

AIDE ET SOINS A DOMICILE MAGAZINE



AIDE ET SOINS A DOMICILE

Revue spécialisée de l'Association suisse des services
d'aide et de soins à domicile | 2/2016 | Avril/Mai

DOSSIER «L'habitat des aînés» Page 9

Vieillir chez soi, mode d'emploi

PRESTATIONS Envahis par la bureaucratie Page 6

DOSSIER Renforcer la personne dans son espace de vie Page 16

DOSSIER Autonome et en réseau Page 19

Le spécialiste en solutions de mobilité efficiente



Vos partenaires vous souhaitent bonne route.

www.emil-frey.ch



Votre spécialiste
depuis 1924.

Alarme Croix-Rouge Une sécurité de tous les instants



Une simple pression sur un bouton – et la centrale d'alarme Croix-Rouge organise des secours. Immédiatement et 24h/24. Un service personnalisé et compétent.

031 387 74 90 • www.alarme-croixrouge.ch

Croix-Rouge suisse 

PRÉSERVEZ VOTRE MOBILITÉ ! AVEC NOUS.

La maison Herag, une entreprise familiale Suisse, propose depuis 30 ans des solutions pour votre indépendance, votre sécurité et votre confort. En vous offrant, en plus, un service parfait.



Stannah

HERAG AG, Herag Romandie
Clos des Terreaux 8, 1510 Moudon VD
info@herag.ch, www.herag.ch/fr

Téléphone 021 905 48 00

Demande de documentation gratuite

Nom	<input type="text"/>
Prénom	<input type="text"/>
Rue	<input type="text"/>
NPA/Lieu	<input type="text"/>
Téléphone	<input type="text"/>

L'idée du chez-soi



Qu'y a-t-il de plus important dans la notion du «chez-soi»? L'autonomie de l'individu? Le besoin d'être responsable? Le pouvoir de tout décider soi-même et par là, de garder le contrôle? Le confort rassurant d'une intimité que l'on a soi-même aménagée? En tout cas, c'est une évidence: la quasi-totalité de la population souhaite rester le plus longtemps possible à la maison, et nombreux sont

ceux qui refusent même farouchement l'idée de l'EMS. Ce sont alors quelquefois des solutions intermédiaires qui se profilent. Habitat protégé, aides technologiques, colocations... Il y en a de toutes les formes et pour tous les goûts. C'est le sujet très actuel et passionnant auquel est consacré le Dossier de cette édition. Parfois, même ceux qui avaient soutenu mordicus «J'y suis, j'y reste!» finissent par découvrir d'autres formes d'habitat, mieux sécurisé, plus pratique, plus vivant... où ils se sentent chez eux malgré tout. De plus en plus, ils pourront même bénéficier, en plus, de prestations de services sur place. Cette nouvelle tendance, qui pourrait élargir le champ d'activités de la branche du maintien à domicile, correspond bien à nos besoins d'indépendance et de confort. Après tout, nous sommes au 21^e siècle!

Je vous souhaite une agréable lecture.

Nicole Dana-Classen

9 DOSSIER «L'HABITAT DES AÎNÉS»

- 10 Le créneau du logement avec prestations
- 16 Renforcer la personne dans son espace de vie
- 19 Rester autonome, chez soi et en réseau
- 22 «Juste pour voir que ça va»
- 23 De la prévention active
- 24 Vieillir chez soi: mode d'emploi

4 ACTUEL

PRESTATIONS

- 6 Envahis par la bureaucratie

RÉSEAU

- 8 Forum Managed Care: mesurer la performance

DIALOGUE

- 26 Des lacunes dans la prise en charge de la démence

27 LA DERNIÈRE

En couverture:

De gauche à droite: Sabine Stadler, intendante du lotissement Sihlbogen, avec Devrim Yetergi Kiefer, Directrice de Spitex ZH Sihl
Photo: Guy Perrenoud



Ces symboles indiquent des contenus supplémentaires, accessibles depuis la version numérique ou le site web.



L'agenda des événements figure sur www.magazineasd.ch

Chutes des aînés: 1330 décès par an, c'est trop!



Photo: bpa

red. En Suisse, 1330 personnes de plus de 60 ans meurent chaque année des suites d'une chute et 12 000 autres subissent une fracture de la hanche. Même les blessures moins sérieuses ne sont pas sans conséquences: à la suite d'une fracture de la main ou d'une commotion cérébrale, les aînés perdent souvent leur autonomie. Ils doivent déménager en EMS ou rester alités. Les chutes occasionnent par ailleurs des coûts importants: le bpa estime que les frais de soins et de guérison se chiffrent à 1,6 milliard de francs pour celles subies par les seniors, et que les coûts socio-économiques sont encore considérablement plus élevés.

Pourtant, même à un certain âge, les chutes ne sont pas une fatalité. Elles peuvent être évitées par un entraînement de l'équilibre statique et dynamique ainsi que par un travail de la force. C'est ce qu'ont voulu montrer le bpa (Bureau de prévention des accidents), Pro Senectute Suisse et trois autres partenaires (la Ligue suisse contre le rhumatisme, physioswiss et Promotion Santé Suisse) en lançant la campagne «L'équilibre en marche». Un site dédié liste plus de 500 cours permettant d'entraîner force et équilibre afin de rester mobile et autonome jusqu'à un âge avancé.

On y trouve également la démonstration d'exercices à réaliser chez soi. Et comme il est plus plaisant de bouger en groupe que tout seul, la campagne renvoie à plus de 500 cours à travers toute la Suisse. Diversifiée (du tai-chi à la danse, en passant par la rythmique Jaques-Dalcroze), l'offre cible les besoins spécifiques des plus de 60 ans. Et hop!

www.equilibre-en-marche.ch

Du vécu pour une expo

red. Vieillir est un processus individuel que chacun vit différemment. Il englobe bien plus que la dégradation de la santé, la limitation de la motricité et la multiplication des trous de mémoire. Vieillir, c'est aussi gagner en liberté, avoir davantage de temps et plus de latitude dans ses actes. L'exposition du Musée de la communication à Berne rend justice à la complexité du sujet, en permettant de voir tout le potentiel de l'âge. Sa conception est une nouveauté pour la Suisse, en ce sens que les personnes accompagnant les visiteurs à travers l'exposition ont suffisamment de vécu pour être des experts: les guides senior, tous âgés de 70 à 84 ans, parlent du sujet par

expérience. Ils dialoguent avec les membres de leur groupe et leur permettent de vivre personnellement la vieillesse. Les expériences passionnantes que les guides senior ont vécues sont un enrichissement pour l'exposition. D'un voyage accompagné par un rhinocéros de Sumatra à une partie de ping-pong avec John Lennon, il y a beaucoup à découvrir. Une véritable aventure! Les guides senior accompagnent les visiteurs par groupes à travers l'exposition. Il est donc impératif de s'inscrire pour les groupes.

Dialogue avec le temps.
Musée de la Communication, Berne.

Jusqu'au 10 juillet 2016

Du mardi au dimanche, de 10 à 17 heures

www.mfk.ch

L'accident n'arrive pas par hasard

red. La commission fédérale pour la coordination de la sécurité au travail (CFST) a publié une brochure sur le thème de la sécurité au travail et de la protection de la santé dans le secteur de l'aide et des soins à domicile. Structurée en différentes parties thématiques, cette brochure énumère les risques et les dangers possibles tout en proposant des mesures appropriées. Elle s'adresse en particulier au personnel, exposé à de nombreuses sollicitations psychiques et physiques. Des soins du corps et infirmiers (par ex. traitement des plaies) à la préparation des repas et à des tâches domestiques (lessive et nettoyage), ces collaborateurs sont également amenés à mani-

A lire **Accompagner ses parents vieillissants**



red. Cet ouvrage ne peut envisager de répondre à toutes les situations, mais il espère mettre à disposition, par le biais du regard double de son auteur, à la fois acteur et usager, quelques clefs utiles. Conjoint, fils ou fille, petite-fille ou petit-fils, neveu ou nièce, frère ou sœur ou tout simplement amie ou ami: tous ceux qui sont proches d'une personne prenant de l'âge, dont la santé décline, qui a besoin d'aide ou doit envisager l'entrée en institution, sont amenés à se poser des questions. Seul(e)s face à cette situation, ou pas forcément d'accord avec les autres membres de son environnement, ils se demandent ce qu'il convient de faire. Comment agir au mieux des intérêts de quelqu'un, parfois même malgré lui? Comment décrypter certains signes qui nous sont jusque là inconnus? Quels sont les éléments de la prise de décision dont il faut tenir compte? Quels sont les dangers pour son proche, pour soi-même? Ce sympathique ouvrage (carnet à spirales) donne des points de repère, un éclairage du monde parfois obscur de l'institution. Il est une aide à la décision, un guide sous forme d'abécédaire pour cheminer un peu plus sereinement sur la voie difficile de la dépendance et dans le rôle ardu de «proche aidant» ou d'accompagnant.

