



## Les journées adaptées vers l'autonomie

Intervention de :

- Adeline JOUAN, cheffe de service à la M.A.S Les Sorbiers.
- Kevin Prigent, Aide-soignant à la M.A.S Les Sorbiers.

La M.A.S Les Sorbiers de l'association ADAPEI LES NOUELLES Côtes d'Armor accueille 60 résidents en hébergement permanent et 2 en accueil de jour. Ces personnes sont réparties sur 4 services avec pour 3 d'entre eux une moyenne de 18 résidents.

### Le contexte :

Les journées adaptées vers l'autonomie ont débuté sur un des services, à l'initiative de Kevin Prigent, AS depuis 7 ans à la M.A.S

La réflexion sur le concept d'autodétermination débute à la M.A.S en 2018, date de la refonte des projets d'établissement de l'association ADAPEI LES NOUELLES Côtes d'Armor, avec un nouveau chapitre « autodétermination, participation sociale ». Des grandes questions émergent : « pouvons-nous être autodéterminés à la M.A.S ? **Les** personnes accompagnées sont-elles en capacité d'être autodéterminées ? l'établissement type M.A.S est-il adapté pour faciliter l'autodétermination. L'environnement extérieur : la société ? l'entourage des personnes c'est les professionnels ou les aidants familiaux sont-ils formés à accompagner les personnes à s'autodéterminer, etc. ? »

Un 1<sup>er</sup> pré requis permet d'avancer sur le sujet du libre choix, et de l'autodétermination : La commande institutionnelle ici l'association. Un 2<sup>ème</sup> : Une Direction qui énonce clairement qu'il s'agit d'une valeur prioritaire pour l'établissement.

# Quelles ont été les étapes clefs ?

## 1/ Se documenter, s'informer : avoir des connaissances

Dans un premier temps, il a fallu se renseigner sur ce qui a été fait en terme de recherches, d'écrits sur ce concept. Il y a eu des rencontres téléphoniques, des opportunités de formation pour certains, pour récolter un maximum d'informations sur ce sujet. Cette étape permet de se doter de connaissances pour pouvoir être « légitime » et être source de propositions auprès des équipes, de l'entourage professionnel et familial. Une veille documentaire à avoir tout le temps...

## 2/ Diffuser l'information : avoir un rôle de pédagogue

Il s'agit de réfléchir ici ensemble pour déconstruire des idées reçues et des représentations du type « les résidents ne sont pas capables d'être autodéterminés ». Nous avons réfléchi ensemble sur ce qui pourrait **faire frein** pour qu'une personne accompagnée s'autodétermine.

- Du côté de l'architecture : des espaces non intimes, la vie en collectivité, des endroits non accessibles physiques, des informations non accessibles en terme de communication
- Du côté des aidants familiaux, professionnels : la posture de surprotection, de la tentation souveraine, le manque de temps
- Des définitions du handicap et de l'impact qu'elles peuvent avoir sur le regard porté sur le résident. Dans le cadre d'une définition du handicap basée sur l'approche médicale, il est vu comme le responsable de son handicap et donc incapable de ..., tandis que dans une définition basée sur l'approche sociétale, c'est l'environnement qui le rend incapable de... l'approche est donc différente pour pouvoir avancer vers l'autodétermination. Dans la première approche, il est plus difficile d'agir alors que dans la 2<sup>ème</sup>, la compensation et l'adaptabilité est plus évidente.
- Des organisations rigides, qui n'ont pas les moyens

A l'inverse, nous avons ensemble réfléchi sur ce qui pouvait **faciliter** l'autodétermination pour une personne vivant à la M.A.S

- Du côté des architectures : créer, inventer des espaces existants et les transformer
- Du côté des aidants familiaux et professionnels : modifier la posture des pro en expérimentant ensemble.
- Définir autrement les personnes accompagnées, avoir une vision positive
- Une organisation flexible,

## 3/ Mettre en œuvre des occasions pour s'autodéterminer : l'exemple des journées adaptées vers l'autonomie

Il faut créer, innover, expérimenter, essayer, réfléchir ensemble et être ambitieux dans les projets.

*Et si demain*, ils allaient vivre seul dans leur appartement, comment les aider à acquérir leur autonomie ?

Les journées adaptées à l'autonomie ce sont des journées simples au final avec des ingrédients tels que :

- La flexibilité : dans l'adaptation des horaires des professionnels. Accepter de modifier des temps de travail journalier dans un principe d'annualisation du temps de temps de travail. Des journées plus courtes à certains endroits pour des journées plus longues lors de ces journées. Pour l'encadrement cela nécessite de l'agilité, d'anticiper les organisations.
- La cohésion d'équipe : accepter de faire autrement dans l'organisation, bousculer les habitudes des professionnels pour adapter ces journées aux besoins MAIS aussi faire équipe avec tous (psycho, ergo, ide...)
- Le risque mesuré : à travers le PPA, négocier avec toutes les parties (j'entends ici parents, résident, professionnels, direction...) de prendre des risques sans mettre en danger (ex accepter une coupure d'un couteau si pelage des légumes par ex...)
- L'inventivité : avec la création d'outils modulables, adapter à la compréhension des personnes
- La motivation, l'envie, le courage, la foi individuelle et collective
- Une direction commune et prioritaire
- L'acceptation des essais et des erreurs.

