

STUDIO TWINS
PARIS

TABLE RONDE

en visioconférence

« COMMENT MAINTENIR LE BIEN ÊTRE DES
RÉSIDENTS DANS LE CONTEXTE ACTUEL DE
CONFINEMENT EN EHPAD ? »

5 invités

professionnels du grand âge
et des approches sensorielles

Animé par

STUDIO TWINS

VENDREDI 10 AVRIL

14H30

sur inscription
par mail

Fiches thématiques

suite à la table ronde du 10.04.20

par



avec les précieuses contributions de :

Mme Ludivine Doucelance

Psychomotricienne DE exerçant en EHPAD
et praticienne en libéral

Mme Nolwenn Perpina

infirmière cadre de santé en EHPAD

Ainsi que de l'ensemble des participants !



La spécialité de Studio Twins est de **placer le potentiel du textile, de la technologie et du design d'expérience utilisateur au service du bien-être et de la santé pour proposer des solutions génératrices d'impact** chez ses clients. Depuis 2011, le duo conçoit produits et services répondant à des problématiques de santé et de handicap.



Studio Twins a conçu **MAASE**, le 1er plaid multisensoriel thérapeutique pour l'apaisement non médicamenteux des troubles du comportement.

Retrouvez-nous sur
[LinkedIn](#) et [Facebook](#)

[Notre site](#)
hello@maase.fr

Soucieuses de se rendre le plus utile possible pour la communauté des soignants dans ce contexte difficile, Studio Twins a depuis le début du confinement, **collecté sur tous les canaux les problématiques traversées actuellement par les équipes en EHPAD**, touchées de plein fouet par la crise sanitaire que nous traversons.

Nous avons convié différents professionnels du secteur et **organisé le 10.04.20 notre première table ronde**, afin de **réfléchir ensemble, concevoir et partager des solutions** à ces problématiques. Nous remercions l'ensemble des intervenants et participants à cette table ronde.

Studio Twins a constitué pour vous ces **fiches synthèses classées par thématiques** rassemblant l'ensemble de nos recherches et des conseils collectés.

Lou-Anne et Nancy Boehm

SOMMAIRE

- ▪ ▪ ▪ **1 - GARDER LE LIEN** **Au delà des tablettes, comment garder le lien autrement ?**
 - lien en numérique & solutions alternatives
 - lien en physique & lien social
- ▪ ▪ ▪ **2- DIVERTIR & OCCUPER** **Comment adapter les activités aux contraintes actuelles ?**
 - adaptation des activités en chambre
 - développement des animations dans les couloirs
- ▪ ▪ ▪ **3- CALMER & APAISER** **Comment prévenir l'apparition des troubles et apaiser ceux déjà présents ?**
 - surveiller et anticiper l'apparition des troubles
 - la déambulation et les repas
- ▪ ▪ ▪ **4- MAINTENIR LES CAPACITÉS** **Comment les maintenir pour éviter une dégradation de l'état du résident ?**
 - capacités cognitives
 - capacités motrices
- ▪ ▪ ▪ **5- ÉQUIPES** **Comment soutenir les soignants dans la durée ?**

1 - GARDER LE LIEN

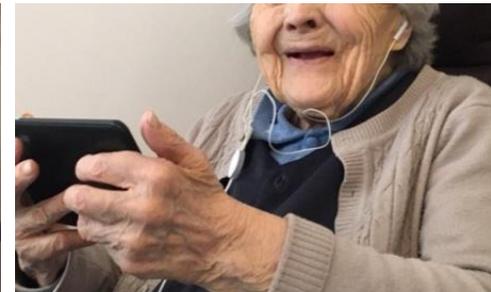
Au delà des tablettes, comment garder le lien autrement ?

Avec les familles “connectées” et un résident pouvant communiquer :

- création d'une **page Facebook** de l'eypad qui partage ses initiatives et donne des nouvelles et rassure les familles
- le soignant demeure **à l'écoute** du résident et de ses proches
- proposer des **échanges courts mais réguliers** (rassurant)
- le soignant doit être **le facilitateur** entre l'outil (téléphone, tablette), le résident et sa famille
- utiliser **Doodle** pour planifier les appels avec les familles
- transmettre **cet article** qui regroupe des **didacticiels** pour l'utilisation de Zoom, Skype et WhatsApp.

→ l'association DELTA 7 propose un **prêt de tablettes** aux EHPAD, il est possible de **[s'inscrire ICI !](#)**

- le réseau social **Familivi** pour les résidences Domus Vi, ou le journal **Korian Générations**
- Dispositif **Emotivi** pour appeler sur la TV; Outil **Facilotab**



Pour les familles “connectées” ayant un proche ne pouvant plus communiquer :

- miser sur une **communication asynchrone** :
- la famille peut **enregistrer une vidéo** qu'elle vous envoie pour la faire visionner au résident
 - vous pouvez **prendre les photos**, vidéos du résident lors d'une activité en chambre par exemple, et les **leur transmettre en réponse** par mail ou WhatsApp

1 - GARDER LE LIEN

Au delà des tablettes, comment garder le lien autrement ?

