Missions et organisation

L'Association de Gestion des Établissements des Petits Frères des Pauvres, PFP-AGE, créée en 2001, a pour objet de gérer toute structure, établissement ou service offrant à des personnes âgées de plus de 50 ans des solutions innovantes d'accueil, de séjour et de logement à titre provisoire ou définitif. PFP-AGE bénéficie d'une solide expérience et de multiples compétences en matière de gestion de structures de ce type et propose des solutions diversifiées pour répondre au mieux et de façon personnalisée aux

situations et aux attentes des personnes de plus de 50 ans.

28 maisons des Petits Frères des Pauvres sont gérées par PFP-AGE au 31/12/2022.

La gouvernance

La plupart des établissements dispose d'un conseil de maison* constitué de bénévoles qui agissent en étroite collaboration avec le salarié responsable/directeur et son équipe.

Michel Christolhomme

Président de PFP-AGE

Rémy Decamps

Directeur de PFP-AGE

L'ASSOCIATION PETITS FRÈRES DES PAUVRES

Missions et organisation

Association reconnue d'utilité publique créée en 1946, elle définit la politique de l'Ensemble et coordonne l'action des différentes entités. Son réseau est composé d'un siège social, de 12 Fraternités régionales et de leurs équipes, entités autonomes tournées vers l'action. S'appuyant sur des équipes de salariés qui soutiennent et coordonnent l'action quotidienne des bénévoles auprès des personnes accompagnées. L'Association impulse une dynamique collective et assure la prise en compte de la transversalité des questions intéressant l'Ensemble Petits Frères des Pauvres.

Alain Villez

Président de l'Association

Yann Lasnier

Délégué Général

LA FONDATION PETITS FRÈRES DES PAUVRES

La Fondation des Petits Frères des Pauvres a été créée par l'Association Petits Frères des Pauvres en 1977. Sa mission consistait dès l'origine à acquérir, construire, rénover et entretenir des logements adaptés à la situation des personnes âgées ou en situation de précarité, signalées et accompagnées par l'Association. En 2003, la Fondation est devenue Fondation des Petits Frères des Pauvres, avec un statut de fondation abritante et sa mission a été élargie pour intensifier et diversifier les moyens de soutien aux personnes âgées et en situation de précarité.

Gaël Brenaut

Président de la Fondation

Gauthier Faivre

Directeur de la Fondation

LES MEMBRES DU CONSEIL D'ADMINISTRATION

Michel CHRISTOLHOMME (Président)
Sébastien JAN (Vice-président)
Anne GENEAU (Vice-présidente)
Martine ROTH (Trésorière)
Didier AUZOLLE (Secrétaire)

Corinne COURTOIS
Edgar VULPE
Alain VILLEZ
Didier DUPLAN

PRÉSENTATION DE PFP-AGE

PÔLE INCLUSION SOCIALE

- 1 maison d'hébergement transitoire
- 8 pensions de famille
- 1 Centre d'Hébergement et de Réinsertion Sociale
- 1 café alternatif, le T.Kawa

© L. Trujillo



PÔLE AUTONOMIE

- 7 maisons d'hébergement temporaire
- 1 résidence autonomie
- 4 petites unités de vie
- 1 maison composée de 11 logements regroupés
- Dispositif Paris en Compagnie, élaboré dans le cadre d'un GCSMS (Groupement de Coopération Sociale et Médico-Sociale)

© J. Courtinat



CENTRE DE RENCONTRE DES GÉNÉRATIONS

- EHPAD
- Hébergement temporaire
- Hôtellerie associative

© PFP



PÔLE VACANCES

- 13 maisons

© R. Trecco



LA CARTE DES MAISONS

Autonomie



Inclusion sociale



Vacances



- Habitat inclusif
- Hébergement temporaire
- Résidence autonomie
- Petite unité de vie
- EHPAD

- Hébergement transitoire
- Pension de famille





PRENDRE SOIN

Prendre soin de soi. Cela paraît si simple, comme une évidence. Et pourtant lorsqu'on a oublié ce que cela voulait dire, c'est un long chemin pour se l'autoriser. Dans nos maisons, dans nos lieux d'accueils, nous tentons de rendre cela possible.

Pôle Vacances | **10**

Pôle Inclusion Sociale | **15**

Pôle Autonomie | **24**

Paris en Compagnie | **28**

Formation | **29**



© R. Trecco

VACANCES

Le temps des vacances c'est se permettre un « break », de s'affranchir des contraintes du quotidien. C'est déjà une manière de prendre soin de soi pour repartir plus fort. Nos équipes s'efforcent à ce que ces moments « hors du temps » soient l'occasion de vivre des instants intenses.

SÉJOUR SPÉCIAL FEMMES

Du 5 au 9 décembre 2022, une dizaine de femmes accompagnées de bénévoles se sont retrouvées à la maison de Vacances Maris Stella à Wissant (62).

Ce séjour spécial femmes, la Maison l'a imaginé comme un cocon tout doux au milieu de l'hiver où des femmes se sont retrouvées autour d'un feu de cheminée pour prendre soin d'elles. La bienveillance et la sororité ont été, durant ces cinq jours, leurs maîtres-mots.

Grâce au soutien de NIVEA, un très joli programme les attendait avec des activités spécifiquement sélectionnées afin de les inviter à aller à la rencontre d'elles-mêmes, à lâcher prise et à se (re)connecter à leur féminité.

Afin de prendre soin de leur corps, de leur cœur et de leur esprit, elles ont pu expérimenter de nouvelles activités comme la sophro-danse, le yoga du rire ou bien encore la relaxation aux bols tibétains. Des massages, une activité créative autour des fleurs séchées et des cercles de paroles ont également été proposés. Enfin, sous l'objectif d'une photographe professionnelle, ces dernières ont su dévoiler leur vulnérabilité et gagner en estime d'elles-mêmes. Un nouveau séjour est prévu en février 2023. Une exposition photo itinérante dont l'objectif est de changer le regard sur les femmes âgées est en projet sur 2023-2024.



© R. Trecco

ÉTÉ AUTREMENT 2022

L'été autrement est un projet interéquipes du Var, il a été créé pendant la crise Covid, à la levée des restrictions, pour permettre aux personnes âgées de retrouver du lien social et de participer à des activités pour celles qui ne pouvaient pas partir en vacances.

Des journées et soirées à thème sont organisées au sein de la Salle MarVivo de la Villa des Fleurs (83).

Le « **prendre soin** » à travers différents ateliers :

- Danse thérapie « temps d'éveil corporel et de relaxation à travers la mise en mouvement de son corps »
- Coiffure, sophrologie et ostéopathie
- Repas et animation pour stimuler l'ouïe, l'odorat, la vue, le goût et éveiller la curiosité
- Déjeuner spectacle, danse French Cancan
- Atelier artistique : les bienfaits de l'art thérapie



LE COFFRET D'ACCUEIL DU « PRISME DU BIEN-ÊTRE » À CABOURG

Lors des séjours de vacances dans la maison du Grand Balcon à Cabourg, l'équipe de bénévoles et de salariés, propose des coffrets d'accueil pour les personnes accompagnées dont un qui est intitulé le « prisme du bien-être ».



Grâce à un atelier « Tricotage-Papotage », animé tous les jeudis matin pendant deux heures par Adrienne, Christiane, Christine, Myriam, Vincent, Yvonne, bénévoles de la maison, les participants (re)découvrent les arts manuels du tricot, ou du crochet. Cet atelier est aussi un moment de partage, d'échanges de savoir-faire et de convivialité qui permet à chacun des acteurs de ressentir un bien-être :

- Émotionnel : souvenirs de partage avec sa maman, sa sœur, sa maîtresse d'école... un retour de mémoire, souriant, heureux, toujours là comme un rayon de soleil.
- Physique-mental : se rendre compte que des choses simples, manipuler des aiguilles ou un crochet n'est pas un obstacle pour les mains, les poignets comme on pouvait le penser. Quelle joie et cela se voit par l'ouvrage !
- Social : ouvrir sa porte à de nouvelles rencontres et parfois à de nouvelles amitiés, sentiment agréable.

