

Table des matières

Introduction.....	3
1. Mission de l'animatrice.....	3
2. Activités principales.....	4
3. Relations fonctionnelles.....	5
4. Compétences.....	6
5. Objectifs des activités d'animation.....	7
Les animations.....	10
1. Atelier de réminiscence.....	10
2. Atelier mémoire	11
3. Atelier parole « café/presse ».....	13
4. Atelier d'esthétique relationnelle / détente.....	14
5. Atelier musique.....	15
6. Stimulation multi sensorielles (SNOEZELEN)	16
7. Éveil musculaire et relaxation	16
8. Sensibilisation à l'art thérapie et à la créativité	17
9. Éveil des sens	18
10. Atelier jardinage.....	18
11. promenade en calèche avec « Pola ».....	19
12. Anniversaire du mois.....	20
13. Jeux de société.....	20
14. la messe ou célébration.....	21
15. L'accompagnement individuel.....	22
16. Sorties.....	22
17. Cinéma.....	23
18. Rencontre Intergénérationnelle.....	24
19. Annonce de décès.....	24
LE C.A.N.T.O.U.....	26
Projet d'organisation d'une Journée en CANTOU.....	27

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 :

- Entretenir 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- générations.
 - * 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.
 - Evaluer régulièrement la qualité des animations (questionnement oral ou écrit...) et proposer des solutions correctives et assurer une permanence dans la dynamique.
 - Tenir a 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

Retransmettre 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 âgées.

- 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 entrainer 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^{ère} partie: le retrait sur soi et l'isolement (peu de stimuli)

2^{ème} 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^{ème} partie: les activités et ateliers

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

4^{ème} partie: L'intimité:

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

(Beaucoup de stimuli)

5^{ème} partie: Les jeux:

- Triomino
- Jeux de société
- Scrabble
- Loto

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

Les animations

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 (Site MAPAD)

Groupe de 10 personnes âgées (Site Mesnie)

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

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

Groupe de 10 personnes (Site Mesnie)

Groupe de 4 personnes (Site MAPAD)

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

3. Atelier parole « 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 (Site Mesnie)

1h00 Tous les matins de 10h30 – 11h30 (Site MAPAD)

Public : Groupe ouvert.

4. Atelier d'esthétique relationnelle / détente

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. (Site Mesnie avec l'animatrice) -Après-midi sans rendez-vous (Site MAPAD).

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

5. Atelier musique

Objectifs :

Utiliser le monde sonore et musical comme moyen de communication par et avec la personne âgée. Mobiliser les “espaces” du plaisir, de l’émotion et de l’expression. Susciter une écoute active liée à la détente corporelle. Susciter la revalorisation de la personne âgée par la création et l’interaction avec les autres.

Encadrant : Animatrices et/ou AS

Contenu : Approche rythmique et mélodique. Improvisation vocale et verbale. Enjeu du corporel dans l’expression sonore - mouvement et espace.

Enveloppe sonore. Écoute de musiques enregistrées.

Supports : cahier de chants, CD , micro, instruments de musique ...

Objectifs : Stimuler la mémoire, se remémorer les chants, travailler les différents rythmes et musiques.

Durée : tous les lundis de 14h30 à 16h

6. Stimulation multi sensorielles (SNOEZELEN)

Objectif :

Contribuer à une meilleure gestion des troubles du comportement des personnes atteintes de maladie d’Alzheimer et troubles apparentés.

Projet à l’étude

7. Éveil musculaire et relaxation

Objectifs :

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

Encadrant:

Animatrice avec supervision du kinésithérapeute, voir travail avec «SIEL BLEU» (Site Mesnie)

Intervenant site MAPAD «SIEL BLEU» avec ALBAN

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...

Durée : 14h30 à 16h00 (site Mesnie)

tous les jeudis après midi de 14h à 15h00 (site MAPAD)

Public : 7-8 personnes (site MAPAD)

10-15 personnes (site Mesnie)

8. Sensibilisation à l'art thérapie et à la créativité

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... La musique, la danse, le théâtre, le conte et autres moyens stimulant la créativité.

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

Supports : différents matériaux neufs ou de récupération (tissus, livres, papiers, carton, laine, paniers...)

Durée : Tous les mardis de 14h30 à 16h30 (Mesnie et MAPAD)

Public :

Site MAPAD : 4-5 personnes

Site Mesnie : groupe ouvert

9. Éveil des sens

Objectifs :

Stimuler les 5 sens chez les personnes âgées.

Stimuler la mémoire sémantique.

Créer du lien social.

Encadrant :

Animatrice ou AS

Contenu :

Redécouvrir les goûts, les odeurs, des textures, des couleurs ... sous forme ludique.

Durée : 2h

Public : Tout public en petit groupe (MAPAD 4-5 et Mesnie 10)

10. Atelier 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.

11. promenade en calèche avec « Pola »

Objectifs : prendre plaisir, permettre aux résidents de maintenir des liens avec l'extérieur.

Encadrant : Olivier et Frank les deux employés municipaux / Animatrice ou AS Mesnie /Animatrice ou AS MAPAD.

Public : 7 résidents, groupe ouvert.

Contenus :Promenade en campagne ou en ville.

Échange sur les bâtiments historiques (l'abbatiale, les halls...)

Visite de l'écurie, possibilité de donner à manger à la percheronne et de la brosser...

Supports : calèche de la ville de Saint Pierre sur Dives avec la percheronne nommée « Pola »

Convention faite d'une année à l'autre.