Maintenir le lien famille-résident "hors appels vidéo" :

→ les mesures d'hygiène sont différentes en fonction de la situation de l'établissement. Au besoin, utiliser : gants, mise sous plastique, ou prendre en photo les supports créés

- Miser sur les lettres, cartes postales, inciter les familles à envoyer des **dessins des petits-enfants** : des souvenirs qu'on peut accrocher en chambre

→ **au besoin : mise sous plastique dès réception** pour éviter toute contamination

- solliciter le collège proche pour envoyer des lettres et dessins à l'ehpad
- Désigner un membre d'équipe pour organiser la gestion du courrier avec les familles
- **Atelier création-rédaction de carte postale**: imprimer une photo du résident et écrire un mot au dos = atelier créatif + lien familial. Réalisable 1 fois par semaine. Envoyer ces cartes aux familles des résidents
- Se procurer de très jolies cartes que **l'équipe écrit aux résidents** les moins entourés

Outils pour la correspondance disponibles en ligne :

Pour l'établissement :

- Pour les résidents les moins entourés, inscrire votre établissement à **l'initiative solidaire 1lettre1sourire**
- Abonner votre établissement à **Famileo**, le journal pour garder le lien régulier entre résidents et familles



Pour les familles :

- Profiter de **l'initiative solidaire** de **Parlapapi** pour **l'envoi gratuit de cartes postales** à leurs parents
- Concevoir un **album photo** imprimé avec **Tipii**
- Créer des **cartes postales personnalisées** avec **SimplyCards**

1 - GARDER LE LIEN

Au delà des tablettes, comment garder le lien autrement ?

Lien et contact corporel (bizoux, calins) ne sont plus possible de donner par la famille :

- si l'équipe neuropsych est maintenue sur place, c'est son rôle de **veiller à préserver le lien social** pour pallier au manque de la famille.
→ le contact physique ne peut être maintenu en raison des gestes gestes barrière et des équipements de protection complets. Stopper le contact physique c'est stopper la transmission
- le **massage thérapeutique** est maintenu par certaines équipes à condition qu'une désinfection stricte soit effectuée après

→ **maintenir le lien c'est éviter les dommages collatéraux comme les syndromes de glissement, la tristesse, le déclin cognitif, la perte d'appétit..**

Maintien du lien social par le repas :

- certains ont arrêté les repas tous thérapeutiques
- d'autres poursuivent les repas “classiques” en unité protégée avec deux résidents **attablés et maintenant les distances** réglementaires d'éloignement
- pour d'autres, la prise de repas des résidents peut s'aménager **à la porte de leur chambre en vis-à-vis** grâce au plateau à roulettes, permettant de maintenir le lien social et les distances de sécurité



2 - DIVERTIR & OCCUPER

Comment adapter les activités aux contraintes actuelles ?

Idées d'activités individuelles en chambre, ne nécessitant qu'un seul soignant et évitant le partage l'objets :

- **création d'un chariot d'activités** : musique sur clé usb, trousse couture, Ipad (skype), enceinte portable, petits instruments musique, tiroir créa (fleurs crépon), livres grosses lettres, cahiers de chant, journaux.
- → [voir ce modèle d'enceinte](#) qui s'attache à la blouse !
→ chariot adapté à **tous les niveaux**
→ veiller à créer un **chariot désinfectable**
- Pour ceux qui possèdent déjà un "**chariot flash**", l'équipe peut l'utiliser pour animer en veillant à une **désinfection stricte**
- les familles sont **invitées à donner des objets personnels** pour éviter les partages entre résidents
- demandes de **dons de matériel** sur la **page Facebook** de l'EHPAD, de la part des familles ou des entreprises où elles travaillent



→ certains EHPAD ne font entrer **aucun matériel de l'extérieur**.

- **IDEE** : solliciter les distributeurs de matériel pour avoir un "**pack solidaire**" : 1 pack de matériel par résident, **neuf et individuel**
- **l'animatrice déguisée** propose une animation par jour et par résident en chambre et/ou dans le couloir
→ veiller au respect des **distances** de sécurité et des équipements de **protection** mais une **décoration du masque** possible !

2 - DIVERTIR & OCCUPER

Comment adapter les activités aux contraintes actuelles ?