D'autres coffrets sont à leur disposition :

- Culturel : histoire de Cabourg (Christine)
- Environnemental : un bain de lumière sur la digue (Christiane, Myriam)
- Musical : la chansonnette d'hier et d'aujourd'hui (Michel), petits concerts privés au piano (Louise)
- Soin de soi : coiffeuse (Sandrine)

FAIRE DU VÉLO AU CHÂTEAU D'ACHY

En 2022, grâce à la Fondation Lila Lanier, un drôle de vélo électrique a fait son entrée au Château d'Achy (60). Ce tricycle adapté aux personnes à mobilité réduite, muni d'une plateforme et d'un treuil, a été accueilli en grande pompe lors de son inauguration le 2 septembre dernier.

À la disposition des groupes en séjours de vacances ou en accueil à la journée, 116 personnes ont déjà pu l'utiliser. Même durant les mois d'hiver, malgré un climat peu engageant, la curiosité fut la plus forte !

Grâce à ce vélo, des personnes à mobilité réduite ou en situation de perte d'autonomie ont pu retrouver le plaisir d'une balade à vélo, en sécurité, dans le parc autour du château et dans le chemin forestier, et ainsi retrouver une sensation oubliée. À plusieurs reprises, l'équipe du château a organisé un escape-game, jeu de piste avec une énigme à résoudre en plusieurs étapes-indices, et mettant en scène le vélo. Ce jeu, très amusant a eu beaucoup de succès, permettant à chacun de faire un tour de découverte du vélo.

Le vélo apporte un intérêt supplémentaire au château, il est attractif, il suscite la curiosité et l'intérêt. L'aspect ludique et insolite est indéniable. Il est également un outil d'ouverture de l'établissement sur l'extérieur et la sensibilisation du grand public à l'isolement social des personnes âgées. Au mois de juin 2023 à l'occasion de la kermesse des écoles, l'équipe du château organisera des olympiades comprenant plusieurs activités dont l'utilisation du vélo, mêlant personnes âgées, bénévoles, enfants et parents.

Nous remercions chaleureusement la fondation Lila Lanier pour sa participation financière conséquente



et les donateurs de la cagnotte en ligne, et transmettons également les remerciements des personnes accompagnées.

TÉMOIGNAGES

« Whoua ! Si on m'avait dit que je viendrais manger dans ce beau château et que je ferais un tour à vélo alors que je ne marche presque plus, je ne l'aurais jamais cru ! C'est complètement fou ! »

*Henriette, personne accompagnée
par l'équipe de Cergy*

« Nos maisons de Vacances sont un lieu de convivialité et de culture de l'optimisme. Elles permettent de tisser un lien social grâce aux rencontres et aux activités proposées ; la balade à vélo adapté est une expérience particulièrement insolite, générant des sensations fortes et laissant un souvenir mémorable à quiconque l'utilise. Et c'est justement ce qui m'a plu dans ce projet : l'intérêt de ce type de vélo réside dans son utilisation universelle : tout le monde peut en bénéficier, peu importe les difficultés liées à son état de santé. C'est aussi ça, prendre soin ».

Marie Line, Responsable du Château d'Achy

ATELIER BIEN-ÊTRE

Dans les maisons de vacances AGE, grâce au financement de Nivea, nous avons pu mettre en place des actions pour prendre soins de nos vacanciers.

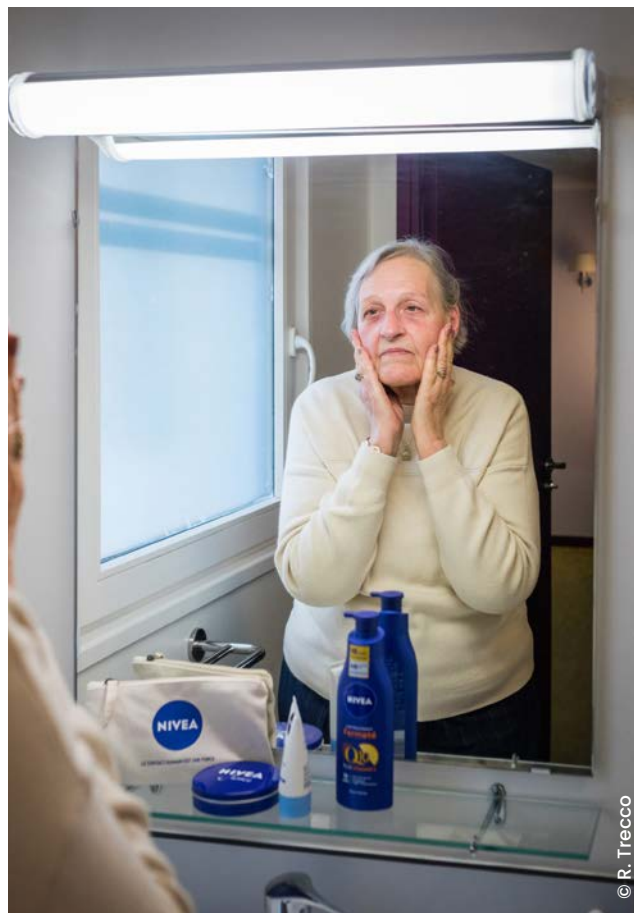
Au Prieuré Saint-Pierre à Vertou (44), nous avons fait le choix de séances de socio esthétique en collectif.

En effet, l'intervenante (Florence Hervouet « Art de soi ») est venue animer des séances autour de plusieurs thématiques :

- Soins des mains
- Soins du visage
- Soins des pieds
- Automassage
- Confection de ses produits de beauté

Chaque groupe a pu bénéficier d'une séance collective d'une durée de deux heures au cours de son séjour dans la maison de Vertou. Pour le groupe de personnes plus dépendantes, le choix a été fait de proposer à chacun un temps individuel car certaines personnes n'étaient pas en mesure de suivre un atelier collectif.

Souvent réticents au départ, tous les participants sont ressortis contents et apaisés de ces ateliers. Les bénévoles comme les personnes accompagnées ont pu exprimer des moments de partages très agréables.



FOCUS

LA SOCIO-ESTHÉTIQUE, POUR QUI ? POUR QUOI ?

La socio-esthétique possède des vertus répondant aux besoins des personnes les plus fragiles notamment celles souffrant de l'isolement, de pathologies, de troubles d'ordre psychique ou encore de perte d'autonomie. Cette pratique aide les bénéficiaires à mieux accepter leur corps et joue un rôle important en faveur de leur rétablissement.

Les maisons de vacances sont un cadre propice à l'organisation de temps de bien-être pour nos personnes accompagnées. Grâce au soutien de Nivea, nous avons pu leur proposer des séances de socio-esthétique/massage, venant ainsi agréments leur séjour de vacances.

Afin d'en faire bénéficier un plus grand nombre, les prestations ont également pu être organisées au sein des lieux de vie des personnes accompagnées (pensions de famille, Centre d'Hébergement et de Réinsertion Sociale, Petites Unités de Vie pérennes et temporaires, habitats alternatifs). Elles ont, dans la mesure du possible, pu être ouvertes à d'autres personnes âgées vivant à proximité de ces lieux.

Les socio-esthéticiennes ont, tout au long de la séance, été à l'écoute des personnes. Ce moment privilégié a pu être l'occasion pour la personne de libérer sa parole et ainsi d'évoquer son histoire de vie, ses aspirations, ses angoisses.



TÉMOIGNAGES

Pour une personne résidente au sein d'un EHPAD à proximité des Demeures du Parc (habitat inclusif à Nantes), émue au moment d'évoquer son ressenti, ces prestations ont été l'occasion « de retrouver du monde, d'avoir une présence, de pouvoir échanger, d'être touchée et de prendre soin de soi ».

Pour Martine, Marie-Thérèse, Marie-France, Françoise, résidentes des Demeures du Parc, « J'aime prendre soin de moi, et ces moments le permettent, ils me font du bien. Je me sens plus belle. Après le passage de Noémie, avec ses massages des mains et du visage je me sens détendue. C'est important sa venue tous les mois, le temps du massage et des épilations ont prend soin de nous, ça fait du bien, ça me plait beaucoup, je souhaite que cela continue ».