Magali Debost, Planète Santé CHF 20.–

 www.medhyg.ch

puler du sang et des liquides corporels, ce qui s'accompagne d'un risque d'infections. Il ne faut pas non plus occulter la violence et les agressions auxquelles sont soumis les professionnels de l'aide et des soins à domicile. Les contraintes ergonomiques, par exemple lors du déplacement ou du transport des patients, sont importantes également. Toutes ces mises en danger ou contraintes peuvent entraîner des maladies de longue durée, par exemple des troubles musculo-squelettiques ou un épuisement psychique.

 www.ekas.admin.ch

Médicaments: toute une organisation!

red. En Suisse, la sécurité de l'approvisionnement en médicaments est bonne malgré les quelques incidents observés ces dernières années. Telles sont les conclusions d'un rapport du Conseil fédéral dans lequel il formule plusieurs recommandations concernant le stockage, la production, l'accès au marché, la formation des prix et le remboursement.

Les épisodes de pénurie, en médicaments oncologiques ou en vaccins par exemple, sont principalement dus à la centralisation croissante de la production et de la distribution. En effet, le nombre d'entreprises de fabrication diminue, le stockage et la distribution se concentrent sur

quelques sites, et les structures d'approvisionnement décentralisées se raréfient.

Afin d'augmenter la disponibilité des médicaments à long terme, le Conseil fédéral propose entre d'étendre la capacité de stockage à tous les niveaux, des fabricants aux médecins, en passant par les hôpitaux. Il examine également la possibilité d'obliger la branche à stocker en permanence certains médicaments très importants (stockage obligatoire). L'approvisionnement de certains produits de niche (par exemple, formes galéniques et préparations spéciales) qui peuvent être fabriqués sans autorisation pourrait être assuré via un réseau composé de pharmacies publiques, de pharmacies d'hôpital et de la pharmacie de l'armée.

Envahis par la bureaucratie

Toute organisation d'aide et de soins à domicile connaît ce fléau: dans un domaine régulé à outrance comme le secteur de la santé, on court le risque d'alimenter le budget des tâches administratives au détriment des fonds alloués aux clients et patients.



Apporter un soutien administratif au client, cela peut être très important. Photo: iStock

Dans le rapport annuel de la région d'Olten, la responsable des soins, Marianne Stark, pointe le problème du doigt: «Les charges administratives compliquent et renchérissent trop souvent les prestations des organisations d'aide et de soins à domicile.»

Quiconque cherche à corroborer ce constat par d'autres rapports annuels dans le secteur de santé ne cherche pas longtemps. Les professionnels des organisations d'aide et de soins à domicile ne sont pas les seuls à se plaindre. Dans son éditorial

publié dans le dernier numéro de *Compétence* le directeur général de l'hôpital de Bülach, Rolf Gilgen, écrit que des médecins et le personnel soignant se plaignent «des charges administratives démesurées qui empiètent sur le temps consacré au patient.» *Compétence* est la revue bilingue spécialisée pour les professionnels des hôpitaux et Rolf Gilgen est son rédacteur-en-chef. Sous le titre «Éviter la dérive», *Compétence* fait le point sur l'excès de bureaucratie. La lecture de cette série d'articles laisse songeur: un sondage représentatif auprès des médecins hospitaliers a montré qu'en moyenne, les médecins des spécialités chirurgie, médecine et gynécologie passent à peine un tiers, et ceux de la psychiatrie et de la réhabilitation un quart de leur temps de travail auprès de leurs patients. Les médecins-assistants sont particulièrement concernés. En plus des travaux administratifs qui leur incombent, ils ont dédié en moyenne 27 % de leur temps à des activités de documentation.

Ne prétendons pas que la bureaucratie atteigne une telle ampleur dans les soins à domicile. Mais plus d'une infirmière municipale d'antan serait étonnée de voir ce que le personnel soignant d'aujourd'hui note sur ses ordina-

teurs et combien de statistiques il faut tenir. Le système fait proliférer la paperasse. Le secteur de la santé avec ses nombreux acteurs est régi par une multitude de lois et de contrats.

Beaucoup d'informations y circulent, le besoin de contrôle est important. Il ne faut pas seulement accomplir des tâches, mais rendre compte d'une manière bien plus dé-

**S'il faut accepter la
paperasse, autant s'en
occuper efficacement.**

taillée que dans d'autres professions. Le danger guette que la pédanterie bureaucratique s'étende. A cela s'ajoute que «trop d'acteurs réglementent différemment», dit Robert Rhiner, ancien chef de service des soins du canton d'Argovie et actuel directeur général de l'hôpital cantonal d'Aarau, dans un entretien accordé au magazine H+, Compétence.

Ceux qui étendent ou élargissent le système ne mesurent pas forcément les conséquences administratives. L'exemple du tiers payant le montre. Les organisations d'aide et de soins à domicile facturent les prestations prises en charge directement aux assureurs maladie. On pourrait croire qu'il s'agit là d'une solution pratique ayant un impact positif sur les services

des soins. Marcel Eicher, président de Spitex Kno-naueramt, constate pourtant dans le rapport annuel 2014 que «l'ensemble des processus d'introduction de la nouvelle forme de facturation avec les assureurs a

déclenché des charges supplémentaires considérables pour le personnel.» Roland Berger, directeur de Spitex Linth dans le canton de St-Gall, parle également d'une charge de travail supplémentaire pour la comptabilité.

Elsbeth Liechti, directrice du RegioSpitex Limmattal dans le canton de Zurich, écrit dans son rapport annuel que l'engagement d'une Care Manager responsable du contact avec les assureurs a été nécessaire pour répondre aux charges administratives entraînées par l'établissement et le déroulement des mandats médicaux. Même au sein des services de soins à domicile de taille moyenne, les relations avec les caisses maladie demandent presque un poste à plein temps. Car, comme le souligne Hans Petter Storskogen, directeur de Spitex Baden-Ennetbaden, «nous ne nous trouvons pas face à un interlocuteur, mais à une ribambelle de caisses avec différentes personnes à contacter auprès de chaque assureur. Concernant les excès bureaucratiques, Hans Petter Storskogen mentionne d'emblée les déclarations de besoins, sujettes l'année dernière à beaucoup d'agitations au sein des organisations de maintien à domicile. Certaines caisses sont devenues encore plus pointilleuses lors de l'évaluation des besoins en matière de soins. Le résultat est un chassé-croisé de documents et d'informations. La plupart du temps, un accord est trouvé, mais les coûts ainsi occasionnés ne peuvent pas être facturés. De nombreuses organisations d'aide et de soins à domicile informent les caisses immédiatement et par téléphone quand des prestations supplémentaires s'avèrent nécessaires. Mais même un appel téléphonique, aussi court qu'il soit, représente une charge de travail supplémentaire de part et d'autre.

Dans le domaine de la santé, le besoin de contrôle est grand en raison du nombre d'acteurs impliqués.

L'ordonnance médicale de toutes les prestations relevant de l'assurance obligatoire occasionne également des charges administratives jugées inutiles par de nombreux collaborateurs des services de maintien à domicile. Dans la pratique, l'ordonnance médicale n'est généralement qu'une simple formalité. «Il faut dire que des médecins qui ne pratiquent pas depuis très longtemps se renseignent parfois. Nous les aidons bien sûr volontiers, mais toute demande coûte du temps et donc de l'argent», dit Hans Petter Storskogen.

Marianne Stark, de Spitex Olten, souhaiterait que le personnel soignant ait la compétence de prescrire des prestations de soins. Hans Petter Storskogen partage cet avis. Il

pense même que les services des soins à domicile devraient au moins pouvoir prescrire les soins de base. «Nous assumerons volontiers cette responsabilité.» Un changement dans ce sens réduirait les charges administratives

au moins lors de l'absence d'autres prestations, comme les soins de traitement, qui nécessitent toujours une ordonnance médicale.

S'il faut accepter la paperasse, mieux vaut s'en occuper aussi efficacement que possible. Des solutions informatiques choisies et utilisées correctement, adaptées au secteur des soins et développées dans ce sens, peuvent décharger l'administration. A ce propos, selon Martin Bühler, partenaire de la société d'audit, fiduciaire et conseil BDO et responsable du secteur Abacus, deux facteurs sont cruciaux dans les organisations d'aide et de soins à domicile: la mobilité des collaborateurs et la part importante des emplois à temps partiel. Avec Abacus, BDO offre une solution standard contenant un module Spitex développé en collaboration avec des organisations d'aide et de soins à domicile. Vu que de nombreux postes de travail sont à temps partiel, cette solution informatique doit être facile à utiliser. Et puisque le personnel est souvent en déplacement, elle doit également être accessible sur les Smartphones et les tablettes. «La saisie des temps et des prestations doit être faite sur place», dit Martin Bühler. En raison des interventions mobiles, on constate souvent des changements d'un support à un autre. Cela implique une charge supplémentaire – par exemple lorsqu'il faut imprimer des documents sauvegardés. C'est donc, si possible, à éviter. «Des solutions modernes comme Abacus donnent toujours accès aux dossiers des patients quand on est en déplacement», relève Martin Bühler.

