

# La Mesnie

Etablissement d'Hébergement  
pour  
Personnes Agées Dépendantes  
de Saint Pierre Sur Dives  
"La Mesnie"



PROJET ANIMATION ALAPA  
2024-2029

O. ANFRY  
Directeur Général  
ALAPA

# Table des matières

Table des matières.....	2
<b>INTRODUCTION.....</b>	<b>4</b>
<b>PROJET ANIMATION MESNE.....</b>	<b>8</b>
<b>1. STIMULATION COGNITIVE.....</b>	<b>8</b>
1.1 Atelier mémoire.....	8
1.2 Loto.....	9
1.3 Jeux de société.....	9
1.4 Chant (projet de chorale).....	9
<b>2. REVALORISATION ET MAINTIEN DU LIEN SOCIAL.....</b>	<b>10</b>
2.1 Café presse.....	10
2.2 Anniversaires.....	10
2.3 Soins esthétiques.....	10
2.4 Sorties.....	11
2.5 Cinéma.....	11
2.6 Ateliers proposés par les agents de cuisine.....	11
2.7 Repas annuel : la Saint Jean.....	11
2.8 Célébration religieuse.....	12
<b>3. ACTIVITES PRAXIQUES ET GESTUELLES.....</b>	<b>12</b>
3.1 Bricolage (art thérapie).....	12
3.2 Jardinage (en parallèle avec le projet signalétique).....	13
3.3 Projet de fresque murale.....	14
3.4 Bourse aux vêtements « braderie ».....	14
<b>PROJET ANIMATION MAPAD.....</b>	<b>15</b>
<b>1. STIMULATION COGNITIVE.....</b>	<b>15</b>
1.1 Atelier de reminiscence.....	15
1.2 Atelier mémoire.....	15
1.3 Café presse.....	16
1.4 Loto.....	16

---

---

## *INTRODUCTION*

L'animation au quotidien dans une maison de retraite ne renvoie pas seulement à la mise en place d'occupations ponctuelles, mais relève d'un projet global, qui selon l'étymologie du mot « animer », vise :

- A donner la vie
- A donner une âme
- A donner du sens

La mission pour une animatrice sera de proposer des activités afin de faire participer les personnes âgées et handicapées ou malades Alzheimer de notre établissement. Ces activités se déroulent sous forme d'ateliers d'une grande diversité et seront complémentaires aux soins apportés par le personnel.

### 1. Mission de l'animatrice

Proposer et adapter des activités d'animation de manière à construire le projet d'animation de l'établissement, en prenant en compte.

- 1- La personne âgée. Spécificité du public accueilli au regard des aptitudes physiques mentales et intellectuelles des souhaits et des vœux des résidents.
- 2- Le vécu individuel de chaque résident.
- 3- L'environnement interne et externe. De manière à créer du lien à l'intérieur de la structure et également avec les ressources extérieures.
- 4- Les données : financières et les contraintes financières

### 2. Activités principales

- Assurer une proposition d'activités diversifiées et adaptées aux personnes âgées de manière à maintenir, voire à améliorer les capacités des personnes en tenant compte des possibilités et des troubles de chacune d'entre elles et en élaborant un projet de vie individualisé en organisant des animations journalières .
- Entretien un échange quotidien avec tous :
  - La visite aux personnes fatiguées.
  - La diffusion des informations (affichage planning, communication téléphonique, donner des nouvelles des personnes hospitalisées...)

- L'accueil du nouveau résident.
- Permettre aux résidents d'établir des liens avec l'extérieur (faire venir des intervenants extérieurs, club des aînés de même ou d'autres communes ...)
- Favoriser les échanges inter-générationnels.
- Travailler en partenariat avec les acteurs locaux (bibliothèque, école, office du tourisme....)
- Assurer la gestion de l'intendance liée à la mise en place des activités (appel téléphonique, achats, aménagement de salle, rangement, gestion des stocks...)
- Rendre le lieu de vie des résidents le plus accueillant possible.
- Décorer l'établissement en fonction des saisons, des fêtes.
- Évaluer régulièrement la qualité des animations (questionnement oral ou écrit...) et proposer des solutions correctives et assurer une permanence dans la dynamique.
- Tenir à jour des fichiers (planning, présence...)

### 3. Relations fonctionnelles

#### Animatrice/ Direction

Soumettre le projet d'animation pour validation.

Prendre en compte les données financières.

Faire part des difficultés, des solutions à proposer

#### Animatrice / personnel administratif/cadre

Assurer la transmission des informations à porter administrative (liaison courrier, démarche administrative)

Diffuser à l'égard du personnel d'administration le planning des activités.

Recueillir les informations relatives aux résidents par l'intermédiaire du secrétariat, de l'infirmière cadre et support informatique (Titan).

