

« Autonomie grâce à l'innovation! ? »

Tel était le titre du deuxième Colloque spécialisé de GERONTOLOGIE CH. Organisé en ligne, il a réuni plus de 200 participants, accueilli des exposés passionnants et débouché sur neuf exemples de bonnes pratiques.

Propos recueillis par: Patrick Probst

Qu'est-ce que l'autonomie?

Telle est la question abordée par le théologien André Böhning, lors du Colloque spécialisé. Il définit l'autonomie comme liberté d'action. Or l'autonomie n'est jamais absolue, mais se révèle ambivalente. L'ambivalence résulte du conflit entre deux tendances. Exemple classique: une personne âgée refuse d'entrer en EMS, mais n'arrive plus à mener une vie autonome.

Une liste de questions permet de juger de l'autonomie accordée par une maison de retraite:

- Le plan de traitement et de suivi individuel est-il établi en concertation avec les résidents, et en sont-ils suffisamment informés?
- Traite-t-on les gens avec respect?
- Leurs réclamations sont-elles prises au sérieux? Et leur système de valeurs?
- La protection des données et le devoir de confidentialité sont-ils dûment réglés?

Qu'est-ce que l'innovation?

Daphna Glaubert, experte en design et innovation, a fait une utile mise au point au Colloque spécialisé. « L'innovation introduit du neuf dans l'ordre établi », souligne-t-elle en introduction. L'innovation suit un processus bien précis:

- Au départ: l'incertitude est réelle.
- La recherche et des études de marché tentent de cerner un problème et d'identifier de nouvelles solutions.
- Un prototype est élaboré sur la base des recherches.
- Un petit nombre de solutions sont combinées, évaluées, comparées et optimisées selon divers critères (acceptation par

le marché, faisabilité technique, économicité).

- L'innovation est introduite sur le marché.

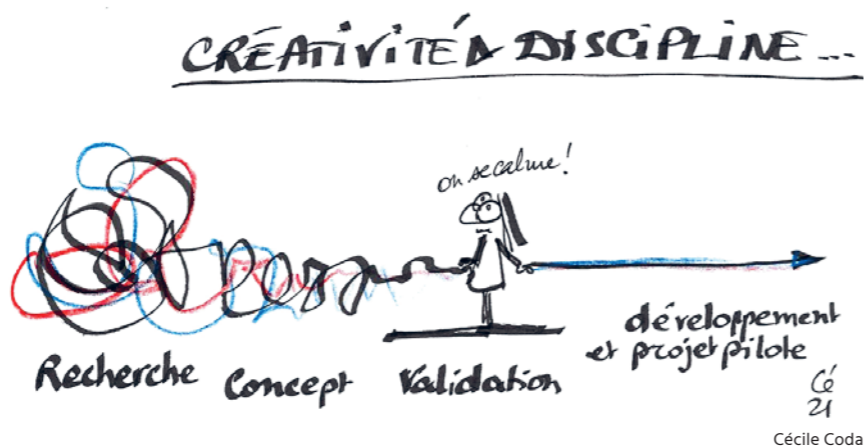
Des exemples de bonnes pratiques ont également montré, au cours de ce Colloque spécialisé, comment l'innovation permet de renforcer l'autonomie des personnes âgées.



Pour en savoir plus:

Toutes les vidéos de bonnes pratiques ainsi que les présentations du colloque sont publiées en ligne:

<https://lnkd.in/eZwgSMC>



Cours de mobilité pour seniors

La mobilité est un atout pour organiser de façon indépendante son quotidien. Il est rare toutefois de pouvoir choisir librement son moyen de transport jusqu'à un âge avancé. Or l'obligation de renoncer à ses habitudes ou de se restreindre nous confronte à l'inconnu et génère des inquiétudes. Les cours « être & rester mobile » sont d'une grande utilité dans ce processus d'évolution personnelle. Ils offrent des informations et des occasions d'échange, comportent des exercices pratiques, passent en revue les offres de conseil existantes et aident à vaincre les réticences face aux automates à billets, aux applis d'horaire ou encore aux services de transport « à la demande ».

Pour en savoir plus:

www.mobilsein.ch

Contact:

e.leuzinger@rundum-mobil.ch



Communautés de soutien

Bien des gens aspirent à rester chez eux – même en cas d'importants besoins d'accompagnement et de soins – et idéalement à mourir à la maison. Or les solutions en place sont très astreignantes pour les proches ou les migrantes du care, et donc peu durables.

Le projet CareComLabs, soutenu par le Fonds national suisse sur trois ans (PNR 74), combine deux approches novatrices, à savoir les communautés de soutien (Caring Communities) et les laboratoires collaboratifs (Living Labs). Le but étant de définir selon une approche participative des modèles socialement acceptables de soins de longue durée à domicile, de les tester dans la pratique et de les soumettre à un examen critique. En 2022, à l'issue du projet, les résultats seront mis à disposition des communes intéressées.

Contact:

anita.schuerch@bfh.ch



senior
- lab^{ch}

Senior Lab

Le senior-lab (SL) est une plateforme de recherche appliquée dédiée à la qualité de vie des seniors. Il a été fondé en 2018 par trois Hautes Écoles vaudoises (HEIG-VD, ECAL, La Source). Sa mission est de développer des produits, des services et des technologies, pour et avec les seniors.