Peter Früh

Mesurer la performance

Le symposium national des soins intégrés est la plate-forme suisse d'échanges la plus importante à ce propos. Le 15 juin 2016, tous les acteurs du domaine de la santé publique se retrouveront au Kursaal à Berne pour débattre des développements de systèmes novateurs dans ce domaine.



Parmi les orateurs du symposium: Prof. Mary Jo Vetter, University College of Nursing, New York. Photo mäd.

Le système helvétique de santé publique étant passablement fragmenté, de nombreux partenaires du système de soins s'engagent sur la voie des soins intégrés. Il reste toutefois beaucoup à faire pour rendre transparente la performance des prestations et du système dans son ensemble. S'ils souhaitent par exemple connaître les bénéfices d'un traitement par rapport à un autre, ou désirent comparer la performance des hôpitaux ou d'autres fournisseurs de prestations, les assurés et les patients ne reçoivent guère de réponses.

Au cours du Symposium de «forum managed care» 2016, des experts suisses et étrangers présenteront les ex-

périences qu'ils ont pu faire avec différents systèmes de performance. Ils montreront comment, dans le domaine des soins, qualité et performance peuvent être mesurées et améliorées. On s'entretiendra également sur les meilleures façons de concilier les intérêts des fournisseurs de prestations et des patients.

Ainsi, une conférence à propos de la mesurabilité de la performance sera donnée par la Prof. Mary Jo Vetter, de l'University College of Nursing, New York. Infirmière diplômée (BSN, MSN) et praticienne certifiée pour adultes et en gériatrie. Forte de son expérience des soins à domicile auprès de la population new-yorkaise avec le Visiting Nurse Service of New York (VNSNY) ainsi que de sa connaissance des soins intégrés, la Prof. Vetter est une oratrice réputée. Directrice de la formation et du développement clinique, elle a dirigé une équipe multidisciplinaire chargée de gérer de nouveaux modèles de soins répondant aux besoins cliniques des consommateurs, tout en mettant l'accent sur la qualité des résultats et de la rentabilité. Elle est l'auteur de nombreuses publications.

Une date à retenir: le 15 juin 2016

D'autres orateurs passionnants (keynote lectures), des tables rondes et débats sont prévus au programme du Symposium 2016, ainsi que le «politfocus» avec des opinions de politiques et des représentants des autorités. Une exposition d'affiches et surtout, la présentation des projets nominés au prix d'encouragement fmc 2016 auront également lieu.

red.

Rabais pour les lecteurs du Magazine ASD

Les membres fmc et les lecteurs du Magazine ASD bénéficient d'une réduction de 25% sur l'entrée au Symposium national des soins intégrés. En s'inscrivant sur le site www.fmc.ch, indiquer ce code promotionnel: Promo-Spitex



Avec son temps

En Suisse, 90 % des personnes de plus de 65 ans passent leurs vieux jours chez elles. C'est une tendance très stable. Déménager dans un EMS n'est envisagé qu'en dernier recours, lorsque vraiment rien ne va plus. En même temps, les logements des seniors sont de plus en plus connectés, avec d'ingénieuses aides technologiques. Et partout, de nouvelles formes d'habitat et d'encadrement sont expérimentées. Certaines offriront sans doute de nouveaux champs d'action à la branche du maintien à domicile, qui elle aussi, évolue avec son temps.



Spitex Zürich Sihl

Le logement avec prestations: un créneau

Entrée du bâtiment Sihl-bogen à Zurich, avec antenne de l'aide et les soins à domicile.
Photos: Guy Perrenoud

Les appartements avec prestations de service permettent aux aînés de mener une vie autonome, même en ayant régulièrement besoin d'assistance et de soins. Il s'agit-là d'un nouveau champ d'action pour les organisations de maintien à domicile.



Sabine Stadler, intendante de Sihlbogen Zurich.

Helena Gauthey est très contente de son nouveau logement. «Depuis mon balcon abrité, j'ai la vue sur la Sihl», s'enthousiasme la dame de 82 ans. Elle a déménagé ici il y a quelques mois avec son chat Susi, quittant une maison devenu trop grande à Zurich-Leimbach: «Il y avait 80 marches d'escaliers!» La Zurichoise prit alors un appartement plus petit et plus adapté, sans quitter son périmètre, au pied de l'Uetliberg, dans la nouvelle zone artisanale et de logements Sihlbogen. C'est une coopérative immobilière qui porte le projet. Ce n'est pas seulement la situation géographique qui a plu à Madame Gauthey, mais le concept du logement avec services. Comme tous les autres locataires de ces 66 appartements, elle profite ici de prestations qui sont incluses dans les charges du loyer. Ainsi, elle a accès à un service de sécurité 24h sur 24 et dispose d'un centre situé exactement devant l'immeuble pour les

petites choses du quotidien, la coordination de différentes prestations comme la livraison de repas, les conseils de gestion financière ou de santé.

De plus, Helena Gauthey a droit à d'autres prestations contre rémunération: elle peut demander qu'on lui fasse les courses, la lessive, l'accompagnement à la promenade... Et quand le médecin lui prescrit des soins ambulatoires ou de l'aide au ménage, c'est l'organisation Spitex Zurich Sihl qui entre en scène. Sans se déplacer vraiment, car depuis une année, cette dernière a installé une antenne au rez-de-chaussée de l'immeuble. Le service d'appels d'urgence 24h sur 24 est assuré en partenariat avec une compagnie de sécurité. «La coopérative immobilière est venue nous trouver», raconte Devrim Yetergil Kiefer, Directrice de Spitex Zurich Sihl, «et nous avons trouvé l'idée très intéressante.» Cela tombait bien, car elle-même réfléchissait

à l'époque à de nouvelles solutions de soutien: «En plus des soins de base que nous assurons sur mandat de prestations de la ville de Zurich, nous souhaitons élargir nos prestations en termes de confort.» C'est une manière de réagir à un besoin qu'on perçoit sur le marché, et de renforcer nos propres capacités, constate Yetergil Kiefer: «Nous montrons que le maintien à domicile d'utilité publique est vraiment présent.»

Une présence rassurante

En tant que locataire, Helena Gauthey trouve le concept très utile: «C'est super, de les avoir sur place.» Suite à une opération du genou, elle a besoin d'aide pour passer l'aspirateur et par ailleurs, doit faire vérifier régulièrement sa tension. Cela dit, ce ne sont pas seulement les services eux-mêmes qu'elle apprécie, mais aussi la présence, l'idée de proximité de cette antenne très accessible. «J'échange presque tous les jours quelques mots avec Madame Stadler», raconte-t-elle. Cela lui procure une impression de changement et d'être entourée. Sabine Stadler, la collaboratrice dont elle parle, est aide familiale de formation et intendante de Sihlbogen. Elle y est

«Nous montrons que les soins à domicile d'utilité publique sont présents dans le quartier.»

présente quatre demi-journées par semaine, la 5^e journée étant assurée en alternance par deux de ses collègues. Bien connaître les locataires et tisser avec eux une relation de confiance est une part essentielle de ce travail, estime Mme Stadler. «Lorsque les locataires le souhaitent, je fais aussi d'autres choses», précise-t-elle. Elle contrôle alors que la boîte aux lettres ait bien été vidée, s'enquiert d'une personne qu'elle n'a pas vue depuis un moment, etc. Au besoin, elle va sonner chez elle. Le but est d'éviter que les personnes âgées ne tombent

malades ou soient alitées sans qu'on s'en aperçoive.

A l'heure actuelle, les locataires de l'immeuble sont encore tous assez en forme. Au-delà de ce qui est prévu d'office, ils font peu appel aux prestations. Mais plus ils sont fragilisés, plus la situation change. Or, le but est ici de permettre à la personne de rester dans son appartement malgré les atteintes à la santé et un besoin de soutien de plus en plus grand. «Ce modèle est émergent, il va se développer au cours des prochaines années», dit la directrice Devrim Yetergil Kiefer. Peuvent profiter de ces logements avec services, non seulement les seniors, mais également les personnes handicapées. Et même les locataires plus jeunes qui souhaitent qu'on arrose leurs plantes pendant les vacances. Récemment, une jeune locataire de Sihlbogen lui a dit qu'elle payait cette part du loyer «par solidarité avec les personnes âgées», raconte Mme Stadler.

Financement par un supplément

Sur le plan économique, l'offre de services de l'organisation de Spitex à Sihlbogen est clairement distincte des prestations effectuées dans le cadre du contrat de prestations de la ville. Le taux de personnel n'a pas été augmenté.

