

8^e CNAAG

À quoi on sert, si on sert à rien ?

Michel Billé, sociologue et écrivain, était le grand témoin du CNAAG. « Ils t'invitent, parce que t'es vieux, ou parce que t'es sociologue ? » lui a demandé son petit-fils de 9 ans. « Parce que c'est un vieux sociologue », a synthétisé son frère de 12 ans...

La valorisation du minuscule

Michel Billé s'est dit frappé par la formidable créativité des animateurs qui agissent avec si peu de moyens et malgré d'incroyables résistances. Il est admiratif de leur capacité à valoriser le minuscule : « Vous avez compris que ce qui prime, ce n'est pas l'ampleur, la grandeur de ce qui se fait, mais c'est de reconnaître du sens au minuscule de la vie quotidienne ».

Pas de vie sociale sans rôle à jouer

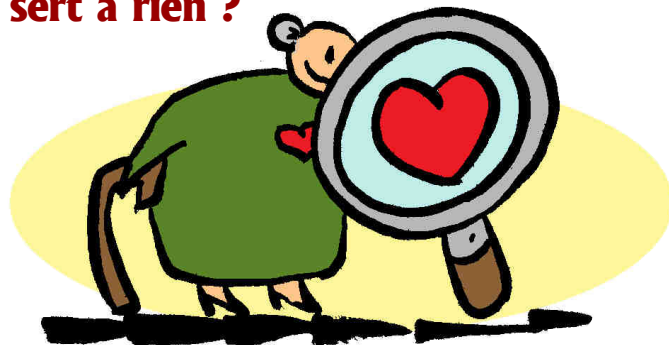
Michel Billé se souvient avoir partagé quelques instants avec 2 dames, assises dans le hall d'une maison de retraite. L'une d'elles a dit : « C'est pas tous les jours qu'un beau jeune homme vient me voir », puis après quelques phrases échangées, son visage s'est figé et elle a déclaré : « C'est que vous savez, à quoi on sert, si on sert à rien ? » Sa voisine s'est empressée de réagir : « Faites pas attention, elle est folle ». L'interrogation était trop insupportable à entendre. La question identitaire n'est pas tant « Qui suis-je ? » mais « Vous qui me regardez vieillir, qu'attendez-vous de moi ? » Si vous n'attendez rien de moi, je ne pourrai pas jouer de rôles sociaux.

Qu'est-ce que vieillir ?

Vieillir ne peut se résumer à une question d'âge. Comme le dit Brassens : « l'âge ne fait rien à l'affaire, quand on est con, on est con ! »

Vieillir implique des remaniements :

- dans son rapport au temps : il commence à s'inverser. On ne dit plus « si je meurs, je voudrais que... », mais « quand je mourrai ». Dans notre



société de l'éphémère, qui valorise ce qui ne dure pas... les vieux sont une contre-valeur. Il faut beaucoup de temps pour faire un vieux.

- dans son rapport à la culture, à l'environnement, au monde...
- dans son rapport aux autres : au plus près de soi d'abord, dans la relation de couple, aux enfants, aux petits-enfants, aux voisins...
- dans son rapport à soi-même : il faut accepter la modification de l'image de soi... « Le corps se transforme inéluctablement et je dois faire avec... » Cela implique un remaniement dans la relation aux autres. Vieillir est donc une dynamique complexe de transformations personnelle et sociale, propre à chacun, tellement propre à chacun que nous en savons peu de choses.

Donne-moi tes mains

Michel Billé, ovationné par la salle, a terminé son intervention par ces vers du poème d'Aragon « Les mains d'Elsa » :

« Donne-moi tes mains pour l'inquiétude
Donne-moi tes mains dont j'ai tant rêvé
Dont j'ai tant rêvé dans ma solitude
Donne-moi tes mains que je sois sauvé. »

Et Michel Billé a ajouté, à l'intention des animateurs « C'est la main que vous leur tendez qui les sauve, alors, pour cette main, soyez sauvés ».

Comment redynamiser le Conseil de vie sociale ?