#### Animatrice/agent de maintenance

Transmettre les besoins des résidents (problème de télévision...)

#### Animatrice/ équipe

Renseigner le personnel sur les activités et la dynamique à développer.

Faire participer les membres de l'équipe à la soutenance des projets d'activités, à la motivation et à l'implication des personnes âgées.

### 4. Compétences

#### Etre capable de:

- Organiser, planifier et encadrer des activités.
- Prendre de la distance à l'égard des événements et de proposer des solutions innovantes.

- Insuffler de la dynamique et de la motivation à l'égard des résidents.
- Gérer la dynamique de groupe.
- Travailler seul et en équipe.
- Gérer un budget.

#### Savoir Faire / Savoir Etre

- Connaissance de la personne âgée, du vieillissement.
- Connaissance de l'outil informatique.
- Maîtrise des activités occupationnelles spécifiques à la personne âgée.
- Connaissance de la structure grammaticale de la langue française.
- Diffuser les savoir techniques de l'animation.
- Encadrer un groupe.
- Réaliser des activités d'animation.
- Travailler en équipe.
- Sens relationnel et de communication.
- Capacité d'écoute et d'observation.
- Disponibilité.
- Encadrement des stagiaires.
- Sens des initiatives et de l'organisation.
- Avoir des notions musicales.
- Permis de conduire nécessaire.

#### 5. Objectifs des activités d'animation

L'animation est généralement dotée de trois types d'objectifs.

##### Le plaisir offert aux participants (es)

- Apprendre et réapprendre, manipuler, créer, écouter, dialoguer, être considéré et valorisé...
- L'accroissement de la confiance en soi.
- Se rendre compte que l'on sait faire des choses que l'on avait oubliées.

##### L'amélioration de la sociabilité

- Les activités communes permettent de découvrir les autres en ayant besoin d'eux et en les aidant.

##### Ce qui est spécifique à l'animation en cours

- Améliorer ou maintenir sa mémoire.
- Améliorer sa fluidité verbale.
- Se ré-entraîner à l'écriture.

#### **« Stimuli »**

Le but principal est de stimuler les personnes âgées par des activités spécifiques.

Les personnes âgées seules et isolées ont un nombre de stimuli considérablement réduits. Par exemple certaines n'ont plus à penser aux repas qui seront apportés par une tierce personne ou encore au ménage qui sera fait par le personnel...

Si rien n'est fait pour avoir des stimuli de bonne qualité comme un sourire, un compliment, un geste d'affection, une conversation équilibrée...

L'individu ira chercher d'autres stimuli de moins bonne qualité, comme des disputes, des désaccords avec autrui...

Mon rôle sera donc de créer des stimuli par le dialogue et l'animation, ce qui pourra permettre aux personnes âgées de recevoir et d'échanger des stimuli de bonne qualité.

Comment se structure le temps des stimuli chez la personne âgée?

Il est divisé en cinq parties, les plus fréquemment observées sont la première et la seconde.

1<sup>ère</sup> partie: Le retrait sur soi et l'isolement (peu de stimuli)

2<sup>ème</sup> partie: Les rituels, les plaintes comme: « J'ai mal dormi, j'ai mal là, la nourriture n'est pas bonne, quel jour sommes-nous.... » (Peu de stimuli)

3<sup>ème</sup> partie: les activités et ateliers

- Mémoire
- Bricolages
- Poésie/ lecture/écriture.....

4<sup>ème</sup> partie: L'intimité.

- Les soins esthétiques
- La relaxation
- La gymnastique douce
- La relaxation....

(Beaucoup de stimuli)

5<sup>ème</sup> partie: Les jeux.

- Triomino
- Jeux de société
- Scrabble
- Loto .....

L'objectif est de rééquilibrer les différentes parties en plusieurs séances. Un bilan sera effectué et informatisé pour chaque participant.

## 6. La commission de coordination animation

Cette commission a pour objectif de trouver une cohérence rationnelle entre la future programmation des activités trimestrielles de l'animation (activités thérapeutiques et occupationnelles), les projets de soins et les PAP.

Cette commission se réunit 4 fois par an et arrête une programmation trimestrielle des animations. Le programme d'animation est affiché aux endroits stratégiques de l'établissement afin d'être visible par tous les résidents.

## *PROJET ANIMATION MESNIE*

### 1. STIMULATION COGNITIVE

#### 1.1 Atelier mémoire

##### Objectifs :

Connaître les différentes mémoires et leur fonctionnement.

Situer l'impact du vieillissement normal sur les fonctions cognitives et la mémoire.

La remobilisation des résidents, la revalorisation de l'image d'eux-mêmes et la création de lien social.

Développer la capacité et améliorer les stratégies mnésiques.