Pour Maria, résidente de Vincent Compoint (pension de famille à Paris), « Avec Corinne (socio-esthéticienne), j'aime beaucoup les massages des pieds. Elle a pu aussi masser mon dos, mon bassin. Ça m'a fait vraiment du bien. Surtout ce n'est pas évident de trouver quelqu'un qui veut bien masser les pieds ! Quand on masse les pieds, on relâche tout le corps. Ça m'a donné beaucoup de bien-être. En plus, elle est très gentille. Je m'endors quand je suis relaxée, mais elle me parle pendant tout le massage. Même endormie, je l'entends. Elle parle de choses positives. Elle me fait me sentir bien avec ses paroles. Je ne sais pas comment expliquer mais ça fait du bien ses mots si doux et si rassurants. C'est vraiment un moment privilégié pour moi ! ».

Pour Nathalie, résidente de La Chine (pension de famille à Paris), « Chantal est une femme aux mille sourires, joyeuse, pleine d'humour, et de générosité. Ses soins sont une source de bien-être, qui me font renaitre dans mon intégrité de femme. Un luxe que je ne pourrais pas financer de moi-même... ».

Valérie, résidente de la maison relais Malbuisson (pension de famille de Bormes-les-Mimosas), nous explique son expérience : « La première chose, c'est la reprise de confiance en soi. Le contact physique qui est gênant au départ devient un vrai plaisir. Cette action fait du bien au moral et au physique. S'allonger devant une personne et se laisser faire est difficile au départ. Se laisser manipuler sans préjugé, sans rien, c'est énorme. C'est un moment convivial d'échange qui permet de se relaxer complètement. Le moment privilégié pour soi c'est très important, ça change du quotidien. Quand je sors de là je suis complètement détendue. Au-delà du bien être physique, ces moments apportent un bien-être intérieur, rien que d'y penser ça me détend. Ça permet de laisser ses bagages pendant un moment, d'être libre, ça ouvre d'autres portes ».

Stéphane, résident à la pension de famille Malbuisson de Bormes-les-Mimosas nous dira « Sandie est très gentille, ses soins me reposent le visage. Je n'aurais pas eu l'idée d'aller vers des soins esthétiques mais je ne le regrette pas, au contraire, c'est agréable ».

Mireille, de la maison relais Malbuisson à Bormes-les-Mimosas, « Ce sont des moments très agréables et très sympas. Nous avons eu la chance de pouvoir profiter de ces ateliers. Cela démocratise l'esthétique. Ça m'a permis d'avoir un temps de détente privilégié pour moi, d'être chouchoutée. Ça nous a permis de nous valoriser au travers d'une activité à dimension humaine. Ce sont des moments que j'attends avec impatience. »

INCLUSION SOCIALE

Les problèmes de santé sont majeurs chez les personnes que nous accompagnons au sein des pensions de famille et du CHRS. Les équipes ont coconstruit, à la suite d'un travail commun de diagnostics, un programme ambitieux pour répondre aux maux du corps et de l'esprit.

PROJET SÉJOUR FEMME

En continuité du projet proposé en 2021 autour du bien-être des femmes, un projet de séjour a été proposé pour les femmes des établissements PFP-AGE grâce au soutien de la Fondation Lila Lanier. La maison de vacances Maris Stella à Wissant (62) a été choisie pour accueillir le séjour. Un travail de préparation a dû être réalisé avec la responsable de la maison.

Au départ pensé pour une semaine avec huit résidents et trois accompagnants, le projet n'a pu se réaliser sous cette forme. Après trois réunions de préparation avec les équipes, nous avons constaté qu'il n'y avait pas assez de participantes ni de personnes pour accompagner. Le projet a donc été repensé différemment par la médiatrice santé.

Un court séjour a alors été proposé à deux femmes qui n'avaient pas été identifiées initialement comme des participantes. En effet, ces dernières avaient plus de difficultés pour quitter leur quotidien et avaient des appréhensions de l'inconnu. Comme l'envie était bien présente, un travail a été effectué afin de les mettre en confiance et de les rassurer. Elles ont été impliquées dans les différentes étapes de préparation du séjour : réservation des trains, recherche des activités, préparation de la valise. Après plusieurs heures de réflexions et d'aller-retour dans la décision finale, elles étaient finalement toutes les deux présentes le jour du départ !

Le séjour s'est déroulé du lundi 17 octobre au mercredi 19 octobre 2022. Au programme : découverte d'un nouvel environnement, soins de socio-esthétique, détente, balade, discussion.

Les deux personnes n'auraient pas pu partir dans le cadre d'un séjour « classique ». La formule d'un « mini-séjour individuel » a pleinement répondu à leurs besoins et attentes. Elles ont toutes deux beaucoup apprécié ce moment qui leur a redonné confiance en elle et en leur capacité à pouvoir faire des choses pour leur propre plaisir. Elles ont exprimé à plusieurs reprises se sentir bien et qu'elles oubliaient un peu leur quotidien. Le résultat de ce séjour est très positif.



LA SANTÉ DANS NOTRE ASSIETTE

Depuis 2021 des actions se développent dans les établissements du pôle inclusion sociale de Paris avec notre partenaire Silver Fourchette. Des ateliers autour de la cuisine ont été proposés auprès des résidents des pensions de famille et du CHRS de Paris.

Les objectifs de notre travail avec Silver Fourchette sont :

- Redonner l'envie aux personnes isolées de faire de la cuisine et faire du repas un moment de partage et de plaisir
- Faire passer des messages de prévention santé autour de l'alimentation de manière ludique
- Sensibiliser les résidents des Petits Frères des Pauvres à la saisonnalité des fruits et des légumes, à l'importance du manger sain
- Accompagner à l'achat de leurs denrées et à la réalisation de leurs plats afin de les sensibiliser à toutes les étapes d'une alimentation saine et responsable

Pour chaque action :

- Des résidents, des bénévoles
- Un temps pour cuisiner, en présence d'un chef et/ou d'une diététicienne
- Un repas partagé, ouvert aux résidents et aux bénévoles afin de créer un moment de partage
- Les recettes, sous format fiche-pratique, distribuées aux résidents

En fil rouge sur tous les ateliers : travail sur les quantités et l'équilibrage des repas sur une journée, une semaine, les notions de plaisir et d'apport nutritif, les fruits et les légumes de saison, des recettes faciles, à coût réduit et reproductible.

L'année 2022 a permis un focus sur les herbes aromatiques avec quatre ateliers. Les résidents ont eu le



plaisir de rencontrer Baptiste, herboriste à l'association « le potager scientifique ». Nous avons travaillé sur les propriétés des plantes médicinales aux vertus nombreuses.

Document transmis suite aux ateliers :

Propriétés médicinales :

Les plantes aromatiques sont pleines d'anti-oxydants, des molécules qui ralentissent le vieillissement des cellules.

Basilic : Aide à la digestion, anti nausée et légèrement tranquilisant.

Ciboulette : Fluidifie le sang et très riche en vitamines et nutriments.

Estragon : Soulage les crampes d'estomac, surtout en infusion. Il est riche en fer et manganèse.

Menthe : Aide à la digestion, antiseptique, et stimulante, elle donne de l'énergie.

Persil : aide à soulager les douleurs d'estomac.

Romarin : Aide contre les infections respiratoires en tisane, bon antiseptique.

Sauge : Soigne les laryngites et les angines en infusion. Les feuilles désodorisent les chaussures.

Thym : Antiseptique, soulage la toux, les maux de cœur, les nausées et les bronchites. En infusion ou en inhalation.

Verveine citronnelle : Calmante, aide à dormir, aide à la digestion.

Pour une bonne infusion, on utilise une eau à 80°C et on laisse infuser un petit morceau de tige avec les feuilles pendant 3 min.



Les ateliers ont permis de réaménager les espaces extérieurs, de planter des herbes aromatiques et de travailler quotidiennement sur l'entretien. De nombreux moments de convivialité ont eu lieu suite à ces ateliers afin de préparer des recettes et des boissons à base des herbes médicinales.