A l'EHPAD de Bellevue, à Bourges, les résidents sont nombreux : 619. Comment faire entendre leur parole lors du Conseil de vie sociale ? L'équipe d'animation, composée de 8 professionnels, a imaginé la création de conseils de résidents. Ils se déroulent dans les divers lieux de vie. Un animateur référent est nommé. Il convie tous les résidents de l'unité. La parole de chacun est respectée. L'animateur prend des notes qui seront remises aux 4 personnes âgées référentes qui participent aux CVS. Une discussion s'engage sur les thèmes qui seront retenus et présentés. Le jour du CVS, un animateur les accompagne. Aujourd'hui, les 4 personnes âgées ont pris de l'assurance, elles sont fortes de la parole de tous les résidents derrière eux.

Et puis leur temps d'expression est reconnu par tous. Le compte-rendu du CVS est ensuite transmis à tous les résidents par le journal interne, et un classeur d'archives est mis à leur disposition. Pour éviter de tourner en rond, des thématiques sont proposées : l'accueil du résident, l'annonce d'un décès, l'EHPAD est-il un lieu privatif de liberté ?, le gaspillage et le recyclage... Dans ce contexte, le CVS est bien un outil d'expression démocratique mais il reste à l'équipe des insatisfactions. Les 619 résidents ne s'expriment pas. Comment prendre le temps de recueillir la parole de tous ? Ce qui est intéressant, c'est le travail collectif qui émerge pour, tous ensemble, entendre et prendre en compte l'expression du résident.

Des activités pour nos aînés en institution ? Oui, mais pas n'importe lesquelles !

Être actif a un impact positif sur le bien-être, sur la santé physique et mentale. Mais être actif, ça veut dire quoi ? Quel type d'activité proposer ? Doit-elle se faire seul ou en groupe ? Stéphane Adam a témoigné de ses recherches en psychologie, réalisées à la faculté de Liège, en Belgique.

Sélection Optimisation Compensation (SOC)

Toute notre vie, nous sommes confrontés à des événements négatifs et positifs. Plus on vieillit, plus les pertes sont importantes : perte de l'emploi, de proches, entrée en maison de retraite, changements physiques... Pourtant, les personnes âgées se disent souvent plus heureuses que les jeunes. Elles mettent en place des stratégies de Sélection Optimisation Compensation. Voici l'exemple du pianiste Rubinstein. À 87 ans, il était encore capable de jouer, avec une virtuosité extrême, des morceaux sans partition et ce, malgré l'arthrose. Son secret ? Il ne jouait plus, de mémoire, que 5 morceaux au lieu de 40. Il avait donc réduit son répertoire d'activités. Pour garder le même niveau, il s'exerçait 25 h par semaine au lieu de 40 h, mais travaillait sur 5 morceaux seulement au lieu de 40. Il avait choisi les partitions qui l'habitaient, les plus connotées émotionnellement. Pour contrecarrer son manque de souplesse articulaire, il « trichait ». Il ralentissait les passages lents, pour donner une plus grande sensation de vitesse aux passages rapides. Il n'est pas nécessaire de multiplier les activités. Il faut choisir celles qui ont du sens pour la personne.

Sélectivité socio-émotionnelle

« Si vous aviez 30 minutes à tuer, est-ce que vous préféreriez les passer avec un proche que vous aimez, quelqu'un rencontré lors d'une soirée avec qui vous aviez eu quelques échanges, ou l'auteur d'un livre que

vous avez aimé ? » Les jeunes privilégient souvent les 2 dernières réponses, alors que les personnes âgées choisissent la première. Par contre, à la question « Que souhaiteriez-vous faire s'il vous restait seulement une semaine à vivre ? », quel que soit l'âge, la réponse est : passer du temps avec ceux que j'aime. Pour les personnes âgées, l'important n'est pas de rencontrer de nouvelles personnes. Ce qui prime, c'est la qualité de la relation.

