



© Anne-Sophie MAUFFRÉ - UNA

## L'ESSENTIEL SUR LA PRÉVENTION DE LA PERTE D'AUTONOMIE À DOMICILE

**Du fait de leur présence quasi quotidienne, les acteurs de l'aide et des soins à domicile jouent un rôle primordial dans la prévention auprès des personnes en perte d'autonomie. Ils repèrent souvent les risques de rupture et l'évolution de l'autonomie chez les personnes qu'ils accompagnent.**

**A quoi correspond la prévention de la perte d'autonomie ? Quels en sont les enjeux pour les acteurs concernés ? Quelle politique de prévention UNA développe-t-elle ?**

### PRÉVENIR LA PERTE D'AUTONOMIE : DE QUOI PARLE-T-ON ?

Prévenir la perte d'autonomie consiste à repérer les risques :

- inhérents à la situation de vulnérabilité des personnes - risques de chute, troubles alimentaires, escarres, isolement, baisse des fonctions motrices ou sensorielles, troubles du comportement et de l'humeur ;
- liés à l'environnement - risques naturels, technologiques ou sanitaires ;
- liés au domicile - risques logistiques, ruptures de services, risques de pannes.

Prévenir la perte d'autonomie permet aussi de prendre en compte les risques d'épuisement des aidants (manque de sommeil, stress, isolement, variation du poids, etc.) et les risques de maltraitance (violences physiques, psychiques ou morales, matérielles et financières, etc.).

### DE MULTIPLES ENJEUX POUR LES SERVICES D'AIDE ET DE SOINS À DOMICILE

Les différentes politiques de santé ont fait de la prévention de la perte d'autonomie une mission centrale des services d'aides et de soins à domicile. En 2015, cette mission a été renforcée par le plan national d'action de prévention de la perte d'autonomie (plan Aquino) et par la loi d'adaptation de la société au vieillissement, notamment à travers la mise en place des conférences de financeurs et des actions spécifiques de prévention de l'isolement.

Prévenir la perte d'autonomie constitue donc un enjeu de santé publique majeur pour lequel les services d'aides et de soins à domicile représentent des acteurs de prévention à part entière : « *En favorisant le maintien à domicile des personnes fragilisées, ces services contribuent à leur santé par leur action au quotidien. Ils apportent également un soutien aux aidants et leur permettent notamment de préserver leur santé et continuer à réaliser leur rôle auprès de leur proche* », explique Line LARTIGUE-DOUCOURÉ, Directrice Santé/Personnes âgées à UNA.

Renforcer les actions individuelles et collectives de prévention de la perte d'autonomie permet également de positionner ces services comme des opérateurs de l'offre de santé. « *Ces services ne sont pas que des prestataires. C'est un moyen de reconnaissance du rôle des services à domicile dans notre système de santé* », selon Line LARTIGUE-DOUCOURÉ.

Le développement d'actions de prévention peut également être source de financements complémentaires, tels que ceux gérés par les conférences des financeurs de la perte d'autonomie des personnes âgées dont la part de la Contribution Additionnelle de Solidarité pour l'Autonomie (CASA) attribuée à la prévention.

## AGIR POUR PRÉVENIR : UNA ET SA POLITIQUE DE PRÉVENTION

Depuis de nombreuses années, le réseau UNA développe une politique de prévention favorisant la qualité de vie des personnes accompagnées et de leurs aidants, mais aussi le maintien à domicile. Les services ont largement professionnalisé les intervenants du domicile pour renforcer la préservation des capacités de la personne et pour éviter une aggravation de ses fragilités.

« Notre réseau développe de nombreuses actions de prévention, en complément de son intervention classique », décrit la Directrice Santé/Personnes âgées UNA. Ateliers de stimulation cognitive, gym douce, jeux de promotion de la santé, ateliers prévention mémoire, ateliers informatiques, ateliers équilibre, ateliers nutrition, club des aidants, etc. : autant d'actions variées méritant d'être partagées par les 800 adhérents UNA, selon LINE LARTIGUE-DOUCOURÉ. « Il faut travailler avec notre réseau sur cette notion de programme de prévention à partir des besoins d'une population sur un territoire déterminé et définir des axes, pas simplement des actions ponctuelles ». Un plan d'actions UNA est en cours de validation pour permettre aux adhérents UNA de renforcer leurs actions de prévention et leur crédibilité auprès de leurs partenaires et de leurs financeurs.

## QUAND PRÉVENTION DE L'AUTONOMIE RIME AVEC BIEN-ÊTRE ET LIEN SOCIAL : LES ACTIONS DE UNA CHARENTE-VIENNE

Tous les lundis depuis un an, André, 83 ans participe aux ateliers de gym douce et aux ateliers mémoire, organisés par Aidadom-16-UNA. Un minibus le véhicule jusqu'aux ateliers, avec d'autres « collègues », comme il les appelle. « Je n'ai manqué aucune séance ! D'une semaine à l'autre, on avance : aussi bien physiquement que dans la tête. Cette heure et quart, pour moi qui vit toute la semaine dans la solitude, me permet de ressortir avec le sourire et avec une sensation de « plus belle la vie » ! », confie André.