Il y a eu deux autres ateliers au 19|46* en 2022 : l'Atelier de cuisine « Repas de fête ». L'atelier a été animé par des cheffes cuisinières « Des Filles dans la Cuisine » et une diététicienne, Laure.

Puis en fin d'année, un atelier « goûter de Noël », animé par une diététicienne et cheffe cuisinière, a eu lieu à Paris à la maison La Gaïté.

Au total, six actions ont été réalisées en 2022. Et 39 résidents ont pu bénéficier des ateliers.

*Le 19|46 est le centre d'animation, d'innovation et de mobilisation des Petits Frères des Pauvres. Un lieu ouvert à tous et un espace d'accueil qui invite à changer de regards sur nos aînés.



LA PAIR-AIDANCE EN 2022

Mise en place d'une recherche action :

Avec l'aide d'un financement privé, PFP-AGE a pu mener une recherche-action d'octobre 2021 à juin 2022 pour évaluer la faisabilité et la pertinence de la pair-aidance en santé mentale dans les pensions de famille et le CHRS.

Un chercheur de l'EHESS (École des Hautes Études en Sciences Sociales) a eu pour mission de réaliser la recherche action. Les objectifs étaient les suivants :

- Valider les préconisations du groupe de travail en santé mentale
- Définir un cadre d'intervention des médiateurs pairs-aidants en santé mentale
- Définir les modalités d'organisation de l'action
- Définir les formations et les soutiens nécessaires
- Accompagner la formation de la démarche avant son développement
- Internaliser une nouvelle compétence au sein de nos établissements s'appuyant sur l'empowerment**

Le doctorant a réalisé une immersion sur l'ensemble des pensions de famille de PFP-AGE et du CHRS Le Radeau.

La recherche action a été livrée en juillet 2022. Elle a confirmé la pertinence d'intégrer des pairs-aidants selon :

- Une réponse aux besoins exprimés par les résidents qui au-delà de la santé mentale ont fait émerger des questions plus fondamentales telles que les conditions de vie et l'expérience de vie au sein des structures.
- Une déstigmatisation des représentations portées sur l'univers médical et psychiatrique : une méfiance envers les institutions.

- Une opportunité de travailler les représentations : un pair-aidant n'est pas que malade mais est une personne en capacité de se rétablir, il peut être un maillon important pour changer les regards.
- Une possibilité de formation/sensibilisation des équipes bénévoles et salariées pour une montée en compétences.

Selon l'organisation des structures parisiennes, la recherche action préconisait le déploiement de trois pairs-aidants intervenants au sein des établissements parisiens, avec une ouverture en région ultérieure. Chaque pair-aidant interviendrait au sein de deux structures parisiennes du pôle inclusion sociale (pension de famille ou CHRS).

Les objectifs de la mission ont été définis :

- Agir pour favoriser l'accès aux soins et le maintien des soins des usagers en santé mentale dans leur environnement social, affectif et professionnel



** Processus par lequel l'individu s'émancipe, s'autonomise.

- Participer à l'élaboration et à la mise en œuvre du projet individualisé de soin en collaboration avec l'équipe interdisciplinaire et le résident
- Participer à la mise en œuvre des plans de soin et d'insertion professionnelle et sociale
- Contribuer à l'amélioration de la qualité de la prise en charge et de l'accueil de l'utilisateur au sein des services et structures par la médiation.
- Apporter son soutien et son expertise auprès des équipes

Les équipes ont donc été préparées à la mise en place « pas à pas » et dans le moyen à long terme.

La consultation et la préparation des équipes ont été des prérequis essentiels à la bonne réussite de cette intégration.

Calendrier de la mise en œuvre :

- Octobre 2022 : Groupe de travail restreint soutenu par une consultante pair-aidante pour la mise en

place du travail préparatoire à l'accueil des trois pairs-aidants : fiche de poste, organisation de travail, types d'interventions, répartition par établissement, rattachement hiérarchique, fonctionnel et mode d'accompagnement sur le terrain

- Novembre 2022 : Accompagnement de la consultante pair-aidante. Réunions d'informations au sein des établissements
- Décembre 2022 : une première session de formation au rétablissement pour les salariés du pôle inclusion sociale. Puis trois autres pour bénévoles, résidents en janvier 2023, sur libre participation. Recrutement des médiateurs en santé pairs en collaboration avec l'Université Paris 13 et le CCOMS (Centre Collaborateur de l'OMS pour la recherche et la formation en santé mentale), qui porte et déploie la licence « Médiation en santé pairs ».

TÉMOIGNAGE

JULIETTE VAILLANT : MÉDIATRICE EN SANTÉ PAIR (MSP) EN SANTÉ MENTALE, CONSULTANTE ET FORMATRICE

« Nous avons commencé à collaborer en octobre 2022 avec les objectifs suivants :

- coconstruire les fiches de postes des médiateurs de santé-pairs (affinage des tâches, proposition de missions possibles)
- définir l'organisation institutionnelle (rattachement hiérarchique)
- sensibiliser les équipes au concept de rétablissement

Ma mission de consulting a consisté à intervenir lors de réunions d'équipe afin d'éclairer les divers collaborateurs des Petits Frères des Pauvres sur la question du rétablissement, mais aussi de leur expliquer comment concrétiser ce projet d'intégration des médiateurs. J'ai pu apporter mon expérience de la pair-aidance, de l'intégration dans une équipe, de la définition des tâches et de l'articulation des différents métiers. J'ai également effectué une relecture des documents déjà rédigés et un éclairage sur des questions pratiques et éthiques (secret professionnel etc.). »

Autour de la notion de rétablissement Juliette explique :

« L'objectif du rétablissement en santé mentale est la construction d'une vie satisfaisante et pleine de sens malgré la maladie (des symptômes résiduels peuvent persister). C'est un cheminement personnel et unique qui

peut transformer la personne profondément. Le rétablissement concerne la personne dans son entièreté contrairement à la stabilisation des symptômes qui ne vise que la maladie. En ce sens, le travail autour du rétablissement est davantage social que médical, c'est pourquoi il peut être travaillé aussi bien dans des structures médicales, médico-sociales ou sociales et si possible avec des intervenants de différents milieux. Le concept de rétablissement permet souvent aux personnes de retrouver l'espoir qu'elles ont perdu à cause d'un long parcours de maladie, d'un diagnostic irréversible, d'une pénibilité des traitements... Le rétablissement se travaille à tout âge, pour tout type de troubles psychiques et à tout moment du parcours de vie et de soins de la personne. »

Juliette a proposé des sessions de formation sur cette notion de Rétablissement et de la pair-aidance à destination des équipes et de sensibilisation pour les résidents.

Conseils de films qui représentent bien la santé mentale :

- Le bal des folles de Mélanie Laurent, 2021 (la psychiatrie fin XIXème)
- The Dallas Buyers Club de Jean-Marc Vallée, 2014 (la crise du SIDA aux USA dans les années 80 et les usagers qui prennent le pouvoir sur les soins)
- 12 jours de Raymond Depardon, 2017 (documentaire sur les hospitalisations sous contraintes et l'aspect judiciaire de la psychiatrie)

AIDE FINANCIÈRE INDIVIDUELLE

Malgré une tentative d'inclusion des personnes les plus précaires dans le système de santé ces dernières années, il demeure de fortes inégalités d'accès aux soins, notamment en terme financier. C'est pour cela qu'en 2022, l'association PFP-AGE a sollicité la Fondation Émile Lamy afin de bénéficier d'un fonds d'aide individuel pour subvenir aux besoins en santé des résidents des établissements parisiens.

Dès juin 2022, les équipes et la médiatrice santé de Paris ont pu mobiliser l'aide individuelle dans des situations où les dispositifs de « droit commun » et les partenaires ne pouvaient pas répondre et également pour proposer des accompagnements à des résidents ayant des difficultés concernant leur santé et leur bien-être.