##### Public :

Le vieillissement normal et le vieillissement pathologique.

Groupe fermé

Groupe de 10 personnes

##### Encadrant :

Animatrice / AS ou Psychologue (supervise).

##### Contenus :

Les ateliers seront organisés en trois phases : une première phase d'accueil des participants autour d'un café, afin de créer une ambiance détendue.

La seconde phase sera constituée d'un exercice de fluence, de type petit bac. Cette activité, à préparer en amont, permettra de créer et maintenir une stratégie de recherche d'information. Cette stratégie mise en pratique équivaut à une stimulation cognitive. A travers cet exercice nous espérons permettre aux sujets de développer une envie de découverte. C'est à dire un réinvestissement de la vie quotidienne et de la sphère sociale.

Enfin, la dernière phase consistera à évoquer et mettre en pratique des stratégies de maintien mnésique, comme l'imagerie mentale ou l'estompage. Ainsi mettre à disposition des patients, des outils afin de pallier au problème mnésique observés dans leur vie quotidienne. Cette prise en charge permet la découverte de soi et l'exploitation de ses capacités, l'insertion et la lutte contre l'exclusion, le développement de la vie sociale et la promotion des individus et du groupe.

**Supports :**

Fiches techniques, jeux de mémoire ....

**Durée de l'activité :** 1h30

### 1.2 Loto

**Objectifs :**

Favoriser le lien social, la concentration et l'écoute

Stimuler la mémoire

Répondre au besoin de se récréer et de se divertir

**Encadrant :** animatrice

**Public :** Toutes les personnes intéressées, groupe ouvert.

**Contenus :** Accueil et explication des règles du jeu.

**Supports :** Mise en place du matériel : roue, boules numérotées, cartes. Les règles du jeu sont définies en début de partie. Celui ou celle qui réalise le premier une quine, une double quine (2 lignes) ou un carton plein, est gagnant d'un lot. Le silence est demandé pour une bonne écoute et une bonne concentration.

**Durée :** 3h environ (suivant support)

### 1.3 Jeux de société

**Objectifs :** Se faire plaisir, jeux d'équipe....

Le sens du dépassement de soi, en incluant la « compétition » dans le jeu.

Stimulation cognitive.

Continuité des activités antérieures (à domicile)

**Encadrant :** animatrice ou AS.

**Public :** Groupe ouvert.

**Contenus :** Accueil et explication des règles du jeu.

**Supports :** Dominos, loto, jeux de cartes, puzzle, jeux de motricité...

**Durée :** 2h environ (suivant support)

### 1.4 Chant (projet de chorale)

## 2. REVALORISATION ET MAINTIEN DU LIEN SOCIAL

### 2.1 Café presse

**Objectifs :**

Faire s'exprimer chaque personne sur un thème choisi ou lu et débattre.

Faire émerger et redonner une place d'acteur dans la vie sociale, avec ses propres idées.

**Encadrant :** Animatrice ou AS

**Contenus :**

Journal Ouest- France, pays d'auge...)

Café de convivialité.

Annnonce des décès, obsèques (journaux et institution).

**Durée :**

1h00 Tous les matins de 10h45 à 11h45

**Public :** Groupe ouvert.

### 2.2 Anniversaires

**Objectifs :** Se repérer dans le temps, s'accorder un moment festif et de plaisir.

**Encadrant :** Animatrice ou AS.

**Publics :** Les résidents concernés par cet événement.

**Contenus :** A la date anniversaire, au début du repas, annonce à l'assemble des résidents en chansons et une rose est offerte.

**Supports :** liste d'anniversaire et rose.

**Durée :** à 12h00.

### 2.3 Soins esthétiques

**Objectifs :**

Revaloriser non seulement « l'image » mais leur « être » en profondeur.

Sensibiliser à la communication tactile.

Apporter des conseils de beauté et de confort.

S'accorder un moment de détente, se sentir mieux dans son corps et prendre soin de soi.

**Encadrant :** Animatrice ou AS

**Contenu :** Pratique des soins esthétiques, shampoing, mise en plis, soins du visage, manucure...

Pratique du modelage corporel, « toucher douceur ».

Animation socio esthétique en chambre ou en salon.

Palette de maquillage, set de manucure, bigoudis, crème de soins, masque .....

Les résidents prennent un rendez-vous auprès de l'animatrice qui leur remettra une carte avec l'heure du rendez-vous pour le soin souhaité.