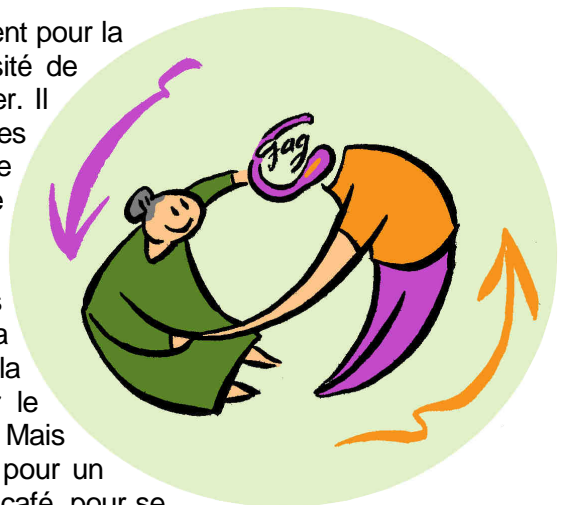
Processus contrôlés et automatiques

Le trajet que nous faisons quotidiennement en voiture, pour aller au travail, se fait automatiquement, sans réfléchir. Par contre, si nous devons conduire dans Londres, nous aurons besoin de nous concentrer. Cela provoquera stress, suées, peut-être même migraine... Dans la maladie d'Alzheimer, les processus contrôlés sont touchés, mais ceux qui sont de l'ordre de l'automatique sont conservés. Une personne confrontée à une situation habituelle sera moins en échec. Ainsi, une femme passionnée de dessin pourra peut-être être en mesure de reproduire une tomate, si elle y est invitée par ces mots : « Vous avez une compétence que je n'ai pas, montrez-moi », et non par « Dessinez, cela va vous faire du bien au cerveau ». Trop souvent aujourd'hui, on affuble le terme « thérapeutique » aux activités destinées aux personnes âgées : « arthérapie », « musicothérapie »... Il en résulte une perte de sens.

L'important, notamment pour les personnes désorientées, est de proposer une ou deux activités, pratiquées régulièrement, et codées positivement émotionnellement. La personne se sent alors toujours capable et utile, elle a une meilleure estime d'elle-même et son entourage aussi.

Accepter de renverser les rôles pour être en position de recevoir

Dans la relation humaine, il y a un moment pour le don, et un moment pour la réception. Jean-Paul Deremble, maître de conférences à l'Université de Lille, remarque que nous sommes généralement payés pour donner. Il est plus difficile de s'intéresser à la réception. On donne à manger, des soins, des activités... Quel travail s'effectue alors chez la personne qui reçoit ? La position est plus humble. C'est une partie plus secrète de la personne qui intervient. Il faut accepter de se laisser guider, manipuler, soigner... Même quand on s'y prête bien, il y a cette difficulté à être dépendant de ceux qui nous aident et nous accompagnent. Cela demande beaucoup d'humilité de la part de la personne qui reçoit. Pour qu'il y ait relation, cela suppose que la personne qui a reçu puisse donner à son tour. Il faut accepter le renversement des rôles pour être soi-même en position de recevoir. Mais l'organisation du travail ne permet pas cet échange. On est payé pour un temps d'intervention, il n'est pas prévu de s'arrêter pour prendre un café, pour se mettre en situation de passivité, de recevoir... Les rythmes ne sont pas les mêmes. Nous pensons collectif, groupe, système... il y a d'autres personnes à visiter. La personne âgée ne pense pas dans cette dimension. Il faudrait pouvoir permettre aux vieux de nous apporter des notions essentielles, comme par exemple, celles évoquées par Stéphane Adam « Je réduis, je ralentis, je m'adapte... ». Jean-Paul Deremble nous invite à intégrer dans notre activité ce temps de renversement, de réception, qui est la condition d'une relation accomplie.



Vendredi 15 novembre 2013 - Illustrateur : Domas

Les Anim'Awards !

Cette année, le CNAAG proposait une nouveauté « Les Anim'Awards » : concours sur les pratiques d'animation de la vie sociale. Pour ne pas que les participants se prennent au sérieux, les prix étaient remis par la troupe Paris Impro. Voici une présentation des deux 1^{ers} gagnants. Le 3^e prix a récompensé le projet « Mémoire en chansons » présenté dans le n°996 de Vite Lu.

1^{er} prix : « Et si on partait camper ? »

« Ah, si seulement je pouvais dormir de nouveau sous la tente et repartir faire du camping » a dit un jour Lucette. Quelle surprise quand l'animatrice Mireille Roger, de Martigné-Briand (49), lui a répondu « Banco, on part camper ! » Lucette, d'abord, n'y a pas cru. Elle se disait, qu'une fois rentrée en maison de retraite, c'était fini, on ne partait plus nulle part. Mais bon, elle a su rebondir : « Je veux bien partir, mais je veux manger des grillades ».