À ce titre, l'aide individuelle a pu, par exemple, être utilisée pour :

- Des interventions auprès de psychologues
- Des achats de protections
- Des interventions de services d'aides à domicile (en attendant l'accès au droit APA ou PCH)
- Des interventions d'interprètes facilitateurs pour des entretiens liées à la médiation santé
- Des interventions d'art-thérapeutes

Ces prestations avaient pour vocation d'améliorer la prise en charge et, de manière générale, la santé des personnes accompagnées.

TÉMOIGNAGES DE RÉSIDENTS

Dolores, résidente de Vincent Compoint, a pu bénéficier de l'aide pour financer l'achat de protections pour adulte, la mise en place d'aide à domicile (en attendant l'ouverture de droit). Après réflexion en équipe il a été convenu de l'impliquer en participant financièrement à hauteur de ses ressources. Elle témoigne :

« Ça a été inespéré car ça coûte cher et là c'est arrivé comme ça et ça m'a vraiment beaucoup aidée ! Ça m'a permis d'avoir de l'aide le temps de faire des dossiers à la MDPH. Parce que ça coûte cher tout ça ! »

Michel, résident de la Gaîté, a bénéficié d'une aide financière pour remettre en place un suivi avec la psychologue qui l'a suivi. Cette aide lui a été proposée au moment du décès de son père. Il raconte :

« Il a été très bénéfique pour moi de bénéficier à plusieurs reprises des entretiens avec la psychologue. J'ai 75 ans, âge où on perd tout ce qui vous reste d'entourage et où on ressent encore plus la solitude et comment l'accepter et la comprendre. En trois ans mon papa, ma maman et ma fille ont disparu. Je suis malentendant grave, donc j'ai très peu de dialogue extérieur d'où l'importance des entretiens psychologiques et de pouvoir expulser «Le trop plein» et avoir des réponses logiques qui m'aident à supporter et que j'ai toujours reçues de la psychologue avec qui le courant passe très bien. »

TÉMOIGNAGE D'UN PROFESSIONNEL

Après plusieurs séances d'art thérapie individuel pour un résident qui s'était beaucoup refermé sur lui-même, Marie Morin raconte : « Au premier atelier, V. avait quelque résistance car il n'était pas sûr de lui. Il mettait du temps à se préparer, il traînait un peu des pieds et son visage et son corps étaient peu expressifs. Quand nous nous sommes posés la première fois pour regarder son travail, il a été agréablement surpris par le résultat. Il était « étonné » de ne pas avoir « trop perdu la main », pour reprendre ses termes. Ceci a été un premier point déclencheur, qui lui a donné envie de poursuivre et l'a mis un peu plus en confiance. Plus les ateliers avançaient, plus il était enthousiaste de partir à la découverte du lieu et il était de plus en plus également, satisfait de son travail. La reconnexion à son art, à sa passion, laissait entrevoir une joie qui se dessinait sur son visage et qui se propageait autour de lui car il allait également voir les passants avec le sourire, en leur demandant s'ils étaient d'accord pour être sur ses photos. « Je suis réveillé », a-t-il dit. Aujourd'hui, V. est très impatient de faire découvrir son travail aux autres, il est fier de ce qu'il a accompli et surtout il a retrouvé l'envie de poursuivre son activité artistique. En effet, le fait d'avoir été en processus de création et surtout d'avoir réussi à aller jusqu'au bout lui a permis d'avoir une vraie reconnaissance envers lui-même car il n'a pas été confronté à un échec ni à une déception, au contraire, il a réussi à remplir ses objectifs et c'est un pas énorme pour lui. De plus, il a pu renouer avec sa singularité et son potentiel créateur, ce qui sur le plan psychologique est très prometteur ».

MÉDIATION SANTÉ

En 2022 l'action de la médiation santé se poursuit à Paris : environ 40 résidents sont accompagnés à travers des actions de coordination, des synthèses, des accompagnements à des rendez-vous médicaux, des entretiens.

Des actions collectives ont également été mises en place :

- La gym douce en partenariat avec la Ligue contre le cancer. Ce programme d'initiation à l'activité physique à destination des résidents a permis d'initier une pratique régulière pour les pensions de famille. Quinze séances ont eu lieu à La Gaîté et à Vincent Compoint. Le programme d'activité a été travaillé avec l'intervenante et chaque séance a permis d'aborder le dépistage et la prévention des cancers.
- Ateliers gym pour les résidents d'Anne-Marie Blaise et Vincent Compoint, animés par Ilona de la Ligue contre le cancer.

Exemples d'ateliers proposés à Vincent Compoint :

- 1^{ère} séance : Étirements ciblés
- 2^{ème} séance : Atelier musculaire
- 3^{ème} séance : Atelier cardiovasculaire
- 4^{ème} séance : Yoga
- 5^{ème} séance : Zumba Rose
- 6^{ème} séance : Jeu « trouver bouger »
- 7^{ème} séance : Jeu de l'oie
- 8^{ème} séance : Balade dynamique
- 9^{ème} séance : Séance bilan sur la base de l'ensemble des séances

Chaque séance a donc permis d'initier les résidents à une pratique sportive permettant l'amélioration de la santé cardiovasculaire, musculaire, de la coordination (équilibre, orientation, différenciation) ainsi que de la qualité de vie en général (sommeil, gestion du stress et de l'anxiété, communication, partage).



- Organisation du mois sans tabac sur cinq établissements, de neuf ateliers collectifs et des consultations individuelles, animés par des médecins.
- Bénévoles et résidents attentifs lors de l'action « mois sans tabac », organisée en collaboration avec la CPAM Paris.
- La commission santé pour les situations complexes du pôle inclusion sociale :

Il s'agit d'un nouvel outil de réflexion pour l'ensemble des professionnels du pôle inclusion sociale. L'objectif est de se réunir afin d'aborder des situations complexes individuelles ou des thématiques plus générales en lien avec la santé. Créée en avril 2022, elle se réunit toutes les six semaines environ pour trois heures d'échange. La commission est animée par la médiatrice santé de Paris.

Il y a eu cinq commissions santé depuis avril 2022, neuf situations ont été présentées. Plusieurs thématiques ressortent régulièrement dans le cadre des échanges : l'alcool, la perte d'autonomie, la santé mentale, le suicide, les limites des actions des professionnels. Ces échanges permettent à l'ensemble des salariés qui le souhaitent de partager leurs expériences, leurs questionnements, leurs solutions. Les premiers retours témoignent d'échanges pertinents avec des idées concrètes et une réflexion partagée autour de problématique commune.

La commission a pour vocation de recevoir des partenaires pour étayer les échanges. En décembre 2022 le premier partenaire est intervenu : il s'agissait du CEAPSY (le centre de ressources des troubles psychiques d'Île-de-France). L'équipe a proposé une sensibilisation autour de la question du suicide et deux situations ont pu être étudiées ensemble. Fort de cette expérience, il a été décidé de solliciter plus régulièrement des partenaires pour intervenir dans le cadre des commissions.

LA SANTÉ VIENT EN CHANTANT !

Libération de dopamine, amélioration du sommeil, relaxation, état de bien-être ou de mieux-être, réduction du stress et de l'anxiété, activation de la mémoire et des souvenirs, motivation et implication... Et tout cela grâce à la musique !

C'est donc en concertation que les animateurs et la médiatrice santé ont proposé un projet autour de la musique en 2022. Répétitions, entretiens motivationnels, rencontres entre structures ont eu lieu tout au long de l'année. Ponctué par trois moments de convivialité au 19|46 réunissant des résidents de

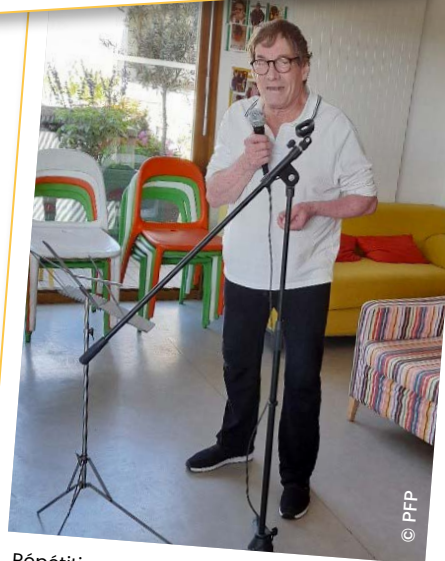
la Gaîté, d'Anne-Marie Blaise, Vincent Compoint et Yersin. Les échanges sur la confiance et l'estime de soi ainsi que l'importance de prendre soin de soi à travers le plaisir et le partage ont été particulièrement riches et les bienfaits de ces moments visibles au quotidien pour les résidents.