Etant donné que les locataires financent une partie des services à travers une charge supplémentaire de 90 francs au loyer, tout le monde s'y retrouve à peu près. Après 3 ans, on pourra dresser un premier bilan, dit la directrice de l'organisation. Le but n'étant pas de faire des bénéficiaires avec ce système, mais de «contribuer à des formes d'habitat innovantes pour les personnes âgées», alors que rester chez soi le plus longtemps possible est le souhait de tout un chacun. En se positionnant ainsi, la branche des soins à domicile à but non lucratif peut offrir toute la gamme des prestations, estime-t-elle. Sa collaboratrice Sabine Stadler est



Echanger quelques mots chaque matin: Helena Gauthey (à gauche) apprécie la présence de Sabine Stadler, l'intendante de Sihlbogen.

Votre partenaire pour toutes les questions d'hygiène:

- Cours
- Controls
- Audits
- Conseils
- Requalification

der Link zur Hygiene | Le lien vers l'hygiène

www.hygienepass.ch



HYGIENE CONTROL COMPANY

ABA SA

Hauptstrasse 76

3285 Galmiz

Tél. 026 672 90 70

info@hygienepass.ch

Produits actuels et offres spéciales dans notre shop en ligne sous www.almedica.ch

Un numéro pour la Suisse entière

0842 80 40 20

CHF 0.08/min.



AIDE ET SOINS A DOMICILE



Inkomed.ch
Inkontinenzversand.ch

Produits d'incontinence envoyés
discrètement - livraison gratuite

0800 544 544
no tél. gratuit pour
passer commande



Lorsque l'escalier devient un ascenseur

Qui ne voudrait pas vieillir dans sa propre maison et demeurer indépendant et mobile? Dans la troisième étape de la vie, l'escalier – juste en interne – devient souvent un obstacle. Mais ce n'est pas une raison pour abandonner ses murs familiaux.

Un monte-escalier améliore remarquablement la qualité de vie et contribue à prolonger la période d'autonomie de manière significative. De plus, l'installation, le fonctionnement et l'entretien sont simples et directs.



AIDE ET SOINS A DOMICILE

partenaire officiel association
suisse des services d'aide
et de soins à domicile



Bénéfique et abordable

Un exemple: il y a quelques mois, Rigert SA a installé un monte-escalier pour M. Mueller. Une arthrose sévère avait fait s'écrouler son monde. Le genou de M. Mueller a dû être remplacé par une prothèse partielle. Maintenant, il est de retour à la maison, indépendant et en sécurité grâce à son monte-escalier.

 **rigert**
MON MONTE-ESCALIER

Rigert SA · Monte-escaliers
Chemin de la Barme 3, 1868 Collombey
Tél 021 793 18 56 · info@rigert.ch · www.rigert.ch

enchantée «d'aider à élaborer quelque chose de nouveau». Sans compter qu'elle apprécie bien sûr la régularité des horaires. Toutes deux recommandent aux organisations de maintien à domicile qui prévoient de se lancer de faire une planification très anticipée. Par exemple, en donnant leur avis si possible avant la construction: des inconvénients comme des portes beaucoup trop lourdes, peuvent ainsi être évités. De même, le loyer ne devrait pas être trop élevé pour rester abordable aux personnes plus âgées.

A Kriens, en périphérie de Lucerne, on trouvera bientôt un autre exemple remarquable d'habitat avec prestations. Ce qui est prévu ici est que l'organisation de maintien à domicile intègre le centre de Lindenpark, comprenant logements et services. Le projet a été validé par votation populaire en 2014 et est mis en œuvre par la coopérative alors créée, «Wohnen im Alter in Kriens». Plusieurs coopératives d'habitat, les EMS de la commune de Kriens, la paroisse et l'aide et les soins à domicile y sont représentés. «Longtemps, on n'a fait que parler de l'évolution démographique», dit Hannes Koch, Directeur de l'organisation de maintien à domicile de Kriens, «mais maintenant, elle est perceptible.» Davantage de personnes âgées, de cas de démence et de vieillards vivant tout seuls et ne pouvant recourir facilement à des proches aidants.



Un contact sur place: Devrim Yetergil Kiefer (à droite), Directrice de Spitem Zurich Sihl, et la responsable de la maison, Sabine Stadler.

Un concept avantageux

swe. Logement avec services, prestations Inhouse, logement protégé ou accompagné, communautés privées d'habitation... Les termes ne manquent pas pour décrire des nouvelles formes d'habitat permettant aux aînés de rester autonomes tout leur donnant accès à des prestations de service selon leurs besoins ravitaillement, ménage, encadrement social, soins, culture, loisirs, etc. ... Les communes découvrant les attraits de ces modèles pour leurs objectifs démographiques sont de plus en plus nombreuses. La politique espère trouver par ailleurs dans ce ressort une façon de maîtriser les coûts de la santé, dans la mesure où on évite de mettre en route toute l'infrastructure de l'EMS et où seuls les soins nécessaires sont prodigués. Les placements en EMS peuvent être repoussés ou évités.

En 2011 déjà, une étude de l'ASSASD démontrait les avantages de l'habitat avec encadrement surtout lorsque les besoins en soins sont moyens. En cas de besoins aigus, les frais s'avèrent plus bas en EMS. Il n'existe pas de chiffres actuels sur le nombre d'organisations de maintien à domicile proposant cette formule. «Le logement avec prestations est une possibilité pour la branche du maintien à domicile de se développer en réagissant aux réalités du marché», relève Ma-

rienne Pfister, secrétaire centrale de l'ASSASD. Précisément les instances de soins à domicile à but non lucratif sont les mieux placées selon elle pour coordonner les différentes prestations dont les seniors ont besoin. Certes, le contrat administratif avec Tarifsuisse AG comprend les soins ambulatoires à domicile, mais la facturation pose des questions. Les caisses maladies craignent un excès de prestations de soins et le risque d'une indemnisation trop élevée. Fin 2015, le tribunal administratif du canton de Berne a décidé que le logement avec prestations de services devait être rémunéré au tarif des soins à domicile – et non au tarif EMS comme le voulait un assureur. L'ASSASD salue cette clarification, note Marianne Pfister. Elle souligne que dans le cas du logement avec prestations de service, on n'est pas en présence de pensionnaires ou résidents d'une institution, mais bien de locataires ayant conclu un contrat de bail privé et qui se procurent l'aide et les soins à domicile sur place. Précisant que l'aide et les soins à domicile continuent à «agir strictement en fonction des besoins» dans le cadre des mandats de prestations, Marianne Pfister rappelle enfin que les prestations de maintien à domicile ne sont qu'une fraction de l'ensemble des coûts de la santé.

Le concept d'un bien-être quotidien

Si l'on se réfère aux pronostics officiels, il manque à Kriens des lits de soins stationnaires.

Dans ce quartier conçu sur le principe d'un mélange de générations, seuls 34 appartements protégés avec services sont prévus, ainsi que trois groupes de logements médicalisés, l'antenne de Spitex et un bistrot. Le point d'info Santé de Kriens, un lieu de coordination pour les aînés, va déménager à Lindenpark. Cette fonction est d'ores et déjà gérée par Spitex et les EMS.

D'autres organisations devraient se trouver sur place, telles que Pro Senectute.

L'organisation Spitex sera en charge de l'habitat avec

services, sur mandat de la commune. «Nous suivons le concept du quotidien dans lequel on se sent bien», explique M. Koch. Et cela n'est pas qu'une affaire de soins, mais de sentir qu'on est en sécurité, soutenu et en lien social.

Tout comme à Sihlbogen dans le canton de Zurich, les locataires de Kriens financeront une palette de services de base à travers leur loyer. Un service d'urgence 24 heures sur 24 en fera partie. L'usage d'une salle de séjour commune devrait également être comprise dans le prix. Une assistance, actuellement à l'étude, sera à mise à disposition par Spitex afin qu'il y ait toujours une personne de référence pour apporter les aides et la modération nécessaires à la vie en commun. Cela pourrait impliquer par exemple de mettre les locataires en lien et de veiller à ce qu'il y ait de l'entraide entre voisins. On maintiendra le contact quotidien avec les locataires pour dépister les situations à problèmes. «Les moyens de communication modernes peuvent être mis à profit ici», dit M. Koch – SMS, Skype, etc.

Une force motrice

Le Directeur de Spitex Kriens, qui préside le conseil municipal de Horw, la commune voisine, voit un énorme potentiel dans ce modèle. Non seulement parce que le logement avec prestations correspond aux souhaits d'autonomie des futurs retraités, mais également parce qu'il permet de maîtriser les coûts de la santé.

«Avec des prestations de soutien ponctuelles au quotidien, la situation peut être stabilisée de manière à éviter de solliciter tout le dispositif de soins d'un EMS.» Et dans ces institutions, dont on continuera à avoir besoin, «il n'y aura plus que les personnes qui doivent vraiment y être». Dans les quartiers, des réseaux de soutien et d'entraide pourraient bénéficier de la force motrice des soins à domicile, imagine M. Koch: «Nous avons beaucoup d'expérience et de savoir-faire», dit-il. A Kriens, l'association Spitex – l'une des plus importantes – est d'ailleurs portée par les habitants.

«Nous allons renforcer les ASSC.»