**Durée :** Uniquement le matin de 9h15 à 10h30. Cinq personnes par séance.

**Public** : Groupe ouvert, attention : souhait implicite et explicite à prendre en compte.

## 2.4 Sorties

**Objectifs** : Garder un lien social, prendre du plaisir, découvrir ou redécouvrir ...

**Encadrant** : Animatrice, AS, infirmière, psychologue.

**Public** : Groupe ouvert (selon possibilité physique et psychique).

**Contenus** :

- cinéma à Saint Pierre sur Dives tous les derniers vendredis de chaque mois.
- invitation dans l'autre maison de retraite de Saint Pierre sur Dives « St Joseph »
- plage /mer
- grandes surfaces (tous les 15 jours le jeudi)
- achats ou des rendez-vous
- restaurant
- musée.....

**Supports** : 3 véhicules (dont un équipé pour fauteuil roulant)

**Durée** : Variable.

## 1.1 Cinéma

**Objectifs** : Plaisir, distraction, découverte, initiateur de débats ...

**Encadrant** : AS ou avec animatrice si débat.

**Public** : Groupe ouvert

**Contenus** : Des projections de films récents ou plus anciens ainsi que des documentaires sont proposés.

**Supports** : Une salle cinéma a été mise en place avec rétroprojecteur et grand écran pour le site Mesnie – pour le site MAPAD, télévision à écran plat et lecteur DVD Cantou B, prévoir matériel de projection.

**Durée** : selon films - le mardi, jeudi et dimanche soir à partir de 19h45 pour le site Mesnie.

## 1.2 Ateliers proposés par les agents de cuisine

**Objectifs** : Plaisir, mémoire sensorielle, revalorisation de soi

**Encadrant** : Equipe de restauration

**Contenus** : Epluchage de légumes et fruits, confection de gaufres ou crêpes, jeux de société, promenades dans le parc.....

## 1.3 Repas annuel : la Saint Jean

Repas annuel avec les amis et la famille.

Cet évènement se prépare chaque année avec les membres du Conseil d'Administration, le Conseil de la Vie Sociale, le personnel, les résidents, les bénévoles. Ce repas partagé avec les familles est suivi d'une animation musicale.

Les résidents participent à la décoration de la salle en lien avec les activités bricolage effectuées auparavant, participent à la mise en place des tables, au pliage des serviettes, à la réalisation des plaquettes de menu (collage, écriture...).

#### **Objectifs :**

Entretenir les liens familiaux

Favoriser les échanges

### **2.8 Célébration religieuse**

De nombreux résidents sont très attachés à leur foi ainsi qu'à la pratique religieuse. Les horaires, les difficultés de déplacement, les empêchent de participer aux offices de la paroisse de la commune. Il s'agit donc de permettre aux résidents, qui le désirent de participer aux offices religieux organisés dans l'établissement.

Le diacre de l'abbaye de la commune se déplace le mercredi après-midi, 1 semaine / 2. Les gens du voisinage se joignent parfois à la cérémonie. Ils assurent un service de visite et d'écoute auprès des résidents isolés. Le fait de pouvoir pratiquer en communauté leur religion apporte aux résidents une certaine sérénité.

Cela permet aux résidents de pratiquer leur religion, de vivre leur foi, d'entretenir leurs valeurs spirituelles et de maintenir le lien social.

## **2. ACTIVITES PRAXIQUES ET GESTUELLES**

### **2.1 Bricolage (art thérapie)**

Mise en place d'ateliers collectifs d'art plastique et de peinture ;

**Objectif :** Apprendre à se repérer dans son milieu de vie

**Objectif général :**

Aider les résidents, les familles, les proches ainsi que les visiteurs à se repérer facilement dans les étages, les chambres, les salles de vie etc... dans l'établissement sans être dans l'obligation de demander au personnel

### Objectif opérationnel :

- Expérimenter par la peinture et les arts plastiques ce qu'on ne peut exprimer par la parole et se faire plaisir en jouant avec les matières.
- Travailler autour de différents thèmes choisis en groupe, tout en apportant sa touche individuelle, en expérimentant et en découvrant des matières et des techniques nouvelles ;
- Stimuler l'imagination, travailler la mémoire, provoquer la créativité, tout en acquérant des repères et une certaine « maîtrise artistique » ;
- Mettra les résidents en situation d'acteurs et non en situation de sujets, et partager de bons moments autour d'une activité commune ;
- Susciter, par des techniques proposées, la curiosité et la motivation des résidents pour leur donner envie de construire un projet commun ;
- Permettre à chaque résident de prendre conscience de ses capacités propres et de se découvrir personnellement des talents parfois cachés ou enfouis, de trouver ou retrouver confiance et estime en lui par le biais de l'art, et de permettre d'être fier de lui, de sa réussite et de son travail ;
- Générer une ouverture sur le monde extérieur.

Afin d'atteindre ces objectifs, nous devons nous adapter en permanence aux résidents, à leurs désirs, leurs besoins et leurs attentes pour qu'ils se sentent en sécurité et en confiance, pour qu'ils puissent s'investir à part entière dans le projet et qu'on leur offre un épanouissement personnel.