Denis se métamorphose lors de la fête de la musique en juin 2022



Claude et David en duo



Répétition pour Christian qui retrouve, avec beaucoup d'émotion, plaisir et confiance



L'équipe de la Gaîté vient répéter à la Chine

ET SI PRENDRE SOIN C'EST DEMANDER AUX INFIRMIERS DE DONNER UN DEMI-LITRE DE VIN À UNE RÉSIDENTE CHAQUE JOUR ?

Altération de l'état de santé, conflits et mise en danger préjudiciables suite à une consommation excessive, etc. La dépendance à l'alcool est un problème omniprésent dans les maisons.

Face au même constat, la Pension de Famille Labadié à Marseille expérimente depuis l'année 2021 l'approche par la Réduction des risques. Cette approche est fondée sur la conviction que chaque personne peut modifier ses pratiques si on leur en donne la possibilité. Elle consiste à proposer un accompagnement individuel et global dans la régulation de la consommation d'alcool pour éviter les dangers.

Pour la mettre en place, les professionnels œuvrent à :

- Créer et maintenir les liens avec la personne.
- Permettre à la personne d'identifier les conditions pour une consommation sans risque : aider à définir la quantité, le lieu, le mode de consommation sans risque et proposer de l'aide si nécessaire.
- Faciliter l'accès et la continuité des soins : renseigner et orienter vers les soins existants, accompagner aux rendez-vous médicaux, coordonner les soins, sensibiliser aux risques liés à la consommation d'alcool.



Quand on s'intéresse à l'environnement de la personne consommatrice d'alcool, on comprend que le produit est problématique mais aussi une solution à beaucoup d'autres problèmes comme l'isolement, l'ennui, la souffrance. On ne peut parler de réduction de consommation sans tenir compte de ces « bénéfices » et trouver des

ressources pour « les remplacer » : boire un coca glacé à la place d'un verre d'alcool, sortir à l'heure du craving*, trouver des partenaires de jeu de Scrabble. Chaque « solution de remplacement » diffère d'une personne à une autre. Le rôle d'une personne ressource est d'accompagner à les identifier et si possible à les mettre en place.

Chaque action repose sur le choix de la personne et

s'adapte à ses possibilités : pour une résidente par exemple, il a été convenu avec elle que ses infirmiers lui donnent chaque jour sa « quantité d'alcool journalière » dosée d'avance par semaine par le travailleur social et rangée dans un placard fermé, tandis que pour une autre personne, elle garde plutôt son argent dans un coffre fermé et elle s'achète elle-même son alcool.

La Réduction des Risques est avant tout un travail d'équipe, entre le résident et les personnes ressources (amis, bénévoles, professionnels) et aussi ces dernières entre elles. Un travail dans lequel chacun doit croire que l'abstinence n'est pas le seul objectif à atteindre même s'il est possible pour certaines personnes. Croire que chaque petit pas, réduire d'un litre d'alcool à un demi-litre par exemple est une victoire et que la rechute fait partie du parcours.

Quand on tient compte des capacités de la personne et qu'on crée avec elle un environnement favorable, la Réduction des Risques permet de réduire la consommation mais aussi facilite l'entrée et le maintien dans les soins et améliore la relation avec les autres (résidents, professionnels, bénévoles, etc.)

La RDR, avant d'être un programme, est une approche qui permet d'admettre que la dépendance à l'alcool n'est pas un problème isolé, et que sa prise en charge demande bien plus que de la volonté ou des « soins médicaux », elle demande de prendre soin de la personne et de son environnement avec un ensemble de ressources existantes ou à créer avec elle.

TÉMOIGNAGE

« Depuis que mes infirmiers me donne l'alcool je suis mieux, je ne saurais pas trop dire la différence avec avant mais je ne tombe plus, je trouve ça quand même mieux car je vais moins à l'hôpital. Ce n'est pas une contrainte, au contraire ça me rassure de savoir que l'alcool est chez moi et que les salariés vont venir pour acheter l'alcool. Avant jamais j'aurais imaginé que les professionnels puissent faire ça, d'acheter l'alcool et diviser les bouteilles. Ça me stabilise d'avoir une ½ bouteille le matin et une ½ le soir car sinon je termine la bouteille aussitôt. »

Linda B, résidente depuis 2012, en logement diffus depuis 2016.

* Envie irrésistible

LE T.KAWA : UN CAFÉ SOLIDAIRE AU SEIN D'UNE RÉSIDENCE

Les un(e)s prennent soin des autres et vice-versa.

Depuis l'ouverture du T.Kawa, nous accueillons une majorité de personnes âgées isolées venant de la résidence Yersin ou du quartier. Avec le temps, des amitiés se sont créées et nous constatons, au quotidien, la mise en pratique d'une certaine « pair-aidance » sur les questions de santé telles que le cancer, l'arthrose, les problèmes cardiaques, etc.

Ainsi, nous accueillons : Madeleine, en rémission d'un cancer du sein ; Mireille, traitée initialement pour un cancer du sein mais actuellement avec des métastases au cerveau ; Amélie, après un cancer du sein, souffre d'un cancer de la mâchoire ; (...). Les personnes viennent au café pour parler et partager leurs problèmes de santé car elles savent qu'ensemble elles prennent soin d'elles mutuellement.

Ainsi, ne voyant pas arriver Katia, 77 ans, alors qu'elle avait prévu de venir au café, une chaîne de solidarité va se mettre en place pour aller chez elle au cas où il lui serait arrivé quelque chose. Idem pour Isabelle. Julienne, une habitante du quartier va accompagner Azia pour une coloscopie, alors qu'elle ne se connaissent pas avant le T.Kawa. D'autres vont organiser des visites à l'hôpital ou se relayer pour prendre des nouvelles par téléphone. D'autres encore, vont faire des courses pour la personne qui a du mal à se déplacer...

Combien de fois, des personnes nous ont interpellés pour savoir si nous avons des nouvelles d'untel ou d'unetelle, voire nous demandant de lancer une alerte dans les situations inquiétantes.

Réveillons nos neurones ensemble !

Le T.Kawa a eu l'occasion d'accueillir une stagiaire en économie sociale et familiale qui avait pour mission

de mener une étude sur les besoins des personnes accueillies puis de proposer une action d'animation d'informations et/ou des conseils sur le thème de la santé.

La stagiaire, dans son étude a fait le constat que la population âgée venant au café était particulièrement préoccupée par les sujets liés à la santé ; les personnes connaissent les problèmes et pathologies physiques qui les touchent mais peu ce qui concerne les capacités cérébrales et cognitives (la mémoire).

Nous avons donc décidé de proposer un atelier nommé « Réveillons nos neurones ensemble ! »

Six personnes (exclusivement des femmes) se sont inscrites à l'atelier : trois jeunes (18-45 ans) et trois personnes âgées (65-75 ans).

Il y a eu un temps de formation théorique bien documenté (Information sur le fonctionnement du cerveau et la mémoire : comprendre le fonctionnement et le rôle du cerveau, comprendre le fonctionnement de la mémoire, les facteurs de risque de l'atteinte du système nerveux), un temps de conseils pour entretenir ses capacités cérébrales et sa mémoire (hygiène de vie, alimentation, activité physique, activités cérébrales) puis une série de quizz et de jeux pour évaluer la réceptivité du public et en même temps mettre en pratique l'entraînement de la mémoire.

Il est notable que le public (non-inscrit) venant simplement pour boire un café, s'est laissé prendre aux jeux de la mémoire et s'est mis à participer.

Le T.Kawa est un café social ouvert du lundi au samedi dans le 13^e arrondissement de Paris au rez-de-chaussée de la résidence Yersin.