Afin de répondre à un cahier des tâches élargi, Spitex Kriens va devoir adapter sa structure d'entreprise et engager du personnel supplémentaire, particulièrement pour l'assistance aux locataires. «Nous allons renforcer les compétences des ASSC», explique M. Koch. Ainsi, le personnel soignant qualifié pourra se concentrer sur des situations complexes relevant de la prise en charge obligatoire par l'assurance maladie. Parallèlement aux soins et à l'encadrement relevant du contrat de prestations, Spitex compte également proposer davantage de prestations financées individuellement, au prix du marché. M. Koch en est convaincu, il faut réorienter la vocation d'intérêt

public des soins à domicile: «Le logement avec services est une opportunité de nous affirmer dans un contexte plus concurrentiel et de contribuer encore plus au bien commun de la population.»

Susanne Wenger



HÖGG
LIFTSYSTEME

Représentant régional:

SODIMED

SODIMED SA
CH-1032 Romanel s/Lausanne
Tél. 021 311 06 86
E-mail info@sodimed.ch

Monte-escaliers



Fauteuils élévateurs

Élévateurs pour fauteuil roulant

Ascenseurs verticaux

www.hoeggift.ch

«Renforcer la personne dans son espace de vie»

Antonia Jann, Directrice de la Fondation Age, parle de l'habitat des aînés et du rôle de l'aide et des soins à domicile.

Magazine ASD: Madame Jann, comment vivent les personnes âgées chez elles?

Antonia Jann: Il n'y a pas de réponse générale à cette question, tout comme il n'y a pas de vieillissement typique. L'âge suit un processus évolutif. La première étape est franchie pour les parents lorsque leurs enfants quittent le domicile. La nouvelle situation familiale mène alors souvent à un changement sur le plan de l'habitat. A première vue, cela n'a rien à voir avec l'âge, car ces personnes sont encore relativement jeunes. S'ils déménagent à ce moment là dans un logement abordable et sans obstacles, situé dans une région bien desservie et dotée d'une vie sociale, il y a toutes les chances pour qu'ils puissent y rester longtemps. C'est pour cela que cela vaut la peine de consi-

«Les logements protégés ne sont pas forcément accessibles à tout le monde.»

dérer le futur lorsqu'on change d'appartement. Par ailleurs, la question de l'habitat des aînés est conditionnée par certains facteurs: selon qu'on est en ville ou à la campagne, il peut y avoir une différence au niveau de l'offre. L'environnement social, l'état de santé et les moyens financiers jouent également un rôle. Par exemple, les logements protégés ne sont pas forcément accessibles à tout le monde.

D'un autre côté, la fortune ne sert à rien lorsqu'il n'y a pas de logement adapté à disposition.

Quels sont les souhaits exprimés?

Les gens veulent rester autonomes chez eux le plus

longtemps possible. Cela ne veut pas dire qu'ils vivent tous là où ils sont nés, ont grandi, ont élevé leurs enfants. Peut-être qu'il s'agira, pour cette phase post-familiale, d'un logement pour personnes âgées au centre d'un village, ou d'un appartement dans une résidence. L'appartement joue un rôle tout à fait central dans le processus du vieillissement, qui s'accompagne d'une perte de forces et de capacités. C'est un lieu de paix où l'on peut exprimer son identité. Pour sa propre stabilité, il est très important que la personne âgée puisse être la maîtresse de maison, l'hôtesse, la cheffe à bord. C'est une chose que les collaborateurs de l'aide et des soins à domicile doivent garder à l'esprit. Leur visite est souvent perçue comme un début d'intrusion dans l'autonomie des gens. De plus, les soi-

Biographie express

Antonia Jann (54 ans) est Directrice de la Fondation Age depuis 2001. Auparavant, elle a fait carrière dans des positions dirigeantes chez Pro Senectute Suisse et au Pour-cent culturel Migros. Antonia Jann a fait des études en sciences humaines, en marketing et en gérontologie.

Photos: Karin Meier



«Cette génération ne part plus simplement du principe qu'on va s'occuper d'elle.»

gnants fonctionnent sur un mode de travail, alors que les clients se trouvent dans le mode du «chez-soi».

Le rôle des organisations de maintien à domicile est ici primordial, car elles peuvent renforcer les personnes dans leur espace de vie.

Les besoins changent-ils à chaque nouvelle génération de seniors?

Chaque génération se développe dans un contexte culturel différent. A 20 ans, on est fortement marqué par son



«L'appartement joue un rôle tout à fait central dans le processus du vieillissement.»

environnement. Cela se répercute sur le logement plus tard. Ceux qui étaient jeunes pendant la deuxième guerre mondiale ont connu des privations et ont dû s'y faire. Cette génération est restée modeste également en vieillissant. Celle des soixante-huitards en revanche a réinventé le monde et considère que tout est possible. Je mène des discussions à propos de l'habitat pour les aînés, et vois que la grande diversité des solutions proposées aujourd'hui suit ce postulat. Ainsi, il y aura bientôt davantage de femmes au bénéfice d'une petite rente qui décident de fonder une colocation. Et ceci, non seulement par plaisir de cohabiter, mais pour des raisons économiques. Cette génération prône la responsabilité individuelle et ne part plus simplement du principe qu'on va s'occuper d'elle.

A quels défis faut-il se préparer en termes de logement?

Notre modèle distingue différentes formes d'habitat selon le degré d'autonomie et d'encadrement. Ainsi, il y a le logement privé, totalement indépendant, l'habitat organisé, avec des prestations de service, et l'habitat en institution.

Le niveau d'encadrement oscille entre des mesures purement architecturales, une intégration sociale, jusqu'aux soins proprement dits. Ces différentes formes ne peuvent pas être considérées de manière isolée, car tout est lié. Par exemple, la question de savoir combien de places en EMS sont nécessaires et combien cela peut coûter, dépend des prestations qui sont à disposition et du nombre de surfaces habitables disponibles, bien situées, qui sont disponibles et accessibles pour les aînés. Il en va de même pour le degré d'encadrement: celui qui ne connaît personne aura plus besoin d'aide extérieure que celui qui habite un quartier fonctionnant bien avec des voisins. Il est évident que l'habitat des aînés ne va cesser d'évoluer encore. L'Observa-

toire suisse de la santé (Obsan) a constaté par exemple l'augmentation du nombre d'heures de prestations de soins à domicile, alors que les prestations d'aide diminuent. Ici, le système réagit déjà aux changements des conditions de marché. Dans le futur, on aura vraisemblablement davantage de prestataires pour satisfaire des besoins ponctuels des seniors. Une prise en charge globale serait évidemment l'idéal, mais son financement pose de plus en plus de questions.

Quelles chances voyez-vous pour la branche du maintien à domicile?

Un mandat de prestations définit ce qu'elle peut faire et ne pas faire. Si elle ne peut faire que ce qui est remboursable par l'assurance maladie, son activité n'est que réparatrice. Un mandat supplémentaire de la commune permettrait aux organisations d'aide et de soins à domicile de coordonner les actions de différentes instances du système de santé et d'organiser les choses comme un Case Manager, par exemple un service de livraison ou une aide de voisinage. Sinon, les gens dotés de peu de ressources risquent d'être placés en EMS dès qu'ils ont besoin d'aide. Et là, ils auront à peine les moyens de payer le premier mois. Au bout du compte, un mandat de prestations supplémentaire pour les organisations de soins à domicile permettrait probablement d'économiser de l'argent. Mais la volonté politique pour de telles solutions fait défaut, car les coûts sont supportés par différents payeurs et il manque une vision d'ensemble.

Interview: Karin Meier

Rester autonome, chez soi et en réseau

Un déambulateur équipé d'un système de navigation indique des chemins forestiers praticables; une application établit une connexion vidéo avec un proche si une personne atteinte de démence se perd; et un appareil auditif diminue le volume de la télévision quand le téléphone sonne: le domaine des supports numériques pour les personnes âgées fourmille de bonnes idées. La difficulté réside dans la commercialisation de ces applications.



iHomeLab est le laboratoire d'idées suisse et le centre de recherches domotiques de la Haute école d'ingénieurs et d'architectes de Lucerne. Le bâtiment intelligent se trouve sur le campus de Horw et peut être visité. www.iHomeLab.ch

Les solutions techniques pour la mise en réseau de personnes et d'appareils permettent aux personnes âgées de vivre mieux et de rester plus longtemps chez elles. C'est le domaine qui intéresse Ambient Assisted Living. Le projet international de recherche Relaxed Care montre à quoi pourrait ressembler une telle solution. Le projet se sert d'un système de suivi qui observe le résident à l'aide de capteurs. Ce système détecte si une personne quitte son ap-

partement moins souvent, ne cuisine presque plus ou se lève plus souvent la nuit. Ces informations permettent aux proches d'agir à temps en organisant par exemple des repas à domicile ou un service d'accompagnement. Les chercheurs interdisciplinaires de l'iHomeLab de la Haute école spécialisée de Lucerne participent à ce projet. Ils cherchent à compléter ce système avec des fonctions simples de communication afin que seniors et proches se sentent mutuel-

Le système Confidance apporte aux personnes atteintes de démence une aide au quotidien et dans les cas d'urgence. La conception de l'interface utilisateur est délibérément simple.