Et hop, une grande tente avec des chambres-tunnels a été montée devant la résidence pour tester les lits d'appoint. Et puis un mini-bus, plein à ras bord de matériels, a pris la direction du camping. Les 4 résidents sont passés par la boucherie, pour choisir leur morceau de viande : une bavette pour monsieur, une andouillette pour Lucette... Tout beaux et pimpants dans leurs pantalons à pinces et leurs robes fleuries, ils sont arrivés à bon port. Forcément, dans l'ambiance camping, ils dénotaient un peu. Alors les joggers, les voisins anglais... allaient à leur rencontre pour savoir quel âge ils avaient, d'où ils venaient... Un monsieur qui, à la maison de retraite, se déplace avec des cannes, les a posées négligemment dans l'herbe pour aller changer l'eau de la bassine de vaisselle. Il s'est lancé, malgré le dénivelé, et tout s'est bien passé. Mais bon, Mireille précise : « Le camping, ce n'est pas Lourdes, de retour à la résidence, il a retrouvé ses béquilles ! »

Alors comment évaluer cette action ? Difficile de mesurer le bonheur : c'est un sourire, un regard porté au loin, une perception de bien-être. C'est M. B qui dit « On se retrouve en bande d'amis ». C'est se lever, prendre des initiatives, aller au bord de l'eau... se sentir libre !

Maintenant, c'est institué, chaque année, un petit groupe part camper.

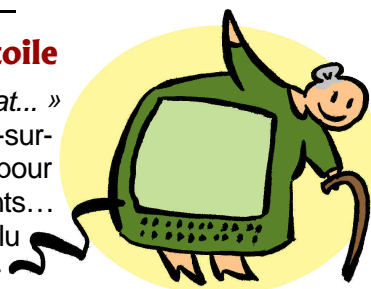
Cela a eu un impact fort sur l'expression des personnes qui s'autorisent à exprimer leurs rêves. Pour l'animatrice, il ne faut sous-estimer aucune attente des personnes, il faut les prendre en compte, et OSER !

Vie sociale sur toile

Avant « une souris, c'était un aliment pour chat... » aujourd'hui, pour les résidents de Martigné-sur-Mayenne (53), c'est un formidable outil pour communiquer avec leurs enfants, petits-enfants... même s'ils sont au Canada. Il a cependant fallu l'appivoiser, cette souris ! Découvrir comment la manipuler... se familiariser avec l'ordinateur. Cela

s'est fait en partenariat avec le cyberspace du Pôle culturel du pays de Mayenne. Les résidents se sont tellement pris au jeu, qu'ils ont ensuite réalisé, avec leur animateur Nicolas Sorin, un clip vidéo, à partir du texte « Pour ceux qui sont nés avant 40 ». Ils y ont pris tant de plaisir qu'aujourd'hui ils ont un nouveau projet : travailler sur un deuxième montage avec des photos de la commune prises cette année, qui se fondraient avec d'autres des mêmes lieux, prises au début du 19^e siècle... Pour découvrir le 1^{er} clip :

http://www.dailymotion.com/legrandnord_paysdemayenne#video=xvixpr



Bonne nouvelle !

Le 30 octobre, le GAG a renouvelé, auprès du ministère, la demande de reclassement des animateurs cadres en fonction publique hospitalière. Le ministère a sollicité le Conseil supérieur de la fonction publique hospitalière pour qu'il statue sur cette demande. Il a rendu, lors de la séance du 8 novembre, un avis favorable. Les animateurs avec DE animation sociale pourront donc être reclassés dans une nouvelle catégorie, comme leurs collègues de la fonction territoriale. Ceci doit entrer en application après avis du Conseil d'État, dans quelques mois.

Un absent très présent

Cette année, Richard Vercauteren, sociologue, à l'initiative avec Bernard Hervy de l'organisation des CNAAG, n'a pu participer au congrès, suite à de graves problèmes de santé. Mais Bernard Hervy a transmis ses pensées aux congressistes, le rendant très présent !

Une absente très absente

M^{me} Brigitte Ayrault, ambassadrice de MONALISA (Mobilisation nationale pour la lutte contre l'isolement des âgés) a annulé sa participation la veille de son intervention. Dommage, la ministre M^{me} Delaunay, dans son message vidéo présenté mardi, avait souhaité que les animateurs se rapprochent des bénévoles, notamment au travers du dispositif MONALISA !

Prochain CNAAG

Rendez-vous est pris pour l'année prochaine ! Le CNAAG aura lieu les jeudi 13 et vendredi 14 novembre 2014. Le thème n'est pas définitif mais il pourrait être autour des projets personnalisés et des outils qui, d'ici là, devraient voir le jour.

Vendredi 15 novembre 2013 - Illustrateur : Domas