

Comment s'y prendre pour « animer » la vie des personnes âgées ?

Dans le cadre de leurs interventions, les aides à domicile peuvent contribuer à éviter que les personnes âgées ne s'ennuient (solitude, inactivité...). Mais quelle(s) activité(s) préconiser et éventuellement mettre en œuvre pour contribuer au bien-être des personnes ? Comment s'y prendre ? Sur quels repères s'appuyer ? Quelles erreurs éviter ? Comment faire face à l'absence de motivation, à la perte d'autonomie et/ou à la dépendance de la personne âgée ? ⁽¹⁾

Cette thématique est assez nouvelle dans l'aide à domicile. Dans les établissements, cette question de l'animation se pose depuis assez longtemps, mais au départ essentiellement pour de l'animation collective. Au domicile, on se situe plus dans un cadre individuel.

Ainsi, à travers la formation, il s'agit d'apporter des repères aux aides à domicile et de leur faire acquérir des techniques d'animation auprès des personnes âgées, soit en utilisant les actes de la vie quotidienne comme support, soit sur des temps spécifiques d'animation.

De fait, l'aide à domicile peut avoir pour consigne de « s'occuper » d'une personne âgée désorientée (être avec elle, lui proposer des activités), mais toutes les activités de la vie quotidienne, dès lors que la personne âgée y participe, constituent de l'« animation », ou du moins peuvent servir de support à de l'« animation ».

Pour l'aide à domicile, se positionner en tant qu'animatrice, c'est donc permettre à la personne âgée d'avoir des activités qui évitent l'ennui, rompent la solitude, évitent le repliement sur soi, procurent du plaisir à la personne, donnent du sens à sa vie.

Cette question de l'animation peut se poser dans différents cadres pour les professionnels :

- des activités que l'aide à domicile met en place durant son intervention ;



- des activités que l'aide à domicile contribue à mettre en place pour les temps en dehors de son intervention : les activités sont alors mises en œuvre par la personne elle-même, en toute autonomie, ou avec le concours de sa famille, des voisins ;
- des activités extérieures organisées pour les personnes âgées (ou pour tout public), par le service ou une autre structure. Les aides à domicile y participent sur du temps rémunéré ou bien s'y impliquent bénévolement. Par exemple, permettre aux personnes âgées de participer à une fête communale, un spectacle, un repas, un loto, etc. (les aides à domicile pouvant assurer le déplacement, ainsi qu'une présence) ;
- des activités organisées en « accueil de jour » pour des personnes âgées désorientées. Les aides à domicile peuvent être amenés à participer à leur animation avec d'autres professionnels. L'animation est alors collective. Elle s'effectue dans un lieu qui n'est pas le domicile (généralement au sein d'un établissement).

(1) – Article réalisé avec le concours d'aides à domicile de la Fédération ADMR de la Mayenne, en formation continue ou en formation préparatoire au diplôme d'État d'auxiliaire de vie sociale (DEAVS).

Une nouvelle fonction, pas toujours facile

D'une façon générale, il n'est pas toujours facile pour les aides à domicile de mettre en œuvre des « animations » au domicile des personnes âgées. Les situations sont souvent complexes. À partir du témoignage d'aides à domicile en formation, voici ce qui peut rendre difficile leur mise en œuvre :

- La maladie, le handicap... Souvent le cumul des problèmes (ex. maladie d'Alzheimer et malvoyance) :
 - les problèmes d'audition compliquent la communication ;
 - les problèmes de vision restreignent considérablement les activités possibles (à plus forte raison une cécité qui n'est pas de naissance) ;
 - la démobilisation ou l'absence d'envie rendent également difficile la mise en œuvre d'activités.
- Un environnement familial peu favorable (cf. conjoint qui a une perception très négative de la maladie d'Alzheimer).
- Un cadre de vie imposé par la famille (entrée en résidence autonomie contre la volonté de la personne).



Si l'animation peut faire partie du travail de l'aide à domicile, il reste à le faire comprendre, d'où l'enjeu de la façon dont est présenté le rôle des services d'aide à domicile et des professionnels d'intervention. Les familles, notamment, peuvent mal comprendre les initiatives prises en termes d'animation (priorité selon elles pour le ménage, forme de « concurrence » de par la relation privilégiée qu'occasionnent certaines activités...). Là encore, tout est une question de communication : bien expliquer les choses.

