

## ASSOCIATION "A VOS SOINS" - L'ARBRE AUX SENS

### UN CONSTAT PERSONNEL À L'ORIGINE DU PROJET

L'idée de ce projet est partie d'un constat personnel. En effet, le grand-père du chargé de projet de l'association, résident en EHPAD, tendait de plus en plus à perdre son autonomie. Grâce à la fabrication de jardinières en hauteur et adaptées, puis à la plantation en commun de plantes aromatiques son état de santé s'est amélioré rapidement, physiquement et psychologiquement. Le fait de jardiner et de pratiquer des activités l'a amené à s'occuper. Sortir de sa chambre tous les jours lui a permis d'améliorer sa mobilité et son équilibre, de créer des liens avec les autres résidents et de transmettre ses connaissances à ses petits-enfants et à ceux qui le visite (il s'est senti utile et a repris confiance en lui).

### LE THÈME DES CINQ SENS COMME IDÉE DIRECTRICE

Pour la planification du projet, de multiples étapes ont été franchies: identification et rencontres des intervenants professionnels, recherche de financements du projet, rencontres de multiples acteurs locaux pour la mise en place de partenariats. Puis il a fallu réaliser la planification mensuelle des ateliers ainsi que les supports de communication qui ont été diffusés dans de nombreux lieux (centre de santé, cabinets médicaux, entreprises service à la personne, organismes sociaux, partenaires du quartier de la Bouletterie). Lorsque le lieu, mis à disposition par la mairie de Saint-Nazaire, a été identifié il a fallu aménager les différents espaces (450 m<sup>2</sup>). Pour cela, séniors et jeunes publics (maison de quartier, Uniscité) ont réalisé des plantations autour de la thématique des 5 sens dans un jardin ornemental. Il a été planté des fleurs de 5 couleurs différentes. Une rocaille où sont plantés des aromatiques a été réalisée. Des plantes graminées, duveteuses, odorantes sont présentes afin de servir de support aux ateliers sensoriels. Des aménagements de mobiliers ont également vu le jour.



Association "A VOS SOINS"

Saint-Nazaire (44)

Ville Amie des Aînés depuis 2019

### OBJECTIFS :

- Préserver le bien vieillir à travers le bien-être de sa santé et des liens sociaux dans des lieux en extérieur pour les publics seniors.
- Palier au manque d'activité physique afin de ralentir les problèmes de mobilité et la perte d'autonomie.
- Lutter contre l'isolement des personnes, la perte de liens sociaux et les problèmes de mémoire dû aux manques d'interactions.
- Renforcer chez les participants le besoin de se retrouver et de participer à des ateliers communs.
- Retrouver confiance et désir de prendre soin de soi.

### PRATIQUE :

- 450 mètres carrés aménagés.
- 4768 participations depuis 2020.
- Une chargée d'accueil sociale présente en continu sur le lieu.
- Une application spécialement dédiée, développée par l'association "à vos soins".
- Une évaluation fine de l'impact du projet chez les bénéficiaires.

**395 PARTICIPANTS DEPUIS 2020**

Durant sept mois, des seniors sont accueillis huit fois par semaine au jardin pour pratiquer de nombreuses activités diverses et variées. Pour cela une chargée d'accueil social est présente en continu sur le lieu. Cette personne accueille les participants et les intervenants. Elle prépare la mise en place des ateliers avec l'intervenant et surveille le bon déroulé de l'action. Elle communique sur le projet suivant les sollicitations sur place et évalue l'action via une application dédiée à cet effet. L'atelier dure en moyenne 1h15. A chaque fin d'atelier un temps de partage autour de boissons est proposé systématiquement. Ainsi les participants ne sont pas uniquement des consommateurs d'activités mais peuvent bénéficier de multiples rencontres, souvent durables.

193 ateliers ont eu lieu en 2022. Depuis 2020, 395 personnes ont au moins participé à un atelier (427 ateliers réalisés à ce jour), soit 4 768 participations (les mêmes personnes participant à plusieurs ateliers par semaine).

La moyenne d'âge est de 70.5 ans. 80% des participants sont des femmes. 51% participent à au moins trois ateliers par semaine, 45% sont des habitants du quartier.

Les bénéficiaires sont associés tout au long du projet car ce sont les acteurs de ce lieu. En effet, certains ont participé et continuent l'aménagement du lieu, sa conception et son entretien. D'autres participent à la distribution des plannings mensuels des activités auprès de nos différents partenaires.

**UNE APPLICATION SPÉCIALEMENT DÉDIÉE  
CRÉE PAR L'ASSOCIATION "À VOS SOINS"**

Une application a été créée, dédiée aux recueils des différents indicateurs recherchés, comme le niveau d'autonomie, les interactions sociales, la motivation et la confiance en soi, en œuvrant à la stimulation des sens.

Sur une tablette, à chaque séance, l'animateur social prend un temps (cinq minutes) avec chaque participant afin de recueillir différentes données. Genre et âge, lieu de résidence, catégorie socioprofessionnelle, statut administratif médical (médecin traitant et couverture maladie). Egalement savoir si la personne est déjà venue au jardin, si elle a participé à un atelier. Mais aussi combien de fois par semaine elle participe aux activités proposées, par quel biais elle a connu le projet. Et enfin deux ou trois mots pour définir ce que lui apporte les activités au jardin.

Il est donc possible d'extraire à tout moment de l'année les différentes données pour les bilans intermédiaires et finaux. De plus, deux questionnaires plus élaborés (à la première participation du bénéficiaire et à la fin de l'année) ont été mis en place et sont soumis à chaque participant régulier (20 min pour 25 questions environ). Ceci permet d'approfondir les indicateurs notamment qualitatifs.

Afin d'apporter plus de crédibilité et de poids à ces analyses, depuis de septembre 2022, et grâce à la fondation Malakoff Humanis, l'association a intégré la promotion "impact Track" en partenariat avec l'ESSEC afin d'évaluer l'impact de ce projet. L'identification de nouveaux indicateurs va être développée ainsi qu'une méthodologie plus avancée.

Pour finir, chaque intervenant répond à la fin de sa séance à quelques questions par écrit concernant les objectifs prévus de la séance, les objectifs atteints, les difficultés éventuellement rencontrées, les progrès (ou le recul) observés chez les bénéficiaires et la tendance générale du groupe. Cela permet d'avoir des échanges plus approfondi avec les professionnels et de les impliquer tout au long de l'année. Des temps sont prévus durant la saison des activités pour échanger avec eux et ajuster au mieux les programmes.

**APPEL À CONTRIBUTION**

Si, comme la Ville de Saint-Nazaire, vous avez mis en place des projets pour les aînés, n'hésitez pas à nous en faire part : [contact@rfvaa.com](mailto:contact@rfvaa.com)