Idées de divertissements :

- balades dans le jardin, bouquets de fleurs, égayer les balcons
- **solliciter les entreprises** de la région à livrer des fleurs, des chocolats (dans le respect des règles d'hygiène)
- distribuer des friandises, faire un atelier coiffure
- **miser sur la musique, le chant** : faire appel à des **souvenirs positifs**
- solliciter un proche **musicien pour venir jouer** devant l'EHPAD, ou si un membre de l'équipe peut jouer sur place
- organiser des **jeux dans le couloir** (bingo, loto..) pour les résidents à la porte de leur chambre
- en Suisse dans un établissement non touché, **chien et chat** de la résidence divertissent les résidents & les équipes (ils ne sortent pas de l'ehpad)



FOCUS : une oeuvre collective :

- thème proposé “les 4 saisons” : pour le Printemps, les **nénuphars**. Traçage des fleurs (choisir deux couleurs) et des feuilles, découpage des fleurs et des feuilles, mise en couleur des feuilles, pliage des pétales, collage et **réalisation du tableau** (apaisant à regarder, choix des couleurs favorisant)
- oeuvre collective pour calmer et apaiser : fabrication de **pompons** de couleurs douces pour **créer un tapis d'apaisement**

2 - DIVERTIR & OCCUPER

Comment adapter les activités aux contraintes actuelles ?

Si votre établissement doit observer les mesures d'hygiène et de protection les plus strictes :

- les **animations sur tablettes** sont à privilégier : elles sont faciles à désinfecter entre chaque résident
- diffusion de **contenus culturels en ligne** :
 - spectacles du [Cirque du Soleil](#)
 - visites virtuelles de nombreux **musées** : [ICI](#) et [ICI](#)
 - **livres audios** et jeux sonores pour tablette par [11Plus](#)
- si un membre d'une famille est **musicien / chanteur**, demandez-lui d'**enregistrer des vidéos** des morceaux préférés des résidents que vous pourrez diffuser ensuite



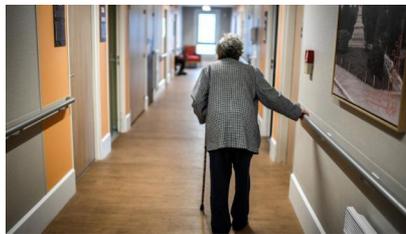
3 - CALMER & APAISER

Comment prévenir et gérer la majoration des troubles liée à l'isolement ?

La majoration des troubles du comportement est fonction de plusieurs facteurs :

la durée depuis laquelle votre ehpad est en confinement, et s'il pratique un confinement total en chambre ou non (certains établissements non touchés ont “fermé” leur unité protégée mais ne confinent pas les résidents en chambre à l'intérieur)

→ En fonction de la situation, il peut apparaître **une majoration des troubles du comportement et de l'apathie**



Restez vigilant(e) aux situations suivantes :

- **Perte d'appétit**
- **Sommeil**
- **Déambulation (augmentation ou diminution)**
- **Intérêt pour les activités proposées**
- **Communication**
- **Agressivité/ irritabilité / Opposition**
- **Résidents autonomes**
- **Résidents discrets**

3 - CALMER & APAISER

Comment prévenir l'apparition des troubles et apaiser ceux déjà présents ?

Conseils concernant les repas :

- " Porter attention aux **changement de comportement** et surtout aux **repas**, car risque de glissement vers l'apathie. "
- " Importance de **maintenir les repas thérapeutiques** pour éviter la dégradation du comportement" L. Doucelance

Pour les résidents déambulants :

- organiser l'équipe pour **laisser marcher** les résidents au maximum 1 par 1 (surveillance renforcée)
- mise en place d'un **circuit de déambulation** en minimisant au maximum les contacts avec les autres résidents
- proposer des **activités thérapeutiques individuelles** afin **d'apaiser** le résident au titre d'un accompagnement particulier
- " un résident Covid positif déambulant devrait être **maintenu en chambre sans camisole chimique** "
L. Doucelance

Pour des séances de relaxation en chambre :

- ateliers de bien être esthétique
- lecture de contes
- poésie sur fond musical
- et aussi : réalisation de toilettes thérapeutiques
(voir détails dans le document ci-dessous)

[Retrouvez ici tous les conseils de Ludivine Doucelance pour prévenir et apaiser les troubles](#)

Ludivine DOUCELANE est *Psychomotricienne DE*
Coordinatrice de l'accueil de jour Tiers temps à Ivry sur Seine
et praticienne libérale

4 - MAINTENIR LES CAPACITÉS

Comment les maintenir pour éviter une dégradation de l'état du résident ?

Comment veiller à ce que chaque résident soit stimulé quand tout le planning est décalé ?