Toutes les photos ont été mises à disposition.



lement appréciés. Dans ce but, ils ont créé un cube pour les deux parties qui s'illumine quand on pense à l'autre et qui transmet par exemple le désir de l'un d'être contacté.

De l'aide après une chute

Les aides numériques sont également utilisées pour détecter une chute. Il existe par exemple des bracelets avec un bouton qu'il faut activer, et des capteurs portés sur le corps ou intégrés dans le revêtement de sol qui réclameront une assistance lors d'une chute. Toutes ces solutions ont néanmoins encore des revers, comme le soulève Rolf Kistler, chef de groupe de recherche pour Ambient Assisted Living chez iHomeLab: «Ces outils qu'on porte sur soi ont un effet stigmatisant. Leur acceptation est donc souvent faible. Le déclenchement manuel de l'alarme n'est possible que si la personne n'a pas perdu connaissance et n'a pas chuté d'une manière qui empêche la pression sur le bouton. Les capteurs intégrés dans le revêtement de sol sont une bonne solution, mais ces systèmes sont encore trop onéreux. Par ailleurs, quasiment tous les détecteurs de chutes déclenchent parfois de fausses alarmes, car il est difficile de faire la différence entre la chute d'une personne et celle d'un objet lourd.»

La détection d'une chute est un bon exemple pour illustrer le dilemme de la branche: il faut des solutions tech-

niques abouties qui convainquent les usagers. Il faut également une demande soutenue et des partenaires compétents pour produire et commercialiser ces produits à des prix abordables. Sinon, on ne dépasse pas le stade des prototypes relativement chers qui ont certes beaucoup de potentiel sans toutefois réussir à atteindre une clientèle.

De nombreuses possibilités

En collaboration avec des partenaires industriels, iHomeLab a développé quelques prototypes qui promettent. Le projet de recherche iWalkActive propose par exemple un déambulateur d'un fabricant suédois muni d'un moteur électrique et d'un système de navigation qui permet d'emprunter des sentiers forestiers et de prairie. Comme le ferait un eBike, ce déambulateur aide à marcher; remonter un chemin n'est alors pas plus pénible que suivre une route plate. Lors d'une descente, le déambulateur freine légèrement pour ne pas forcer le rythme de la marche. Le système de navigation indique des chemins adéquats sans marches d'escalier et sans fortes pentes.

L'application CONFIDENCE est une aide pour l'intérieur et l'extérieur. Si une personne souffrant de démence légère à modérée appuie sur un bouton, une connexion vidéo s'établit avec la personne de confiance préalablement enregistrée et indique l'endroit où la personne qui appelle à



Le système de navigation d'iWalkActive indique le chemin vers les toilettes publiques les plus proches.



Le déambulateur intelligent iWalkActive est un petit engin tout terrain capable de transporter des charges, muni d'un système de navigation adapté aux besoins spécifiques des seniors.

l'aide se trouve. Cette personne aperçoit ensuite sur l'écran un visage familier, ce qui la rassure. Si nécessaire, la personne de confiance demandera de l'aide. Le succès de cette application dépend du nombre de personnes participant à cette communauté d'assistance. «Une collaboration entre proches et des professionnels comme les organisations d'aide et de soins à domicile serait idéale. Quand les proches ne sont pas disponibles, les services professionnels prennent la relève», dit Rolf Kistler.

Le projet HEARO propose un vaste réseau. Il s'agit d'une collaboration d'iHomeLab avec la société Phonak pour mettre un appareil auditif en réseau avec une maison intelligente. Cette maison est capable d'envoyer des données directement dans l'oreille du porteur de l'appareil et de l'informer par exemple que le cycle de lavage est terminé. Si le téléphone ou la sonnette de la porte sonne, le volume de la télévision est automatiquement baissé.

Tous ces projets d'iHomeLab ne sont pour le moment que de la musique d'avenir. Ils montrent toutefois déjà aujourd'hui comment les supports numériques pourraient assister nos aînés dans un avenir pas trop lointain.

Karin Meier



Le cube Relaxed Care est placé dans l'appartement de la personne âgée et dans la résidence d'un proche. Il indique l'état et la situation de vie des personnes ainsi reliées avec un scintillement coloré.

«Juste pour savoir que ça va»

A Payerne, on a confié à des infirmières le rôle de «référente sociale» organisant la vie quotidienne au sein d'un immeuble de logements protégés. Pour la plupart des locataires, ce nouveau «chez soi» s'avère plus convivial que le domicile traditionnel.



Photo: ndc

Ici, il y a quelques mois, les locataires de 26 appartements tout neufs se sont installés tous en même temps. Ils sont autonomes, mais pas seuls. Agés ou en situation de handicap, ils font l'expérience d'une alternative entre le domicile et l'hébergement médico-social. En termes de qualité de vie, le concept consiste à offrir aux

ânés un bon accompagnement relationnel et un environnement sécurisant, tout en préservant leur indépendance et leur intimité.

A l'entrée de l'immeuble, ce matin, rien ne distingue cette vie-là de la «vraie vie»: le facteur distribue le courrier dans les boîtes aux lettres, une locataire revient du supermarché, une autre sort son petit chien dans une poussette, et des messieurs se croisent devant l'ascenseur, se saluant comme de vrais «potes». Pour veiller sur tout ce petit monde, une bonne fée arpente les couloirs: c'est la référente sociale, incarnée à tour de rôle par une infirmière et une infirmière assistante qui se partagent ici un 50%. Tous les matins, elle fait le tour des trois étages, s'enquiert du bien-être de chacun et assure le passage de certaines informations essentielles avec la famille, le médecin, le CMS... Comme le dit Odette Scheurer, référente sociale: «Nous créons le lien.» Parfois, un petit bonjour suffit. Les lieux sont conçus pour une circulation agréable. Devant chaque appartement, un banc incorporé invite à se poser quelques instants. La fenêtre de la cuisine donne sur le couloir et permet de saluer les gens qui passent devant, comme dans la rue d'un village. Ou pas: chez certains, le petit rideau reste tiré. Au premier étage, le salon de coiffure reçoit sur rendez-vous. Tiens, il y a un petit attroupement devant la cafeteria qui va bientôt ouvrir. Envie de papoter... L'après-midi, cet espace lumineux, propice aux échanges, est contigu avec le local du parascolaire et ses pépiements enfantins. L'encadrement est assuré en étroite collaboration avec une concierge qui tient également la cafeteria à ce moment-là.

Le petit coucou du matin

La référente sociale est là pour écouter, partager les petits soucis à la cafeteria, planifier des rencontres et des services externes, organiser le repas de midi ou le Secutel, et d'innombrables choses du quotidien. Mais sous ses airs joyeux et décontractés, elle observe tout avec l'œil du professionnel, pose les bonnes questions, détecte la vulnérabilité. Après vingt ans de pratique, elle sait exactement lorsqu'une attention plus soutenue et des visites plus régulières sont indiquées. Cet accompagnement, qui est proposé et non imposé, évolue donc au gré des jours et des situations. «Les locataires qui vont bien, je ne fais que les croiser!» Il est important de préserver l'autonomie de chacun, mais en créant constamment de la proximité. Dans la vie de cette maison, certains locataires, déjà clients du CMS lorsqu'ils recevaient des soins à leur ancien domicile, s'ouvrent de façon spectaculaire. Et certains jours, ce sont de simples contacts visuels, un geste de la main, qui les aident à ne pas se sentir seuls.

«Même si elles en ont les compétences, les référentes sociales ne se substituent pas aux soignantes mais peuvent faire part de leurs observations de façon rapide et ciblée aux collaborateurs du CMS», explique Sonia Perret, responsable RH à l'Association Broyarde pour la promotion de la Santé et le Maintien à Domicile. La totalité des prestations de prévention, d'aide et de soins à domicile est assurée par le CMS, 24 heures sur 24 et 7 jours sur 7, de manière planifiée ou non. La Fondation des Logements Protégés de la Broye à Payerne et l'ABSMAD ont uni leurs compétences pour arriver à cette formule, avec une convention ad hoc. Et tout le monde en semble plutôt heureux.

Nicole Dana-Classen

Combien ça coûte? Le locataire non-bénéficiaire des prestations complémentaires doit verser entre CHF 1050.00 et CHF 1185.00 (loyer de base pour un 2 pièces) + CHF 180.00 (référente sociale) + CHF 60.00 (charges), soit entre 1290.00 et 1425.00 selon l'appartement. Les bénéficiaires des prestations complémentaires PC AVS/AI peuvent obtenir un certain nombre d'aides de l'Etat pour financer ces locations. Et le jardin est compris!