Durée : Tous les vendredis de 14h30 à 15h30

12. Anniversaire du mois

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.

13. 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)

14. la messe ou célébration

Objectifs : maintien des activités sociales et des rites.

Moment de recueillement.

Encadrant : Diacres ou Abbé.

Public : groupe ouvert

Contenus : partage de prière et de chant.

Supports : livret de chant d'église, chapelet pour les personnes qui souhaitent l'avoir.

Durée : 1h00 tous les mercredi après-midi.

A ce jour, le besoin de rites appartenant à une religion différente, n'est pas recensé.

15. L'accompagnement individuel

Objectifs : Lutte contre l'isolement

Préserver un lien social

Stimulation cognitive.

Image de soi revalorisée.

Encadrant : Animatrice ou AS

Public : personnes qui ne souhaitent ou ne peuvent participer aux animations.

Contenus : Lecture, Jeux de société, soin de bien être, échanges, musique ... selon le souhait du résident.

Supports : Journaux, jeux de société, CD, maquillage, ...

Durée : 30-45min.

16. 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.

17. 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**).

18. Rencontre Intergénérationnelle

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.

19. Annonce de décès

Objectifs : informer (éviter toute interprétation) – rétablir le mort dans l'institution (ne plus en faire un tabou) – permettre au proche de se recueillir – permettre au résident de voir comment leur mort va être perçue par la structure et d'être présent lors des enterrements

Encadrant : Animatrice ou AS.

Public : Ouvert

Contenus : annonce au café presse et au restaurant, puis affichage sur le panneau d'activités de la semaine. Évocation par le diacre ou le prêtre durant la messe du mercredi.

Accompagnement à l'enterrement.

Supports : Avis de faire-part de décès.

Durée : décès du résident jusqu'au départ du corps.

LE C.A.N.T.O.U

Le C.A.N.T.O.U. est l'abréviation de Centre d'Activités Naturelles Tirées d'Occupations Utiles.

En occitan "cantou" signifie petit coin, coin du feu.

Ce type de structure a été imaginé et mis en place à Rueil Malmaison par Monsieur Caussanel afin d'améliorer la qualité de prise en charge des personnes désorientées.

Son but n'est pas de créer un «ghetto», mais bien d'apporter aux personnes démentes une prise en charge plus adaptée que les structures d'hébergement traditionnelles. Plus précisément, le cantou consiste à offrir à un petit groupe de résidents des conditions de vie proches de celles du milieu familial, et propose des animations centrées sur des activités courantes afin de stimuler les fonctions cognitives restantes.

A Rueil Malmaison, ces unités fonctionnent comme une vraie maison familiale :

- Des maîtresses de maison assurent le bon fonctionnement de l'établissement et vivent avec les résidents.
- Le résident est associé, selon ses possibilités, à la vie collective du Cantou pour l'aider à maintenir les gestes de la vie quotidienne : épluchage, vaisselle, mise du couvert, pliage du linge...
- La philosophie initiale prévoit d'organiser un projet de vie autour des résidents pour faire face à ses angoisses, sa désorientation, ses troubles du comportement
- Le Cantou favorise la stimulation entre les résidents pour les aider à préserver leur autonomie
- Le personnel d'encadrement diplômé est formé à la prise en charge des personnes âgées désorientées
- Le résident bénéficie de conditions de vie respectueuses de sa liberté

Projet d'organisation d'une Journée en CANTOU

Objectif : Maintenir et/ou restaurer les capacités cognitives et physiologiques des résidents, afin de faciliter leur autonomie et de valoriser leur image de soi pour eux et pour l'entourage.

Principe : s'adapter aux maximum au rythme de vie du résident et à ses capacités, afin de recréer des activités au plus proche de leur vie quotidienne antérieure.

Matin :

- petit déjeuner en salle (sauf désir du résident de rester en chambre)
- entre 7h30 et 10h service disponible
- les résidents vide le lave-vaisselle et mettent le couvert (bol, cuillère...)
- les résidents s'entraident entre eux et profitent de ce moment pour communiquer
- une fois le petit déjeuner pris, ils débarrassent, remettent la vaisselle dans le lave-vaisselle, lavent les tables et passent le balais au fur et à mesure
- les toilettes commencent dès que les premiers on fini de manger et s'enchaînent après 10h.
- 11h ils sont conviés à participer au café presse

Midi :

- les résidents mettent la table
- aident au service
- puis débarrassent et remplissent le lave-vaisselle, lavent les tables et passent la balai.

Après-midi :

- Finir les toilettes restantes
- Temps libre jusqu'à 15h pour ceux qui ne veulent/peuvent pas aller à l'animation. Pendant ce temps, proposer : sieste, tricots à disposition, jeux de société à disposition, échanges avec les équipes, promenade dans le jardin, soin esthétique ...

-A partir de 15h, deux fois par semaine, élaboration de repas (soupe, dessert ...)

-A partir de 16h goûter, là encore les résidents mettent la table, débarrassent et lavent la vaisselle.

Soir :

-les résidents mettent la table

-aident au service

-dégustation des plats préparés l'après-midi.

-puis remplissent le lave-vaisselle et lavent les tables

-Temps libre à nouveau

-19h30 les résidents qui le souhaitent se dirigent vers le coin presse, vers le salon ou leur chambre.

Pour chacun, et à tout moment de la journée, le choix de rester dans sa chambre est respecté.