### Un plan de prévention au service des personnes en perte d'autonomie

Comme André, de nombreuses personnes bénéficient des actions de prévention de UNA Charente-Vienne. « Notre plan de prévention Charente a été mis en place pour ralentir la perte d'autonomie, favoriser le plus longtemps possible le maintien à domicile, rompre l'isolement et créer du lien social », confirme Corinne FORT, chargée de mission de l'union interdépartementale.

Dans chaque association, une référente prévention est présente pour repérer, concevoir les groupes et planifier. Des aides à domicile sont volontaires pour accompagner et animer. Une solution de transport collectif ou individuel pour se rendre à l'activité, puis assurer le retour à domicile en fin de journée, est proposée. Un espace de plain pied est mise à disposition chaque semaine.

### Siel bleu, un partenaire privilégié de la prévention de la perte d'autonomie

Présente dans 70 départements avec 400 salariés, Siel bleu est une association partenaire qui propose l'activité physique adaptée comme outil de prévention. « Nous intervenons dans ces ateliers avec des professionnels, soit animateurs, diététiciens, par exemple », explique Céline GACHET, responsable départementale de Siel Bleu. Siel bleu mène le déroulement des interventions, les parcours et les tests d'évaluation.



### Tous aux ateliers !

Claudette 81 ans et Eugène 88 ans, son mari, ne se sont pas fait prier pour bénéficier des services de l'Aidadom-16-UNA. « Quand j'ai appris, par le biais de l'aide à domicile de mon mari, que nous pouvions participer à des séances de gym adaptée, il était évident que nous devons y aller. », confie Claudette.

Les ateliers organisés procurent une grande satisfaction aux bénéficiaires. Ils leur redonnent confiance et leur procurent beaucoup de bien-être. « Quand nous parvenons à faire un exercice que l'on ne se sentait pas capable de faire, c'est extrêmement plaisant ! », complète Eugène.



## VIE SANTÉ MÉRIGNAC, C'EST QUOI ?

L'Association Vie Santé Mérignac se définit comme une plateforme de services à domicile qui permet l'orientation dans une filière de soin et d'aide, intégrée et complémentaire. Elle propose une réponse graduée aux besoins des personnes fragilisées par l'âge, le handicap, la dépendance ou la maladie. Elle accompagne et soutient aussi les aidants en proposant des services innovants et de répit.

> Consultez le site de Vie Santé Mérignac : [www.viesantemerignac.fr](http://www.viesantemerignac.fr)

## 3 QUESTIONS À CATHERINE BOUFFARD, DIRECTRICE GÉNÉRALE DE VIE SANTÉ MÉRIGNAC

### Quelles actions de prévention à la perte d'autonomie l'association a-t-elle développée ?

J'ai choisi d'évoquer trois actions de prévention de notre offre. La première action consiste en l'intervention d'une équipe d'appui en sortie d'hospitalisation. Son objectif est de consolider le retour à domicile et d'éviter les rehospitalisations précoces non justifiées. Elle s'est dotée d'un plan personnalisé de santé, développé par la Haute Autorité de Santé (HAS), qu'elle a complété avec un plan personnalisé de prévention. En termes de méthode, nous souhaitons passer de la compensation de la perte d'autonomie à une approche par risques.

Nous avons également développé des actions de prévention avec une équipe spécialisée Alzheimer. Elles sont mises en œuvre par l'ergothérapeute ou la psychomotricienne en vue de prévenir des chutes, préserver le lien social, maintenir des fonctions exécutives ou encore favoriser l'acceptation de la maladie et du vieillissement, notamment pour les malades les plus jeunes.



En direction des aidants spécifiquement et avec le concours de l'Association Française des Aidants, nous menons des actions visant à prévenir leur épuisement. Par exemple, l'action « La santé des aidants « Parlons-en ! » : avec un premier temps collectif, une conférence, suivi de trois ateliers consacrés à la santé physique, aux impacts de la relation aidant-aidé et à l'importance du lien social dans une dimension « santé globale ».

### Quels résultats avez-vous pu relever ?

Dans 54% des situations prises en charge par équipe d'appui en sortie d'hospitalisation, aucun professionnel n'intervenait au domicile des personnes accompagnées : l'équipe a permis l'introduction d'au moins un intervenant. Notre action de prévention pour les aidants, a permis de réunir 180 personnes en conférence et 27 en atelier. 50% des personnes ayant bénéficié de ces actions estiment qu'elles se sentent mieux dans leur vie quotidienne. 54% disent que quelque chose à changer dans la relation avec leur proche. 86% ont un regard nouveau sur leur situation et leur santé.

Toutes ces actions ont permis d'améliorer la prise en charge globale, avec des recours à des expertises plus ponctuelles, notamment pour agir en amont et mieux faire face aux situations complexes. Elles ont permis de désamorcer des conflits et ainsi soutenir les professionnels.

### Comment pensez-vous faire évoluer ces actions ?

Nous souhaitons renouveler ces actions avec la loi relative à l'adaptation de la société au vieillissement, en participant à l'expérimentation des services polyvalents d'aide et de soins à domicile. Nous avons aussi pour projet d'évoluer vers des actions de prévention pour les maladies chroniques, en créant des synergies entre notre SSIAD et nos centres de santé infirmiers et en développant des actions d'éducation thérapeutique.