Public : tous les résidents

Encadrement : Animatrices

### Contenu :

- Mettre en place un panneau signalétique visible dès l'ouverture de la première porte qui permet l'entrée dans l'espace vie. Le projet : 2 arbres
- Mettre en place une signalétique avec des symboles de couleur et des thèmes bien choisis sur chaque porte et différente selon les couloirs.
- Créer un tableau de porte pour chaque résident autour d'un thème choisi.
- Chaque résident devra avoir l'opportunité d'ajouter sa touche personnelle et individuelle (goût, désir..) sur le tableau de sa porte afin d'avoir un repère supplémentaire et surtout un choix individuel (couleur, forme...)

Supports : Tableaux, peinture, bois, affiches...

## 1.1 Jardinage (en parallèle avec le projet signalétique)

### Objectifs :

- Nouer ou renouer le lien social
- Développer la créativité
- Stimuler les 5 sens et la mémoire
- Se récréer : répondre au besoin de se divertir

Partager ses connaissances

**Encadrant** : Les animatrices / la psychologue

**Supports** : Bacs à fleurs à hauteur dans le parc, fleurs.....

**Durée** : Printemps et été

**Public** : Atelier ouvert à tous, avec un engagement de 6 résidents référents (1/secteur)

**Contenu** :

Mai 2016 : peindre les 6 bacs à fleurs en lien avec le projet signalétique.

Juin 2016 : plantations

Entretien 1 fois/ semaine : arrosage, désherbage....

Echange sur les souvenirs et les connaissances

## 1.2 *Projet de fresque murale*

**Objectifs** : Créer du lien social intergénérationnel.

Projet en collaboration avec les élèves du collège Jacques Prévert

**Contenu** : Réalisation d'une fresque peinte sur les murs orange donnant sur le parc de la Mesnie

**Public** : Les résidents volontaires

## 1.3 *Bourse aux vêtements « braderie »*

**Objectifs** :

Elle a pour but, à chaque changement de saisons, de revoir le vestiaire de chaque résident et de renouveler la garde-robe de certains résidents.

**Encadrant** : Les animatrices

**Supports** : Vêtements

**Durée** : 2 jours

**Public** : tous les résidents

**Contenu** :

Les vêtements, en bon état, sont triés et exposés sur des tables ou des portants, à la vue et à la portée de tous, dans une salle prévue à cet effet. Ils sont classés par genre, par taille, un côté hommes et un côté femmes afin de choisir librement.

Les résidents choisissent eux-mêmes, ils peuvent essayer et même changer d'avis s'ils le souhaitent. La notion du choix est très importante.

Tout se passe dans la convivialité ; on parle, on rit ensemble, cela favorise la communication.

## PROJET ANIMATION MAPAD

### 1. STIMULATION COGNITIVE

#### 1.1 Atelier de réminiscence

##### Objectifs :

- Faciliter l'émergence et l'expression de souvenirs.
- Permettre aux personnes atteintes de maladie d'Alzheimer et troubles apparentés dans les stades légers, d'échanger sur leur histoire.
- Mieux connaître l'histoire de vie des résidents, et permettre de la restituer dans l'histoire générale.
- Placer la famille comme partenaire privilégié.
- Redonner au sujet une place d'acteur et de détenteur de connaissance.
- Favoriser le lien social.

##### Public :

Toutes personnes de l'institution. Groupe fermé.

Groupe de 5 personnes âgées

Encadrant : Animatrice / AS ou Psychologue (supervise).

Contenus : Élaboration d'un atelier : constitution d'un groupe, déroulement d'un atelier et évaluation.

Cadre : Confidentialité des choses dites dans cette espace, absence de jugement, et acceptation des personnes telles qu'elles sont, il est possible et encouragé d'apporter des objets personnels, à chaque fin de séance ,compte rendu écrit des choses générales dites en séance avec le groupe, groupe formé = constant, la parole est libre, nul ne sera obligé de parler, respect de la volonté de chacun.

Déroulement des séances : toujours avec support, sous forme de comparaison du passé vers le présent, puis compte rendu écrit, la séance peut être modifiée sur demande des sujets (exemples : parler de musique, jardinage ... en fonction des centres d'intérêt des personnes). Du général vers le personnel.

Durée de l'activité : 1h00

#### 1.2 Atelier mémoire

##### Objectifs :

- Connaître les différentes mémoires et leur fonctionnement.
- Situer l'impact du vieillissement normal sur les fonctions cognitives et la mémoire.

La remobilisation des résidents, la revalorisation de l'image d'eux-mêmes et la création de lien social.