Une prévention très active

A Genève, imad veille à ce que les IEPA (Immeubles avec encadrement pour personnes âgées) puissent se développer dans la logique des prévisions démographiques. Ces structures doivent favoriser le maintien à domicile, et particulièrement dans le domaine de la prévention des chutes.

Les IEPA ont la cote! En plus des 1235 logements existant actuellement sur 20 sites différents et occupant près de 150 collaborateurs, plus d'une vingtaine de nouveaux projets sont en cours. Ce développement illustre une prise de conscience du contexte démographique qu'il s'agit parfois d'accompagner auprès des communes, en travaillant étroitement avec elles, explique Florence Moine, Directrice Habitat et Autonomie à imad. Soutien, solidarité, accompagnement social et administratif, sécurité à domicile (réponse 24h sur 24), animations, repas en salle à manger et préparation de repas festifs sont autant de prestations appréciées par les locataires des IEPA actuels. Mais en plus, ces lieux conviennent parfaitement pour atteindre un objectif qui apparaît ici très clairement: le travail de prévention.

La gym chez soi

Sur les deux prochaines années, à imad, un effort important sera déployé pour systématiser la prévention des chutes chez les aînés. Car on le sait bien: les chutes sont un problème de santé publique. Elles représentent le type d'accident le plus fréquent dans l'habitat. Chaque année, en Suisse, quelque 280 000 personnes subissent une chute. Près de 1400 d'entre elles, dont 96 % de personnes âgées, meurent des conséquences de celle-ci. La faiblesse musculaire mais aussi les déficits au niveau de l'équilibre et de la déambulation multiplient le risque de chute par 4,5, respectivement par 3, si bien qu'ils pointent en tête des facteurs de risque. Au vu du vieillissement de la population, un entraînement physique ciblé de la force et de l'équilibre est donc plus que jamais essentiel. Bouger au quotidien permet de ralentir la sénescence naturelle et de maintenir l'autonomie des personnes âgées.

Dans les IEPA (tous gérés par imad), des activités sont désormais organisées en collaboration avec Gym Senior Genève pour entretenir la mobilité, l'endurance et l'équilibre des participants. D'ici la fin de l'année 2016, les vingt immeubles du Canton proposeront tous un cours collectif labellisé. L'évaluation RAI permettra de vérifier que les alarmes chutes sont bien présentes. Et au courant du prin-



Photo: imad

temps, un pilote de cours de gym individuels sera également lancé, pour ceux qui ne souhaitent pas se socialiser, sont plus limités dans leurs déplacements, ni faire des exercices avec leur voisine de palier. Ce cours pilote, soutenu financièrement par l'Hospice Général, sera gratuit et se déroulera chaque semaine chez une petite dizaine de locataires, pendant deux ou trois mois. «Le but est de donner envie aux personnes de faire de l'exercice, de se remettre en mouvement, sans les culpabiliser. A travers le plaisir et le bien-être, ils trouveront eux-mêmes du sens à cette activité et en éprouveront les bénéfices!» souligne Florence Moine. Selon cette dernière, si on veut faire évoluer les modèles et les structures pour les 50 prochaines années en tenant compte des changements de société et des besoins de la génération active d'aujourd'hui, les besoins d'équipements et de prestations doivent être pensés aujourd'hui. Les futurs locataires demanderont peut être à pouvoir bénéficier, par exemple, d'une salle de sport adaptée! Une vision anticipatrice? Oui: la santé passe par là.

Vieillir chez soi, mode d'emploi

90% des personnes de plus de 65 ans vivent chez elles – c'est un fait communément admis dans notre société. Reste que dans la plupart des cas, plus nous vieillissons, plus nous dépendons de l'aide d'autres personnes, proches ou professionnels. Le 24 mai 2016, Pro Senectute organise à Bienne un colloque national sur le thème des proches aidants, care@home.



Le placement en EMS n'intervient généralement que lorsque les aînés atteignent le grand âge et qu'une péjoration de leur état de santé les empêche de conserver leur autonomie, en raison d'un besoin accru en aide ou en soins. En Suisse, la majeure partie du travail de care est assumée par les proches (les conjoints ou enfants adultes). Avec un stress permanent, trop peu de répit et parfois des diffi-

cultés financières, c'est souvent au détriment de leur propre santé que ces aidants s'occupent alors de leur proche.

Le colloque national «care@home» du 24 mai 2016 à Bienne donnera l'occasion à des spécialistes de Suisse et de l'étranger de discuter des conditions à réunir pour permettre le maintien à domicile des personnes âgées, tant pour elles-mêmes que pour les aidants.

Best Practice – l'exemple de CareNet+, réseau de prise en charge intégrée des aînés

En parlant avec des proches aidants, on s'aperçoit qu'ils ne ressentent pas les soins proprement dits comme la partie la plus exigeante de leur quotidien. Ils se sentent plutôt dépassés par la charge administrative et les questions financières en relation avec les caisses maladies ou les autorités, et déplorent un manque de coordination entre le médecin de famille, les organisations de soins à domicile, les différents thérapeutes et prestataires en ambulatoire et en stationnaire. C'est dans ce cadre que Pro Senectute Zurich a décidé de lancer un projet pilote dans le quartier de Affoltern am Albis: CareNet+.

CareNet+ est conçu comme un centre de coordination pour la santé et le social, principalement destiné aux personnes âgées de 60 ans et plus et à leurs familles. CareNet+ s'occupe de personnes qui, en raison d'un profil de santé complexe, ont besoin d'une aide spéci-

fique sur le plan sanitaire et social. Le centre fournit des conseils professionnels et se charge de mettre en lien toutes les instances concernées par un cas dans la santé et le social. Grâce à cette coordination bien orchestrée entre les prestataires et les payeurs (autorités, caisses maladie) CareNet+ devrait avoir un impact favorable sur les coûts de la santé et donc apporter une contribution importante à l'avenir des soins de santé.

Franjo Ambrož, président directeur général de Pro Senectute Canton de Zurich, se réjouit de cette nouveauté. «CareNet+ s'adresse de manière ciblée aux besoins individuels et effectifs des personnes et coordonne les prestations dans une approche transversale. Je suis persuadé que la qualité de soins aux patients s'en ressent et que toutes les parties concernées, y compris les prestataires de services, s'en trouvent déchargées.»

Werner Schärer, Directeur de Pro Senectute Suisse, présente les deux grands axes du colloque: «L'offre pour un soutien quotidien des seniors vivant à leur domicile est lacunaire. Nous souhaitons lancer la discussion à propos des moyens qui seraient à mettre en place pour compléter cette offre. De plus, il s'agit de voir comment financer ces prestations. Le colloque réunira des spécialistes et des personnes directement concernées. C'est un cadre idéal pour faire émerger des amorces de solutions et des innovations.»

En plus des conférenciers spécialisés dans ce domaine, d'éminentes personnalités donneront des exposés lors de ce colloque: le Conseiller fédéral Alain Berset, l'ancienne conseillère aux Etats Christine Egerszegi-Obrist, Carlo Knöpfel, Haute école spécialisée de la Suisse du Nord-Ouest, Jérôme Cosandey, Avenir Suisse, et d'autres. Des ateliers seront proposés sur des sujets variés tels que les sources de stress dans les soins à domicile, l'amélioration du Case Management, l'habitat des seniors. Des exemples de bonnes pratiques seront présentés. Ainsi, le centre CareNet+ (réseau de prise en charge intégrée des aînés) né au printemps 2016.

red.

Informations et inscription à care@home:

www.prosenectute.ch/careathome

diga

Lits médicalisés

care



10x

en Suisse

Lits médicalisés

PERFECTA

Acheter à un prix
avantageux, à la place
d'une location coûteuse!
(dès Fr. 1880.-, livré et monté.)

Chez diga on y va!

www.diga.ch/carebed

5 Questions Agir pour la démence



Magazine ASD: Vous êtes la nouvelle Directrice générale de l'association Alzheimer Suisse. Qu'est-ce qui vous a attiré dans cette tâche?

Stefanie Becker: Le thème de la démence me passionne et m'accompagne depuis plus d'une dizaine d'années déjà. J'ai été amenée peu à peu de la théorie à une orientation pratique, en passant de la recherche fondamentale à la recherche appliquée. Et me voilà dans une organisation qui s'engage très concrètement pour les malades et leurs proches. C'est un grand privilège.

La Suisse est-elle un endroit bon à vivre lorsqu'on est atteint de démence?

En principe oui, grâce au système de santé qui est bien aménagé. Et depuis 2014, nous avons la Stratégie nationale en matière de démence. Cependant, la Suisse a tendance à privatiser les besoins des malades. Au sens de la loi, la notion de soins n'englobe pas l'encadrement dont les personnes ont besoin tout au début de la maladie. Ces prestations ne sont pas remboursées et pèsent donc sur les proches. Pour chacun des quelque 120 000 malades en Suisse, on compte deux ou trois personnes également impactées dans leur entourage. Elles déploient des efforts énormes pour leurs proches et font économiser des sommes colossales à la collectivité. Ce fait est largement sous-estimé.

