

EN FORME À DOMICILE

UN DOUBLE ACCOMPAGNEMENT SPÉCIFIQUE

« En forme à domicile » a pour objet l'accompagnement en diététique et en activité physique des personnes âgées. L'intérêt de ce double accompagnement repose notamment sur les bienfaits scientifiquement prouvés d'une complémentarité entre alimentation et activité physique pour contrer la dénutrition et améliorer les capacités physiques. Dans la volonté d'agir auprès d'un public vieillissant et vulnérable face à la perte d'autonomie et à l'isolement, le choix a été fait de proposer de manière expérimentale cette action aux personnes âgées de plus de 60 ans vivants sur le territoire de Villeurbanne et qui bénéficient du service de portage de repas du CCAS, sans surcoût pour l'usager. Parmi les 718 bénéficiaires du portage de repas, 173 personnes ont été sollicitées et 49 ont bénéficié d'un accompagnement adapté. Le positionnement de la collectivité dans cette démarche de prévention existe aujourd'hui grâce au soutien de la conférence des financeurs qui a soutenu le démarrage de l'action.

ÉTABLIR UN PLAN D'ACTION INDIVIDUEL

Pour convenir aux besoins singuliers de chaque bénéficiaire, l'accompagnement est systématiquement initié par une première rencontre permettant de collecter les informations nécessaires (bilan physique et bilan diététique) à une prise en charge de qualité et sécurisée et d'établir un plan d'action individuel. Ce plan d'action se décline ensuite autour :

- d'une première phase de rencontres individuelles à domicile permettant d'établir une relation de confiance avec l'intervenant et d'agir sur l'estime de soi, l'identification et la remobilisation des capacités physiques ainsi que la motivation et enfin de dispenser des conseils nutritionnels ;
- d'une deuxième phase centrée sur l'orientation du bénéficiaire vers les offres collectives existantes pour pérenniser l'action, en l'encourageant dans la recherche de dispositifs répondant à ses envies et en l'y accompagnant physiquement pour en faciliter l'entrée.




Ville de Villeurbanne

Ville Amie des Aînés depuis 2015

Villeurbanne (69)

OBJECTIFS :

- Lutter contre l'isolement des personnes âgées en facilitant les déplacements vers les lieux de proximité à travers un accompagnement physique.
- Dépister et prévenir la dénutrition à domicile.
- Remobiliser les capacités physiques via une intervention d'activité physique adaptée.

PRATIQUE :

- Solliciter la conférence des financeurs pour financer une partie du projet.
- Organiser une première rencontre auprès des bénéficiaires identifiés du portage de repas à domicile.
- Établir un plan d'accompagnement individuel global (remobilisation des capacités physiques et nutrition) et faire un suivi régulier.
- Réaliser un questionnaire pour évaluer le dispositif.
- Coût : 83 460,43€ (achats, consommation, services extérieurs, charges de personnel).
Financement de la conférence des financeurs : 52 000€

L'un des quartiers de Villeurbanne (Saint Jean) étant peu doté d'offre collective adaptée à ce public, le CCAS a développé avec une association d'insertion une action d'accompagnement à la marche, qui consiste en :

- Un suivi personnalisé à domicile (fréquence des visites, durée, contenu) et des appels téléphoniques réguliers. Le contenu des visites est déterminé en fonction du compte rendu du bilan ;
- La mise à disposition d'outils comme la « gazette nutritionnelle », destiné à l'ensemble des bénéficiaires du portage de repas du CCAS, proposant des conseils nutritionnels adaptés au sujet âgé ou des animations dédiées (café santé notamment).

UN IMPACT POSITIF POUR LES BÉNÉFICIAIRES

Un bilan réalisé après un an de mise en œuvre du dispositif à partir d'observations et d'un questionnaire, a permis de constater une satisfaction générale des bénéficiaires, un impact positif sur leur état de santé et l'évolution de leurs comportements, mais également des bénéfices pour la collectivité (mise en réseau d'acteurs, travail collaboratif entre différents services, amélioration du dépistage).

Concernant la prévention de la dénutrition, ce dispositif a permis d'améliorer le suivi de l'état nutritionnel et le repérage de la dénutrition des bénéficiaires via la régularité des visites et une disponibilité téléphonique. Il a également permis d'opérer des changements de pratiques bénéfiques pour certains bénéficiaires, notamment ceux atteints de pathologies chroniques (diabète, cancer...).

Concernant la remobilisation des capacités physiques, les bénéficiaires ont pu comprendre qu'il leur était encore possible de bouger et d'agir malgré l'avancée en âge et les pathologies associées. Par ailleurs, neuf bénéficiaires ont participé à l'animation « café santé » dont le but était en premier lieu d'inciter les personnes âgées à maintenir ou rétablir des interactions sociales. Quatre bénéficiaires se sont inscrits à des activités collectives à la suite de leur accompagnement. Diverses actions individuelles à domicile ont été mises en place autour des thématiques suivantes: sorties communes, ateliers cuisine à domicile, accompagnement vers des dispositifs de la Ville. Une permanence téléphonique a également participé au maintien du lien social. D'une manière plus collective, le dispositif a permis de développer des animations sur cette thématique au sein des résidences seniors du CCAS. En effet, ces résidences peuvent être un terrain pertinent et de proximité pour participer à la lutte contre l'isolement des personnes âgées, au-delà des missions exercées à domicile. L'acquisition et la réalisation d'outils et de supports a permis de faciliter l'accompagnement (gazette d'information nutritionnelle, fiches recettes adaptés, fiches conseils, fiches conseils, jeux pédagogiques...).



APPEL À CONTRIBUTION

Si, comme la Ville de Villeurbanne, vous avez mis en place des projets pour les aînés, n'hésitez pas à nous en faire part : contact@rfvaa.com