Développer la capacité et améliorer les stratégies mnésiques.

**Public** :

Le vieillissement normal et le vieillissement pathologique.

Groupe fermé

**Encadrant** :

Animatrice / AS ou Psychologue (supervise).

**Contenus** :

Les ateliers seront organisés en trois phases : une première phase d'accueil des participants autour d'un café, afin de créer une ambiance détendue.

La seconde phase sera constituée d'un exercice de fluence, de type petit bac. Cette activité, à préparer en amont, permettra de créer et maintenir une stratégie de recherche d'information. Cette stratégie mise en pratique équivaut à une stimulation cognitive. A travers cet exercice nous espérons permettre aux sujets de développer une envie de découverte. C'est à dire un réinvestissement de la vie quotidienne et de la sphère sociale.

Enfin, la dernière phase consistera à évoquer et mettre en pratique des stratégies de maintien mnésique, comme l'imagerie mentale ou l'estompage. Ainsi mettre à disposition des patients, des outils afin de pallier au problème mnésique observés dans leur vie quotidienne. Cette prise en charge permet la découverte de soi et l'exploitation de ses capacités, l'insertion et la lutte contre l'exclusion, le développement de la vie sociale et la promotion des individus et du groupe.

**Supports** :

Fiches techniques, jeux de mémoire ....

**Durée de l'activité** : 1h30

### 1.3 Café presse

**Objectifs** :

Faire s'exprimer chaque personne sur un thème choisi ou lu et débattre.

Faire émerger et redonner une place d'acteur dans la vie sociale, avec ses propres idées.

**Encadrant** : Animatrice ou AS

**Contenus** :

Journal Ouest- France, pays d'auge...)

Café de convivialité.

Annonce des décès, obsèques (journaux et institution).

**Durée** :

1h00 Tous les matins de 10h45 à 11h45

**Public** : Groupe ouvert.

## 1.4 Loto

### Objectifs :

Favoriser le lien social, la concentration et l'écoute

Stimuler la mémoire

Répondre au besoin de se récréer et de se divertir

Encadrant : animatrice

Public : Toutes les personnes intéressées, groupe ouvert.

Contenus : Accueil et explication des règles du jeu.

Supports : Mise en place du matériel : roue, boules numérotées, cartes. Les règles du jeu sont définies en début de partie. Celui ou celle qui réalise le premier une quine, une double quine (2 lignes) ou un carton plein, est gagnant d'un lot. Le silence est demandé pour une bonne écoute et une bonne concentration.

Durée : 3h environ (suivant support)

## 1.5 Projet chant

### Objectifs :

Rencontre intergénérationnelle

Favoriser et maintenir le lien social

Projet en lien avec les élèves de primaire de l'école Ste Thérèse de Saint Pierre sur Dives.

## 2. REVALORISATION ET MAINTIEN DU LIEN SOCIAL

### 2.1 Cinéma

Objectifs : Plaisir, distraction, découverte, initiateur de débats ...

Encadrant : AS ou avec animatrice si débat.

Public : Groupe ouvert

Contenus : Des projections de films récents ou plus anciens ainsi que des documentaires sont proposés.

Supports : Une salle cinéma a été mise en place avec rétroprojecteur et grand écran pour le site Mesnie – pour le site MAPAD, télévision à écran plat et lecteur DVD Cantou B, **prévoir matériel de projection.**

Durée : selon films – le mardi, jeudi et dimanche soir à partir de 19h45 pour le site Mesnie. Et suivant la météo au site MAPAD en journée (**horaire à redéfinir**).

### 2.2 Soins esthétiques

#### Objectifs :

Revaloriser non seulement « l'image » mais leur « être » en profondeur.

Sensibiliser à la communication tactile.

Apporter des conseils de beauté et de confort.

S'accorder un moment de détente, se sentir mieux dans son corps et prendre soin de soi.

**Encadrant** : Animatrice ou AS

**Contenu** : Pratique des soins esthétiques, shampoing, mise en plis, soins du visage, manucure...  
Pratique du modelage corporel, « toucher douceur ».

Animation socio esthétique en chambre ou en salon.

Palette de maquillage, set de manucure, bigoudis, crème de soins, masque .....

Les résidents prennent un rendez-vous auprès de l'animatrice qui leur remettra une carte avec l'heure du rendez-vous pour le soin souhaité.

**Durée** : Uniquement le matin de 9h15 à 10h30. Cinq personnes par séance.

**Public** : Groupe ouvert, attention : souhait implicite et explicite à prendre en compte.

### 2.3 Anniversaires

**Objectifs** : Se repérer dans le temps, s'accorder un moment festif et de plaisir.

**Encadrant** : Animatrice ou AS.

**Publics** : Les résidents concernés par cet événement.

**Contenus** : A la date anniversaire, au début du repas, annonce à l'assemble des résidents en chansons et une rose est offerte.