**D'une manière générale, nous avons travaillé sur les freins de l'autodétermination pour pouvoir avancer dans la mise en œuvre des journées adaptées vers l'autonomie !**

### **La Vision d'un professionnel : Kevin, Aide-soignant**

#### **Comment sont nées ces journées adaptées ?**

Déjà en amont sur le service, une réflexion constatant la sure assistance des personnes accompagnées lors des accompagnements de la vie quotidienne notamment lors des repas. Comment rendre les résidents acteurs plutôt que spectateurs ? Mise en place des repas actifs, l'idée simple de faire participer les personnes au maximum lors de ces temps : venir chercher son assiette, se servir, débarrasser.... Arrêter de tout faire, (portée par une conscience professionnelle), à leur place.

Dans un second temps, l'idée, rendue possible par la conjoncture de l'époque, de détacher un professionnel de temps en temps sur un horaire de journée. Profiter de cette journée pour ne pas être un renfort sur le service mais plutôt permettre de diminuer le groupe et faire profiter quelques résidents d'une journée en petit effectif.

#### **La question posée : que fait-on de cette journée ?**

L'envie est de permettre aux participants d'être acteurs le plus possible.

#### **Comment peut-on faire ça ?**

Laisser les participants être acteurs. Commençant par le repas, créer un outil adapté (classeur) permettant aux participants de choisir leur menu. Suivant le menu choisi, sélectionner les ingrédients nécessaires à sa réalisation, faire les courses puis préparer le repas.

#### **Les débuts :**

Dès le début, les résidents concernés par ce projet semblent vraiment l'apprécier et y participent activement. Après plusieurs séances et la répétition des recettes, un apprentissage apparaît, les gestes sont plus sûrs et plus précis, besoin de moins de guidance au moment des courses et lors de la confection des repas.

En parallèle :

En tant que professionnel : le regard évolue, nous rendons compte que l'omniprésence professionnelle, ne permet pas un plein essor des capacités des résidents.

Pour les personnes accompagnées : nous constatons et encourageons de nombreuses initiatives et prises de positions. Les résidents deviennent acteurs et s'autorisent à agir.

Par la suite :

Les Java ont continué, faisant participer de nombreux résidents et accompagnants.

Sur un ratio de 2 accompagnants pour 4 nous décidons de privilégier les recettes pouvant faire participer chaque acteur : galette, croque-monsieur, pizza ... nous diminuons la guidance et favorisons la réalisation en autonomie.

Pour les accompagnants : essayer d'appliquer cette fameuse technique des mains dans les poches, accepter de ne pas intervenir sur la confection et féliciter les réalisations.

Pour les résidents : être maître de ses choix, autonomes...

Actuellement sur le service, les résidents débarrassent de façon spontanée, également certains pour qui cela ne semblait avoir aucun intérêt, encouragés par la dynamique collective. Les résidents n'hésitent plus à se lever s'il leur manque quelque chose, verre, eau, cuillère etc ... et vont se servir. Ils servent le café, les desserts, vont chercher et ramènent le chariot etc

Notre rôle est de comprendre et d'encourager ces initiatives. Ne pas intervenir plus que nécessaire afin de favoriser l'autodétermination. Il faut accompagner également les nouveaux collègues dans cette posture du juste soutien. Si nous ne le faisons pas désormais les résidents s'en chargeront.

#### 4/ En guise de conclusion ...

**Cette participation des personnes accompagnées chamboule. Elle permet de faire monter en compétence les résidents. Dernièrement un frère d'une résidente qui a participé au PPA confie « je ne savais pas qu'elle était capable d'autant... », c'est le papa de Baptiste qui dit « il n'a jamais été aussi autonome depuis qu'il est arrivé dans cet établissement », les parents de Teddy diront « jamais je n'avais imaginé qu'un jour il puisse recevoir sa carte d'électeur... », ces différents témoignages montrent que ce concept n'est pas qu'une notion théorique mais que l'autodétermination prend réellement sens à la MAS. Cette participation émancipe les personnes accompagnées et font émerger des besoins dits « nouveaux » : nous nous questionnons tous ensemble sur des accompagnants. Les PPA bougent, avec des souhaits des envies, les résidents nous obligent à sortir d'une zone de confort, « nous ne savons plus comment faire » là où il y a quelques années nous pensions savoir exactement ce qui était bon ou mauvais pour les personnes accompagnées, avec le risque de la « tentation souveraine ».<sup>1</sup>**

**L'autodétermination, c'est un processus, une démarche qu'il faut accompagner au quotidien, qui s'entretient, qui évolue.**

---

<sup>1</sup> La tentation souveraine : ses fondements et ses déclinaisons, [Frédéric Blondel](#), [Sabine Delzescaux](#). Dans [Aux confins de la grande dépendance \(2018\)](#), pages 99 à 122

**Les journées adaptées vers l'autonomie s'inscrivent dans une participation sociale effective des personnes accompagnées aux Sorbiers :**

- **Le développement du partenariat et la participation des résidents aux journées citoyennes**
- **La reconnaissance des droits (ex : le droit de vote, des résidents qui apprennent aux enfants de la commune les gestes techniques du vote)**
- **Un CVS en évolution avec une place de président bien identifiée**
- **La participation des résidents à des colloques au sein de l'association Adapei les Nouelles : lors d'une assemblée générale, dernièrement le 22/09/22 au palais des congrès de St Brieuc sur l'autodétermination (journée réalisée par le club des présidents CVS)**

**Actuellement, ces journées adaptées vers l'autonomie viennent alimenter un nouveau projet architectural aux Sorbiers. L'autodétermination permet la réflexion de nouveaux murs, de nouveaux espaces mais pas que ! elle vient justifier une transformation de l'offre nécessaire pour donner le choix d'accueil aux personnes en situations de handicap. Le projet à venir est de proposer des accueils de jour, séquentiel, temporaire, etc.**