Le SL travaille selon les principes d'un living lab, un écosystème d'innovation ouvert. Ainsi, il réunit non seulement des chercheurs-e-s de disciplines diverses, mais aussi des représentant-e-s des milieux économiques, des collectivités publiques et des associations. Les seniors jouent un rôle central. En tant qu'expert-e-s de leur propre vieillissement, elles et ils partagent avec les professionnel-le-s leurs expériences et leurs besoins, mais aussi leurs attentes et aspirations. Pour faciliter les échanges avec les personnes âgées, le senior-lab a choisi de constituer une communauté de seniors.

Pour en savoir plus:

www.senior-lab.ch

Contact:

anna.golisciano@senior-lab.ch

Alternatives aux neuroleptiques

Toujours plus de résidents d'établissements de soins de longue durée sont placés sous camisole chimique, en cas de démence ou de troubles de comportement notamment. Aujourd'hui, 38% des résidents sont dans ce cas en Suisse – soit 1,5 fois plus qu'en Grande-Bretagne ou en Suède.

Une telle pratique est préoccupante : les neuroleptiques bloquent le circuit de la récompense en place dans le cerveau, avec pour effet que la personne n'éprouve plus aucun plaisir.

Les médecins spécialistes du Bureau indépendant de plainte en matière de vieillesse (UBA) recommandent donc de préférer les mesures non médicamenteuses aux neuroleptiques. Le choix est vaste : promenades accompagnées en plein air, zones de déambulation dans l'EMS ou au jardin, thérapie par le mouvement, ergothérapie, musicothérapie, thérapie comportementale, etc.

Contact :
info@uba.ch

Tests et observations

Le projet Silver & Home du Gérontopôle Fribourg recherche une meilleure adéquation entre les produits et services développés par les entreprises, d'une part, et les aspirations des seniors à une meilleure qualité de vie à la maison ou en EMS, d'autre part. Ce projet mène des tests utilisateurs et pratique la veille technologique, afin d'améliorer les offres existantes. Silver&Home s'intéresse à quatre grands types de « gérontotechnologies » : la sécurité, les liens sociaux, la prise en soin et la mobilité.

Pour en savoir plus :
www.silverhome.ch
Contact :
leonardo.angelini@hefr.ch



Guichet de la résidence Neumünster

Les seniors vivant dans les quelques 100 appartements protégés de l'ancienne maison des diaconesses du Neumünster à Zollikerberg peuvent s'adresser à une assistante pour toute question se posant au quotidien. Ce guichet à bas seuil règle pour eux des questions ou problèmes en tous genres, qu'il s'agisse de repeindre les murs d'une chambre, d'obtenir de l'aide pour les nettoyages ou de prendre contact avec un service de visite et d'accompagnement afin de passer du temps avec des bénévoles. L'assistante de la résidence se rend également elle-même dans les appartements pour recueillir les souhaits des habitants ou constater des développements préoccupants.

Ce service de la résidence Neumünster répond à trois besoins majeurs des aînés, à savoir l'autonomie, la sécurité et les liens sociaux.

Pour en savoir plus :
<https://siedlung-neumuenster.ch/>
Contact :
info@siedlung-neumuenster.ch



Signalétique et coffrets sensoriels

L'agence komform est spécialisée dans la signalétique gérontologique. Cette discipline éveille des souvenirs positifs remontant à la jeunesse, elle stimule l'esprit et les sens, et fournit des sujets de conversation dans les homes. komform a par ailleurs repris les principes de la signalétique gérontologique pour créer un nouveau produit. Ses graphistes ont conçu des coffrets sensoriels de telle façon que les personnes atteintes de démence parviennent à s'occuper seules, au contact de stimulations sensorielles variées.

Aujourd'hui, komform aimerait faire connaître les découvertes permises par ses coffrets sensoriels. En transformant les salles de séjour austères des institutions en véritables espaces sensoriels invitant à la lecture, à l'écoute de la musique ou à la découverte de la nature.

Pour en savoir plus :
www.komform.ch
Contact :
mail@komform.ch

Nouvelle aide à la planification

Marie-Paule Christiaen-Colmez, de l'Association pour le Bien des Aveugles et malvoyants et Felix Bohn, spécialiste de la construction adaptée aux personnes âgées, ont réalisé ensemble une publication richement illustrée visant à améliorer l'environnement visuel et la qualité de vie des personnes déficientes de la vue. Plus de 60 pages regorgent de conseils sur l'architecture adaptée et le choix de l'éclairage, ainsi que sur les contrastes, les couleurs ou la lisibilité. La brochure porte le titre « Voir+ : Optimiser l'environnement visuel ».

Pour commander la brochure :
aba@abage.ch

Modèle de soins coordonnés

En réponse aux affections multiples des aînés, le canton de Bâle-Campagne privilégie une approche coordonnée des prestations du secteur de la santé ainsi que du secteur social. Son modèle de soins comprend quatre grandes étapes :

- identification des personnes âgées présentant un risque de placement en institution ou de séjour à l'hôpital ;
- évaluation approfondie d'un point de vue médical, social, psychique et physique ;
- élaboration conjointe, par une spécialiste en gériatrie et un travailleur social, d'un plan de soins prévoyant des interventions sur mesure ;
- discussion du plan de soins avec l'intéressé, sa famille ou les personnes qui l'encadrent, puis mise en œuvre et coordination par la spécialiste en gériatrie.

Pour en savoir plus :
<https://inspire-bl.unibas.ch/>