→ créer un **tableau à cocher** pour repérer si vous avez bien vu chaque résident pour sa stimulation, chaque jour

Maintien des capacités cognitives :

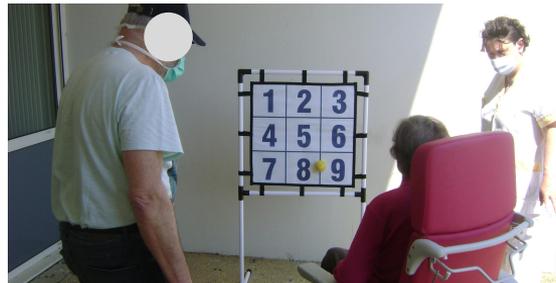
- Créer des **cahiers d'activités** régulièrement selon les niveaux de chaque résident, sans oublier des contenus spécifiques pour les moins déments, plus difficiles à se procurer. Beaucoup de cahiers existent déjà en ligne
- Les soignants peuvent proposer des activités cognitives "fait maison" (quiz, jeux mémoire..)
- Utiliser la **trame stimulation cognitive** proposée par la plateforme de répit **DELTA 7** - [ICI](#) -

Maintien des capacités motrices :

→ **plus impactées** que les capacités cognitives
→ pour certains établissements, **absence de kiné** actuellement
→ importantes pour **éviter le glissement vers la perte d'autonomie**

- En l'absence de kiné, l'équipe soignante est invitée à **prendre le relais** en proposant des activités physiques. Ne pas hésiter à encourager votre équipe dans ce sens.

- S'inspirer des **ateliers de stimulation physique** proposés par **Delta 7** [en vidéo](#) et par **Siel Bleu** [en vidéo](#) et [fiche exercice](#)



4 - MAINTENIR LES CAPACITÉS

Comment les maintenir pour éviter une dégradation de l'état du résident ?

Nolwenn PERPINA est infirmière cadre en EHPAD

Exercices gym douce conseillés par Mme Perpina :

→ expliquer aux résidents et respecter les consignes de précautions/covid 19 (ASH avant et après chaque activité, supports d'activités désinfectés au fur et à mesure de l'utilisation)

- maintien de la musculature des jambes en position assise : apprentissage de la **marche décomposée** (en 3 temps) avec les résidents puis en les encourageant à faire ces exercices régulièrement dans la journée (les leur rappeler au besoin).
- possibilité de **simuler la marche** en utilisant un ballon (réception du ballon en le bloquant, tir) en chambre ou en binôme (vis à vis)
- maintien de la musculature du corps en **position assise** : utilisation de raquette + ballon de baudruche (en chambre ou en vis-à-vis)

- dans un couloir à l'écart, proposer un **parcours de marche** (cerceaux, cônes, enjambements...)
- maintien de la **marche dans le couloir** avec précautions (non croisement entre deux résidents, en extérieur accompagné en individuel, avec port de masque)



5 - ÉQUIPES

Comment soutenir les équipes dans la durée ?

Contexte des ehpad touchés par le virus :
Comment maintenir le moral de l'équipe quand elle est touchée psychologiquement par la situation ?
(peur, inquiétude, culpabilité)

- proposer un **temps de parole** avec la psychologue & la psychomotricienne
- si l'équipe est réticente, il faut alors **gommer l'aspect "réunion de parole"**, casser le cadre habituel et créer un **moment d'échanges plus informel** : le matin lors d'un petit déjeuner en équipe, l'après midi lors d'une pause goûter..
- la direction peut proposer de prendre **30mn supplémentaires** par jour pour des séances de **relaxation / sophrologie / snoezelen**
- proposer une **activité avec l'équipe** après le repas pour **se booster** avant de reprendre
- mettre de la **musique** dans la salle de pause, regarder des vidéos d'**humour**, faire un challenge de danse

- dans la **salle de pause**, éviter de laisser tourner la TV en boucle sur des chaînes d'infos, opter pour des programmes plus **divertissants**. → **l'objectif est de se détendre, penser à autre chose**
- Créer un **mur d'encouragements** : collecter les messages des résidents pour les soignants, des habitants de la commune, les imprimer sur des papiers colorés et les afficher sur un mur dédié **soutenir pour la motivation** de l'équipe !
- Créer une **adresse mail de solidarité** sur laquelle toute personne qui le souhaite peut envoyer des messages aux résidents et aux salariés, les **encouragements** sont les bienvenus !

→ **pour avoir le renfort des élèves d'écoles d'aides soignantes (aides aux repas, temps de socialisation) : l'EHPAD fait une demande à l'ARS qui contacte l'IFAS**



L'UNION FAIT LA FORCE !

Les expériences et les initiatives mises en place dans votre établissement **peuvent également être partagées** avec les établissements de votre région : mettez en place **un document partagé** avec [Framacalc](https://framacalc.com) pour que vos collègues puissent s'en inspirer et aussi l'alimenter !



STUDIO TWINS

PARIS

Retrouvez-nous sur
[LinkedIn](#) et [Facebook](#)

[Notre site](#)
hello@maase.fr