© Halfpoint_shutterstock

AUTONOMIE

« Prendre soin » en complément du « Prendre en soin ». C'est ce que les équipes font dans leur quotidien auprès des résidents âgés. C'est dans le « tous les jours », à « chaque instant » que nous avons à être vigilants pour que la vie soit plus forte.

TEMPS DES AIDANTS À CHARMANON

Depuis novembre 2019, notre établissement d'hébergement temporaire pour personnes âgées de Charmanon (69) propose un « temps des aidants » les 1^{er} et 3^e mardis de chaque mois à l'intention des familles des résidents mais également aux habitants du territoire.

Il s'agit d'un lieu d'échange, de rencontre et de convivialité pour les aidants familiaux mais aussi d'un lieu ressource offrant information, conseil et orientation via l'intervention de professionnels. Il est ponctué par l'intervention de professionnels extérieurs (réflexologue, socio-esthéticienne...) mais également par des médecins gériatres, psychologues, le SSIAD, etc.

Ce projet étant très apprécié par les élus locaux, la mairie nous a octroyé en février 2020 une salle au cœur du village.

Parmi les besoins prioritaires des aidants auxquels le temps des aidants répond :

- informations utiles au démarrage de l'accompagnement ;
- échanges d'expériences ;
- liens sociaux, de temps de bien-être, de temps « pour soi ».

Grâce au soutien de la Conférence des financeurs du département du Rhône depuis 2022, l'intervention de professionnels a pu enrichir les interventions.

Dans la continuité, d'autres projets portés en collaboration avec la commune et la communauté de communes, sont en cours de réalisation pour 2023.



© pikselstock_shutterstock

QU'ENTENDONS-NOUS PAR « PRENDRE SOIN » DANS UNE PETITE UNITÉ DE VIE ?

Qu'est-ce que la santé ? Qu'est-ce que le soin ? Qu'entendons-nous par « prendre soin » ?
Quelles sont nos obligations, nos spécificités et nos réalisations dans ce domaine ?

Dans quelle mesure et de quelle manière nos ESMS non médicalisés contribuent-ils à la santé des personnes accompagnées ?

Loin d'une description exhaustive, nous nous proposons, par ces quelques lignes, de décrire succinctement nos pratiques et témoigner de certaines de nos initiatives.

LA NON-MÉDICALISATION DES ÉTABLISSEMENTS

Pour les équipes

Les équipes salariées des ESMS assurent une veille et un suivi permanents de l'état de santé des résidents par leur vigilance, leur médiation et leur accompagnement, à l'interface entre la personne, ses besoins de santé et les professionnels.

Cette position, au croisement de la préservation de l'autonomie, du respect du libre choix et, souvent, de l'indispensable assistance est l'objet de nombreux questionnements, défis et initiatives. Elle est fondée sur l'établissement d'une relation de confiance, favorisée par la petite taille de nos établissements et la stabilité de nos équipes permettant d'établir un lien privilégié, humain, dépassant le simple accomplissement des tâches quotidiennes.

Dans ce cadre, les salariés partagent durant la journée et/ou la nuit, le quotidien des personnes accueillies en les aidant dans leur vie de tous les jours sur le plan physique, moral et matériel et en veillant à leur sécurité. Ils préservent, développent et favorisent leur vie sociale, sont attentifs aux signaux faibles voire aux non-dits et considèrent qu'il n'y a pas de petites ou de grandes maladies.

Dans sa dimension partenariale

L'accompagnement aux soins implique un partenariat fort avec les professionnels de santé du secteur (médecins et infirmiers libéraux notamment). Ces professionnels n'ont pas d'obligation à notre égard et il est fréquent que nous les sollicitons pour des personnes ne faisant pas partie de leur patientèle.

C'est la qualité des informations délivrées et le cadre d'exercice que nous apportons qui nous permettent de mobiliser ces professionnels à l'égard desquels nous nous devons d'être fiables.

Cette dimension partenariale nous aide également à connaître et accepter nos limites, notamment dans les situations d'accompagnement à la fin de vie.

D'un point de vue organisationnel

L'accompagnement aux soins pose de nombreux défis logistiques, nombre de nos établissements étant géographiquement éloignés des professionnels de santé (pharmacie, médecin, hôpital). Il est fréquent que les accompagnements ne puissent faire l'objet d'un bon de transport et ne puissent être assurés par un membre de la famille. Il revient alors à l'établissement de trouver les moyens humains et matériels pour que chacun ait accès aux soins.

Cette problématique ne manquera pas de s'affirmer dans les prochaines années et il nous revient de l'anticiper, avec les pouvoirs publics. À titre d'exemple, Damgan (56) ne compte plus qu'un seul médecin pour une population de 2 000 habitants à l'année et deux des trois médecins concourant à la prise en soins des résidents de Jully-Lès-Buxy (71) partiront prochainement en retraite.



LE PRENDRE SOIN, PARTENAIRE PRIVILÉGIÉ DE LA SANTÉ

Depuis plusieurs années, nos établissements développent le « prendre soin » en complément du « prendre en soin ».

Nous estimons, en effet, que la préservation des liens sociaux et les activités génératrices de bien-être concourent à la bonne santé des personnes accompagnées.

Dans cette logique, nous proposons aux personnes accompagnées :

- De participer aux tâches et activités de la vie quotidienne, ce qui rythme la journée, valorise les personnes et crée du lien social (participation à la préparation des repas, à la présentation des tables, à l'entretien des fleurs, etc.)
- Des sorties extérieures et activités sur site avec les bénévoles.
- Des séjours de vacances dans nos maisons PFP.
- Des interventions de professionnels autour du bien-être : massages, réflexologie, musicothérapie, socio-esthétique, sophrologie, zoothérapie, art-thérapie. Ces interventions sont majoritairement financées par des fondations via des appels à projets.

Ces différentes approches concourent à une mobilisation des personnes accompagnées et à leur bien-être, ce qui ne manque pas de produire des effets plus que bénéfiques sur leur état de santé global, retarde ou évite le recours aux traitements médicamenteux et lutte activement contre le syndrome de glissement.



L'ACCOMPAGNEMENT « HORS LES MURS »

Prendre soin c'est aussi pour les établissements d'hébergement temporaire, aider la personne à préparer son retour à domicile, en lien avec les familles et les services de droit commun (point local d'information, mairie, conseil départemental, associations). L'équipe s'assure que pour chaque personne, la transition se déroule dans les meilleures conditions, matérielles et relationnelles.

Prendre soin, c'est également lutter contre l'isolement en ouvrant l'établissement sur son environnement. Ainsi, à Damgan (56), Charmanon (69), Gigny (71), Pothières (21) et Jully (71), nous accueillons sur les temps de repas des personnes âgées, isolées et précarisées des environs moyennant une participation modique et en lien avec les partenaires locaux.

L'accroissement des exigences réglementaires, l'avancée en dépendance des résidents accueillis, la raréfaction des professionnels de santé appellent une professionnalisation accrue de nos organisations. Ainsi, le foyer de vie le Patio (69) a récemment aménagé une infirmerie et revu ses procédures afin d'être en conformité avec la réglementation relative au circuit du médicament. Pour ces mêmes raisons, nous avons mandaté une coordinatrice en santé pour réaliser un diagnostic interne et externe de l'accompagnement à la santé sur nos deux sites de Saône-et-Loire.

Sans perdre de vue l'originalité de notre approche humainement riche, nous devons poursuivre notre effort de professionnalisation, maintenir notre vigilance à l'application de la réglementation et développer notre partenariat afin d'offrir aux personnes accueillies la sécurité et la qualité d'accompagnement qui leur est due.



« PRENDRE SOIN » AU CENTRE DE RENCONTRE DES GÉNÉRATIONS

Le prendre soin au Centre de Rencontre des Générations revêt un spectre très large.

Il se base systématiquement sur **la recherche d'une relation de confiance** avec chaque résident, qui laisse la place à l'expression du résident sur ses attentes, ses besoins, ses demandes, ses questionnements, ses propositions, ses critiques. Il repose, de la part des salariés, sur des propositions, que cela concerne le soin stricto sensu ou des activités thérapeutiques, d'animation, des rencontres intergénérationnelles.