**Supports** : liste d'anniversaire et rose.

**Durée** : à 12h00.

### 2.4 Médiation animale

#### **Objectifs** :

Créer ou maintenir le lien social

Favoriser la revalorisation de soi

Stimuler la mémoire et la praxie (gestuelle)

Renforcer la confiance en soi

Permettre l'expression individuelle et collective

**Encadrant** : Animatrice/ AS/ psychologue.

**Publics** : Les résidents qui le désirent.

**Contenus** : Présentation des participants et de la date.

L'atelier débute par la présentation des animaux : exercice de mémoire sur le nom, la race... et évocation spontanée des résidents.

Chaque résident est invité à pratiquer des exercices : caresser, brosser et promener le chien

.Certains s'y aventurent volontiers, d'autres les récompensent ou prennent l'animal sur leurs

genoux. Au-delà de l'aspect récréatif, cette séquence présente bien des intérêts : nous travaillons sur le registre émotionnel et affectif ; ce qui a du sens pour des personnes en perte de repères et parfois d'affects.

**Supports** : Chien, lapins ;

**Durée** : 2h.

## 2.5 Sorties

**Objectifs** : Garder un lien social, prendre du plaisir, découvrir ou redécouvrir ...

**Encadrant** : Animatrice, AS, infirmière, psychologue.

**Public** : Groupe ouvert (selon possibilité physique et psychique).

**Contenus** :

- cinéma à Saint Pierre sur Dives tous les derniers vendredis de chaque mois.
- invitation dans l'autre maison de retraite de Saint Pierre sur Dives « St Joseph »
- plage /mer
- grandes surfaces (tous les 15 jours le jeudi)
- achats ou des rendez-vous
- restaurant
- musée.....

**Supports** : 3 véhicules (dont un équipé pour fauteuil roulant)

**Durée** : Variable.

## 2.6 Accompagnement individuel

**Objectifs** : Garder un lien social, instaurer une relation de confiance.

**Encadrant** : Animatrice, AS, IDE, psychologue ;

**Public** : Tous les résidents

**Contenus** : Echanges et conversations

**Supports** : Observation, écoute, stimulation à la lecture et à l'écriture

**Durée** : Variable.

## 2.7 Rencontres intergénérationnelles

**Objectifs** : briser les stéréotypes sur le vieillissement, créer du lien social, prendre du plaisir et transmettre leur savoir (place d'acteur pour les résidents).

**Encadrant** : Animatrice, Intervenant extérieur/ AS

**Public** : Groupe ouvert (adaptée aux capacités des résidents)

**Contenus** : variable selon les rencontres ex : semaine bleue (organisée et financée par la MSA.)

Rencontres avec les écoles, centre de loisirs ...

**Supports** : musique, chant, dessin, objets ...

Durée : Variable.

### 2.8 Repas annuel . la Saint Jean

Repas annuel avec les amis et la famille.

Cet évènement se prépare chaque année avec les membres du Conseil d'Administration, le Conseil de la Vie Sociale, le personnel, les résidents, les bénévoles. Ce repas partagé avec les familles est suivi d'une animation musicale.

Les résidents participent à la décoration de la salle en lien avec les activités bricolage effectuées auparavant, participent à la mise en place des tables, au pliage des serviettes, à la réalisation des plaquettes de menu (collage, écriture...).

#### Objectifs :

Entretenir les liens familiaux

Favoriser les échanges

### 2.9 Célébration religieuse

De nombreux résidents sont très attachés à leur foi ainsi qu'à la pratique religieuse. Les horaires, les difficultés de déplacement, les empêchent de participer aux offices de la paroisse de la commune. Il s'agit donc de permettre aux résidents, qui le désirent de participer aux offices religieux organisés dans l'établissement.

Le diacre de l'abbaye de la commune se déplace le mercredi après-midi, 1 semaine / 2. Les gens du voisinage se joignent parfois à la cérémonie. Ils assurent un service de visite et d'écoute auprès des résidents isolés. Le fait de pouvoir pratiquer en communauté leur religion apporte aux résidents une certaine sérénité.

Cela permet aux résidents de pratiquer leur religion, de vivre leur foi, d'entretenir leurs valeurs spirituelles et de maintenir le lien social.

## 1. ACTIVITES PRAXIQUES ET GESTUELLES

### 3.1 Cuisine

Objectifs : Favoriser le lien social

Solliciter la mémoire procédurale et sensorielle

Permettre la communication avec et entre les résidents

Se récréer : répondre au besoin de se divertir

Chacun peut s'exprimer et cela permet de pointer des difficultés, des problèmes ou des souhaits. Elle permet également de mettre en avant les talents préservés de chacun, ainsi que de stimuler les 5 sens.