Sur quels repères théoriques s'appuyer ?

- Respecter le rythme de la personne (cf. les effets du vieillissement). Savoir lui donner du temps. Accepter que la personne puisse souhaiter se reposer, qu'elle puisse ne pas vouloir et/ou pouvoir (cf. un état dépressif).
- S'assurer auprès des professionnels médicaux (médecin, kinésithérapeute, infirmier...) que ses projets en termes d'animation sont compatibles avec l'état de santé de la personne (cf. la sclérose en plaques, par exemple, où des précautions sont à prendre). Éviter de mettre la personne en situation d'échec.
- Inciter à faire, proposer, mais ne pas imposer. Encourager, mais sans « maltraiter » (la frontière est étroite).
- Croire dans les capacités de la personne (ne pas la voir qu'à travers ses handicaps – mais tout en ayant conscience de ses limites).
- Respecter l'autonomie de la personne (ne pas décider à sa place) – même au prix d'un certain risque, en référence à la Charte des droits et libertés de la personne âgée accueillie, mais sans pour autant que ce risque soit inconsidéré (limites liées à la sécurité).

Deux « animations » à proposer

L'histoire de vie :

« *Un vieillard qui meurt, c'est une bibliothèque qui brûle* »... Inciter les personnes âgées à transmettre leur histoire de vie, à raconter la vie autrefois. Elles peuvent l'écrire, ou encore l'enregistrer avec un magnétophone. Elles peuvent transmettre ce témoignage à leurs enfants, à la commune où elles ont vécu, à une association d'histoire locale, aux Archives départementales...

Les animaux domestiques :

Les animaux domestiques (chien, chat, oiseaux, etc.) peuvent beaucoup apporter aux personnes âgées. Si on fait référence à la pyramide de Maslow ⁽¹⁾, ils obligent les personnes à un minimum d'activité (ex. sortir le chien) ; ils les rassurent par leur présence ; ils leur procurent de la compagnie ; les animaux leur prodiguent de l'« affection » ; les personnes s'occupent d'eux (donner à manger par exemple) et elles se sentent comme cela toujours utiles à quelque chose... Et les animaux savent être reconnaissants !

(1) – La pyramide de Maslow est un outil d'analyse avec les différents besoins de l'être humain pour aboutir à un certain épanouissement de soi.

- Ne pas organiser des activités pour des activités (s'attacher au « sens »). Ne pas projeter ses propres souhaits. Ne pas proposer des activités susceptibles d'infantiliser la personne. Partir de ses centres d'intérêt, d'où nécessité de chercher à bien la connaître. Chercher à lui redonner un rôle social. L'observation de l'environnement d'une personne (par exemple les photos, les objets décoratifs...) peut fournir des indications sur ses centres d'intérêt. Ce peut être important quand la personne ne parle pas d'emblée



de son histoire, de ses goûts, de ses loisirs préférés...

- Parfois programmer à l'avance des activités mais, surtout, savoir saisir les opportunités, par exemple les moments où la personne va mieux, où elle est prête à faire certaines choses (notamment dans les situations de désorientation).
- Créer un certain rituel que l'on utilise régulièrement pour éviter le stress – par exemple, utiliser le même local, le même matériel (également dans les situations de désorientation).
- En tant qu'aide à domicile, veiller à ce que ses initiatives en termes d'animation soient « validées » par la personne aidée, mais aussi par son responsable de service (cohérence avec les objectifs de l'intervention, avec le projet personnalisé le cas échéant), voire par la famille, les autres intervenants (pour éviter une certaine forme d'incompréhension ou de suspicion par rapport à ce qui est fait).
- Ne pas se culpabiliser si une personne âgée refuse toutes les propositions et toutes les tentatives pour l'aider à avoir des activités. Ce n'est pas forcément que l'on s'y prend mal. L'absence d'envie peut être une conséquence du vieillissement, de la maladie.
- Se souvenir que la meilleure animation est celle où la personne aidée a la possibilité d'apprendre quelque chose à l'aide à domicile...