Sur quels points souhaitez-vous mettre l'accent ces prochaines années?

Je ne peux pas encore répondre à cette question de manière définitive. Ce qui est sûr, c'est que l'Association Alzheimer Suisse va continuer à se développer comme centre de compétences en matière de démence. La gestion du savoir est primordiale. Cela implique également l'assurance qualité. La démence est devenue un marché qui fait miroiter des affaires potentielles à toutes sortes de prestataires. Il s'agit de faire le tri. Notre logo doit être garant d'informations et d'offres fiables. Parallèlement, nous nous engageons pour l'intégration sociale des personnes atteintes de démence. Notre

objectif est d'agir là où la maladie est encore un tabou et un sujet à stigmatisation.

Pourquoi avons-nous si peur de la démence?

La performance, le succès et l'autonomie sont des valeurs très prisées dans notre société. Une partie de ces notions est perdue en cas de démence. Cette perte occasionne des craintes. Cela dit, l'idée de l'autonomie totale est une illusion. Nous sommes des êtres sociaux, toujours dépendants d'autrui. Il suffit de prendre l'exemple d'une panne d'électricité. Avec la démence, une vie agréable est encore possible. Cela a été montré dans des romans et des films. Le discours officiel sur la démence commence doucement à évoluer. Il y a peu de temps encore, il aurait été impensable qu'un film sur le sujet – «Amour», de Michael Haneke – gagne la Palme d'Or.

Quel rôle jouent l'aide et les soins à domicile dans la prise en charge?

Les soins ambulatoires et l'encadrement sont – jusqu'à un certain volume de prestations – plus avantageux que les soins stationnaires de longue durée. De surcroît, vivre à la maison est le souhait de la plupart des personnes âgées. Le rôle joué par les soins à domicile est donc essentiel. Au début, les personnes atteintes de démence ont moins besoin de soins proprement dits que d'encadrement. Ce besoin ne peut pas toujours être couvert par les organisations d'intérêt public – et cela se comprend, car elles sont liées par leur mandat de prestations. Les prestations d'aide au ménage et d'encadrement sont plutôt exécutées par des sociétés privées. Il n'y a rien à redire à cela, mais il faut faire attention à ne pas créer une société à deux vitesses. Cela peut poser un problème pour ceux qui n'ont pas droit aux prestations complémentaires, mais ne disposent pas non plus de la fortune nécessaire pour s'offrir des services privés. C'est ainsi que risquent d'apparaître des lacunes dans la prise en charge de la démence.

Interview: Susanne Wenger

5 Questions

Stephanie Becker

swe. Depuis le début de l'année 2016, Stefanie Becker est à la tête de l'Association Alzheimer Suisse, avec siège à Yverdon et 21 sections cantonales. Elle succède à celle qui en fut la Directrice pendant de longues années, Brigitta Martensson, partie à la retraite fin 2015. Psychologue et gérontologue, Stefanie Becker a participé à la création de l'Institut de l'Age au sein de la Haute Ecole Spécialisée bernoise. Elle a présidé par ailleurs la Société suisse de gérontologie.

Sudoku

3	5		9			8		
					4		^a	
				6	2		5	1
		9	1	^b				
5	1				7		3	
^c		2				4	1	
6	^d			4	5			
		3	1	2	6			4
	4		8				7	6

Envoyez-nous la solution par e-mail:

Magazine ASD, Concours
Sulgenauweg 38
Case Postale 1074
3000 Berne 23
concours@magazineasd.ch

Délai pour les envois:

15 mai 2016

Peuvent participer tous les lecteurs du Magazine ASD, à l'exception des employés de l'ASSASD et leurs familles. Les gagnants qui auront été tirés au sort seront informés. Aucune correspondance ne sera échangée à ce sujet. La voie judiciaire est exclue.

Impressum

Editeur

Association suisse des services
d'aide et de soins à domicile
Sulgenauweg 38, Case Postale 1074, 3000 Berne 23
Tél. +41 31 381 22 81
admin@spitex.ch, www.spitex.ch

Direction et rédaction

Magazine Aide et Soins à Domicile
Sulgenauweg 38, Case Postale 1074, 3000 Berne 23
Tél. +41 31 370 17 59
edition@magazineasd.ch
redaction@magazineasd.ch
www.magazineasd.ch

ISSN 2296-6994

Parution

6 x par an en print et en version numérique

Délai pour les annonces

20. mai 2016 (édition 3/2016)

Tirage total 6000 exemplaires

1500 exemplaires en français
4200 exemplaires en allemand
300 exemplaires en italien (supplément)

Abonnements

Service abonnements Magazine ASD
Industriestrasse 37, 3178 Bösinggen
Tél. 031 740 97 87, abo@spitexmagazin.ch

Rédaction

Rudolf Gafner, rédacteur en chef (rg)
Nicole Dana-Classen (ndc)
Militza Bodi (mb)
Annemarie Fischer (fi)
Christa Lanzicher (cl)
Stefano Motta (sm)

Ont collaboré à ce numéro

Susanne Wenger, Karin Meier, Peter Früh, Guy Perrenoud

Corrections

Ilse-Helen Rimoldi

Annonces

Pomcanys Marketing SA
Tina Bickel, Consultante média
Aargauerstrasse 250, 8048 Zurich
Tél. +41 44 496 10 22
Mobile +41 79 674 29 13
tina.bickel@pomcanys.ch
www.pomcanys.ch

Conception visuelle / Mise en page

Pomcanys Marketing AG, Zurich
www.pomcanys.ch

Impression

Stutz Druck AG, Wädenswil
www.stutz-druck.ch

imprimé en suisse

L'utilisation et la reproduction des articles
sont soumis à une autorisation de la rédaction.
Les manuscrits ne sont pas retournés.

Notre tirage au sort: 3 livres à gagner!

Mis à disposition par les Editions Médecine & Hygiène / Planète Santé

Côlon irritable et FODMAP.

Le syndrome de l'intestin irritable se manifeste par des douleurs abdominales, des ballonnements, des gaz, de la constipation ou des diarrhées, voire un besoin urgent d'aller à la selle. Le stress ou certains aliments peuvent aggraver les symptômes. C'est le cas d'une famille de sucrés que beaucoup de personnes absorbent mal dans l'intestin grêle: les FODMAP. Ces hydrates de carbone arrivent dans le gros intestin, où une fermentation se produit grâce aux bactéries. Cette rapide fermentation dégage des gaz et provoque un appel d'eau, d'où le gonflement du ventre et des symptômes gastro-intestinaux.

Un régime pauvre en FODMAP consiste à limiter les aliments contenant des glucides (ou sucres) dits «fermentescibles» à l'origine des symptômes. «Il est ainsi possible de les diminuer, voire de les supprimer chez environ 70% des personnes qui en souffrent», souligne Stéphanie Neff, diététicienne à l'Hôpital cantonal de Fribourg et spécialiste des FODMAP. Si les symptômes ont diminué ou disparu, les aliments concernés sont ensuite réintégrés petit à petit jusqu'à un seuil de tolérance indivi-

duelle. Des études ont montré qu'un tel régime, qui devrait être mené sous surveillance médicale, a d'autres bénéfices. Il permet notamment d'obtenir de meilleurs résultats qu'un simple régime sans gluten pour les personnes souffrant du syndrome de l'intestin irritable.

FODMAP, un acronyme pour:

- Fermentescibles** (aliments rapidement fermentés par les bactéries du côlon)
- Oligosaccharides**: certaines légumineuses (soja), céréales (blé), légumes (artichaut, betterave), fruits (kaki) et noix
- Disaccharides**: lait et fromages non affinés
- Monosaccharides** (fructose en excès par rapport au glucose): certains fruits (pomme, pêche, mangue), édulcorants, miel
- And** (et)
- Polyols** (sorbitol, mannitol, xylitol et maltitol): certains fruits (abricot, cerise), légumes (avocat, chou-fleur), édulcorants, chewing-gum.

Source:

www.planetesante.ch

Publicare – un accès aisé aux produits médicaux.



Nous livrons des dispositifs médicaux, que ce soit pour le traitement de l'incontinence, l'appareillage d'une stomie ou d'une trachéotomie, ou encore pour le traitement des plaies.

Notre offre de services sans précédent – vos avantages de taille

- Un choix de qualité pour une solution personnalisée: votre produit éprouvé, notre accès exemplaire.
- Nous vous livrons vos consommables et tous les dispositifs médicaux, et même au domicile de vos clients.
- Nous réduisons votre charge administrative. Car nous sommes à vos côtés, sans nous limiter à un rôle de fournisseur.

*Appelez-nous, nous sommes là pour vous aider –
056 484 15 00.*

Simple. Discret. Éprouvé.

●●● **publicare**

Publicare AG | Vorderi Böde 9 | 5452 Oberrohrdorf
Téléphone 056 484 15 00 | Téléfax 056 484 15 11
info@publicare.ch | www.publicare.ch