À côté des soins d'ordre médical et para-médical, il est proposé aux résidents **des activités, ayant un impact thérapeutique** :

La médiation animale avec les lapins du centre permet de travailler notamment la mémoire, la communication et la motricité. Au travers des interactions avec les animaux, les personnes âgées vont retrouver une image positive d'elles-mêmes ainsi qu'un sentiment d'utilité. Cela contribue à rompre la solitude affective ainsi qu'à diminuer les troubles du comportement.

En outre, des soins de bien-être sous différentes formes sont mis en place. Ces soins vont de la manucure, à la coiffure en passant par des massages ou encore de la réflexologie plantaire. Ils ont notamment pour objectif d'apporter de la détente et un moment privilégié pour soi mais également d'améliorer positivement l'estime et la confiance en soi.

Un jardin thérapeutique est également à disposition des résidents. Ce dernier permet d'offrir une stimulation des capacités cognitives, le développement du sentiment d'utilité et l'estime de soi ainsi qu'une mise en mouvement et une mobilisation favorisant le maintien de l'autonomie.

Concernant un volet plus abstrait, l'accompagne-

ment spirituel constitue une facette du prendre soin. Il aide les personnes âgées à se comprendre, comprendre ce qu'elles vivent et ce qu'elles deviennent, c'est un moyen d'en faire une étape décisive de leur épanouissement. Offrir un accompagnement spirituel leur permet de se situer, de s'engager et d'intégrer l'idée de la mort. Cet accompagnement s'exerce par le biais de différents canaux tels que la méditation, les exercices de respiration ou encore la réflexologie plantaire.

À cela s'ajoutent **des programmes d'animation** très diversifiés allant de l'écoute musicale, du visionnage de reportages, des ateliers créatifs, des cafés débats, des sorties, à des visites touristiques...

Les rencontres intergénérationnelles au cœur du projet fondateur du centre font partie du prendre soin. Elles regroupent des formes multiples où le résident est tour à tour observateur, partie prenante avec à chaque fois, des échanges riches en termes de transmission réciproque.

La dernière rencontre s'inscrit dans le cadre de « la semaine des langues » : les institutrices de l'école maternelle de Nouan-le-Fuzelier (41) ont invité, le jeudi 30 mars, les résidents, qui maîtrisent une langue étrangère à venir rencontrer les élèves. L'objectif de cette rencontre était la découverte des langues, la valorisation du plurilinguisme en permettant aux élèves et aux résidents de vivre un échange citoyen. C'est ainsi que deux résidentes ont rencontré quarante élèves. Madame D. a lu une histoire en espagnol, madame C. s'est présentée en anglais et a appris aux enfants quelques mots. Les deux salariées présentes ont également participé : l'une s'est présentée en arabe et a appris aux enfants quelques chiffres en arabe. L'autre salariée a appris aux enfants quelques chiffres en anglais et espagnol.

TÉMOIGNAGE

« Il y a quelques semaines maintenant, Lise, l'animatrice, m'a sollicitée, avec une autre résidente, pour participer au projet de l'école maternelle de Nouan-le-Fuzelier, dans le cadre de la semaine des langues. Ayant passé ma carrière dans l'enseignement au collège, j'ai répondu à cette proposition d'intervenir auprès des enfants de 3 à 5 ans.

L'autre résidente ayant voulu participer en anglais, j'ai donc choisi l'espagnol. Je me suis inspirée d'un livre qui parlait d'une poule, d'un coq et d'un canard, afin de leur apprendre des

mots et des chiffres, ce qui permettra lors de leur prochaine venue au Centre de Rencontre des Générations, de voir avec eux ce qu'ils auraient retenu de nos échanges. Ils étaient tous intéressés et captivés par nos paroles en langues étrangères.

J'ai vraiment apprécié ce bon moment. On avait l'impression, avec mon mari, de les connaître depuis toujours.

Nous avons reçu la semaine dernière des courriers avec de beaux dessins, nous allons leur répondre par des lettres illustrées, pour Madame un courrier avec une poule dessinée et pour Monsieur, ... toujours en cours de réflexion ! »

Mme D.



PARIS EN COMPAGNIE

Paris en Compagnie est un groupement associatif dont PFP-AGE est membre fondateur. Il met en lien personnes âgées et citoyens engagés pour aider à la mobilité des séniors.

EN BASKET AVEC PAULETTE : UN ÉVÉNEMENT FÉDÉRATEUR



La première édition de la course & marche solidaire *En baskets avec Paulette* de Paris en Compagnie a été lancée, le dimanche 9 octobre 2022, s'inscrivant dans la Semaine Bleue - semaine dédiée aux séniors - afin de mettre en lumière et changer notre regard sur les aînés parisiens.

Autour de l'événement, un village associatif a permis de fédérer les partenaires solidaires autour d'une cause commune et de promouvoir les actions favorisant le lien social et intergénérationnel à travers des ateliers ludiques et des représentations musicales. Ouvert au public, les passants parisiens ont pu ainsi s'arrêter pour découvrir les nombreuses actions liées à la question des séniors.

Plus de 300 coureurs, marcheurs, partenaires et citoyens engagés ont participé à cet événement.

TÉMOIGNAGES

« L'élan de solidarité que j'ai pu voir à travers ma modeste participation m'incite à m'engager d'autant plus auprès des aînés. »
Amina, citoyenne engagée depuis octobre 2021

« Formidable ! Ce jour de grand soleil j'étais très bien accompagnée et grâce à cet événement j'ai rencontré d'autres associations ! »
Hao, aînée du 19^e inscrite depuis décembre 2021





FORMATION

DÉVELOPPEMENT DES COMPÉTENCES ET PRENDRE SOIN

En 2022, l'une des grandes orientations du plan de développement des compétences de PFP-AGE était le thème du « Prendre Soin ». En ce sens, le service RH, en concertation avec les directeurs de pôle a articulé le plan de formation autour de **trois thématiques** :

- « L'accompagnement à la fin de vie » afin de permettre aux salariés d'une part de dédramatiser le sujet de la mort, d'autre part de leur apporter des outils adaptés à l'accompagnement de ces situations (directives anticipées, désignation d'une personne de confiance...).
- « L'utilisation des défibrillateurs » suite à l'équipement des établissements de ce matériel d'urgence. Les salariés ont pu être formés à la bonne utilisation de ce dispositif afin d'être en capacité de réagir face à un arrêt cardio-vasculaire.
- « Le rétablissement » : la particularité de cette formation, animée par Juliette Vaillant (médiatrice en santé-pair en santé mentale, consultante et formatrice), c'est de combiner formation des équipes et sensibilisation des résidents. Elle s'inscrit dans le cadre de l'action Santé déployée dans les maisons du Pôle Inclusion Sociale.

Deux journées de formation à destination des salariés, bénévoles. Objectifs :

- Faire un point sur les pathologies psychiatriques les plus rencontrées
- Comprendre le concept de rétablissement
- Se familiariser avec la pair-aidance
- Se projeter dans son travail avec un médiateur de santé-pair

Deux journées d'échange informel à destination des résidents. Objectifs :

- Comprendre le concept de rétablissement
- Découvrir la pair-aidance
- Identifier les possibilités d'accompagnement avec un médiateur de santé-pair

Par ailleurs, « Prendre Soin » c'est aussi prendre soin de son corps, en ce sens, les cuisiniers des maisons ont pu participer à une formation « Pâtisserie » afin de pouvoir proposer des desserts créatifs et innovants aux résidents, notamment en vue des repas de fin d'année. Au menu : viennoiseries, cheese-cake, bûche aux cacahuètes ou encore choux à la noisette et galettes des rois.



Merci à tous ceux qui nous ont soutenus au cours de cette année. Grâce à vous, nous avons pu apporter davantage de soins et d'attentions auprès de ceux qui vivent dans nos maisons.

FOCUS



19 cité Voltaire
75011 PARIS
Tél. : + 33 (0)1 48 07 53 63

www.petitsfreresdespauvres.fr

**PETITS FRÈRES
DES PAUVRES**
ASSOCIATION DE GESTION
DES ÉTABLISSEMENTS