C'est aussi l'occasion de se remémorer les souvenirs du passé. Cette activité a lieu en semaine, en début d'après-midi. Elle a été mise en place suite à une demande des résidents.

**Public :** Groupe ouvert, toutes les personnes intéressées.

**Contenus :** Explication de la recette des ingrédients et des étapes à suivre pour la réalisation d'un gâteau, d'une salade de fruits, d'une compote...

Une fois la réalisation réalisée par les résidents, une dégustation est prévue pour le goûter ou le repas du soir

**Supports :** Fruits, légumes, différents ingrédients en fonction des recettes

**Encadrant :** Animatrice, AS

**Durée :** Variable.

**PROJET :** Aménagement et sécurisation du rez de chaussée de l'appartement adjacent à la structure Mapad afin de permettre aux résidents de se retrouver dans une vraie cuisine.

### 3.2 Gym douce (éveil musculaire)

**Objectifs :**

Maintenir une image positive de soi, garder une certaine tonicité musculaire grâce à des exercices.

**Encadrant:**

Animatrice avec supervision du kinésithérapeute

**Contenus:**

Initiation aux techniques douces et d'apaisement : étirements, relaxation, automassages, techniques respiratoires... maintien de la souplesse : renforcement musculaire et équilibre.

**Support :** Ballons, balles, cerceaux, musique de relaxation...

Tous les jeudis après-midi de 14h à 15h00

**Public :** 7-8 personnes

### 3.3 Bricolage (art thérapie) ; projet signalétique « portes de chambres »

**Objectifs :**

Acquérir des techniques à l'aide de différents matériaux.

Permettre de développer l'esprit créatif tant sur le plan technique que psychologique.

Développer la convivialité et la créativité de chacun.

Créer des objets dans un but bien précis et préparer des expositions de leurs créations (exemples : Marché de Noël, Pâques, décoration pour les festivités...)

**Encadrant** : Animatrice et/ou AS

**Contenu** :

L'expression plastique, dessin, peinture, modelage, collage... et autres moyens stimulant la créativité.

Les effets passifs, les effets actifs : le domaine de la contemplation et de l'action.

- Mettre en place une signalétique avec des symboles de couleur et des thèmes bien choisis sur chaque porte et différente selon les couloirs.
- Créer un tableau de porte pour chaque résident autour d'un thème choisi.
- Chaque résident devra avoir l'opportunité d'ajouter sa touche personnelle et individuelle (goût, désir...) sur le tableau de sa porte afin d'avoir un repère supplémentaire et surtout un choix individuel (couleur, forme...)

**Supports** : différents matériaux neufs ou de récupération (tissus, livres, papiers, carton, laine, paniers...), tableaux, peinture, bois, affiches...

**Durée** : Tous les mardis de 14h30 à 16h30

**Public** : Tous les résidents.

### 3.1 Jardinage

**Objectifs** :

Retrouver l'envie de semer, de planter des aromates, des fleurs, des légumes...

Arrosage.

Apprécier le moment de la récolte. Prendre plaisir.

Valorisation de la personne, de l'estime de soi.

**Encadrant** :

Deux élus du CVS / Animatrice ou AS.

**Supports** : parcelle de jardin à la MAPAD, matériel sur place.

**Durée** : 14h 16h tous les mercredis après-midi.

**Public** : groupe ouvert, trois personnes par site.

### 3.2 Marché de Noël

**Objectifs** :

Revalorisation des résidents

Favoriser et maintenir le lien social

Les bénéfices de la vente sont utilisés pour l'achat de matériel pour l'animation

**Encadrant** : Animatrices

**Supports** : Vente d'objets réalisés par les résidents ou récupérés sur le site Mesnie ou à l'extérieur

### 3.3 Bourse aux vêtements « braderie »

**Objectifs :**

Elle a pour but, à chaque changement de saisons, de revoir le vestiaire de chaque résident et de renouveler la garde-robe de certains résidents.

**Encadrant :** Les animatrices

**Supports :** Vêtements

**Durée :** 2 jours

**Public :** tous les résidents

**Contenu :**

Les vêtements, en bon état, sont triés et exposés sur des tables ou des portants, à la vue et à la portée de tous, dans une salle prévue à cet effet. Ils sont classés par genre, par taille, un côté hommes et un côté femmes afin de choisir librement.

Les résidents choisissent eux-mêmes, ils peuvent essayer et même changer d'avis s'ils le souhaitent. La notion du choix est très importante.

Tout se passe dans la convivialité ; on parle, on rit ensemble, cela favorise la communication.

Le 10/12/2024

O. ANFRY  
Directeur Général  
ALARA