

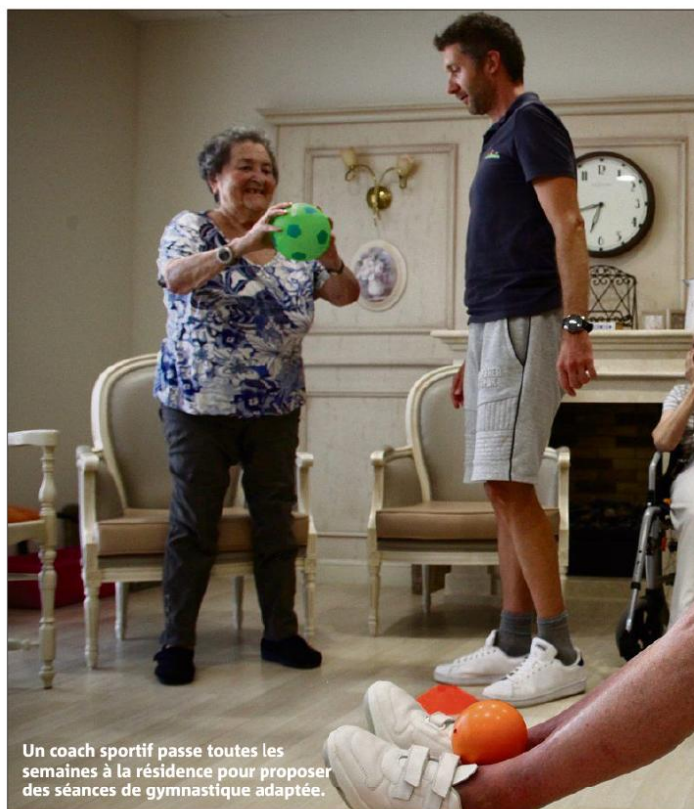
Le dossier du dimanche



Étienne (102 ans) s'est trouvé une « petite jeune » : Huguette (87 ans). Depuis leur rencontre à la résidence, les deux tourtereaux filent le parfait amour...



L'affiche « servez-vous » incite les patients à répondre à leurs propres envies.



Un coach sportif passe toutes les semaines à la résidence pour proposer des séances de gymnastique adaptée.

Avec la méthode Montessori,

► Faire la grasse matinée, prendre le petit-déj' à n'importe quelle heure, ou... tomber amoureux. Ici, tout est permis. ► Souvent réservée aux enfants, la méthode Montessori est également utilisée pour les personnes du troisième âge. C'est un hymne à « la liberté », au « respect du choix » et à la « bienveillance ». ► Reportage à La Valette-du-Var, où la résidence Colonel Picot applique cette recette pour le moins originale depuis cinq ans. Avec des résultats plutôt convaincants à la clé...

Allez, monsieur Henri. Prenez les balles dans les mains. On va travailler les avant-bras. On serre, on serre, encore. On imagine qu'on presse un citron. On fait un bon jus de citron aujourd'hui ! On lâche, on appuie encore, on compte jusqu'à cinq. Et on lâche à nouveau.

On se croirait presque à s'y méprendre en pleine session de crossfit, cette nouvelle activité fondée sur l'effort intensif, apparue depuis peu dans les salles de sport. Sauf que ces athlètes-là, 80 ans environ de moyenne d'âge, n'ont plus toutes leurs facultés physiques, ni toute leur tête...

Une fois par semaine, Antoine Coignard est invité à la résidence Colonel Picot pour proposer des séances de gymnastique adaptée. Tout en patience et bonne humeur, le coach

sportif s'occupe de la dizaine de résidents rassemblés ce jour-là au Pôle d'activités et de soins adaptés (PASA), situé au premier étage de l'établissement.

Comme tous les autres résidents, monsieur Henri participe à cet atelier parce qu'il le veut bien. « Ici, on ne force personne. » C'est un peu la clé de voûte de la méthode Montessori.

En France, de plus en plus d'Ehpad (Établissement d'hébergement pour personnes âgées dépendantes) l'ont adoptée. Mais la résidence varoise a été précurseuse en la matière, en axant son travail sur cette technique depuis la rénovation complète du site, il y a cinq ans.

Posée au pied du mont Coudon, sur les hauteurs de La Valette-du-Var, la maison de retraite est gérée par la

fondation des Gueules Cassées. Cette association avait été créée en 1921 pour venir en aide aux combattants défigurés pendant la Première Guerre mondiale.

La résidence compte aujourd'hui 113 lits, répartis sur trois étages, dont un réservé aux Unités de vie protégée (UVP). Dans le détail, on recense 41 résidents souffrant de la maladie d'Alzheimer avec des troubles cognitifs, et 70 autres « diminués physiquement » et présentant parfois quelques troubles mineurs du comportement. Une maison de retraite comme une autre. Ou presque...

« Le but est que la personne reste autonome le plus longtemps possible »

Bienveillance et liberté

« Ici, on ne les prend pas les patients en charge, mais on les prend en soins », cadre d'entrée Olivier Rousset, directeur général de la fondation des Gueules Cassées. Tous les employés ont évidemment été formés à la méthode Montessori. À chaque étage, résonne le même discours. On nous parle de « bienveillance », de « liberté », de « dignité ». Et pour ceux qui auraient oublié les principes fondamentaux, il n'y a qu'à se référer à cette grande fresque située dans le jardin, qui annonce la couleur : « Toute aide inutile est une entrave au développement de l'individu. Chaque chose que vous

faites à ma place est quelque chose que vous m'enlevez » ; « aide-moi à faire seul » ; « la qualité fondamentale de l'aider est de savoir observer ».

Philippe Taze, le directeur de la résidence, résume à sa manière : « Le but est vraiment que la personne reste autonome le plus longtemps possible. On ne fait pas les choses à leur place, mais

on les motive à ce qu'ils les fassent eux-mêmes ». Mais encore faut-il trouver la bonne attitude, le bon geste, les bons mots.

Un exemple ? « On n'est pas là pour dire le matin à une résidente : "Oh, cette robe est bien pour vous", mais plutôt pour lui demander "laquelle préférez-vous ?" », illustre Fabienne Noirot, l'infirmière coordinatrice. Car c'est toujours plus facile de décider à la place de quelqu'un », poursuit-elle. Or laisser le choix, c'est aussi « prendre plus de temps », ce qui signifie aussi « plus de contraintes pour le personnel ».

Pour cela, l'établissement est « très bien doté » en termes d'effectif. « Un Ehpad classique (d'une centaine de lits) compte de 50 à 55 personnels, tandis que chez nous, on est à 84 », calcule Fabienne Noirot. La résidence dispose donc « d'un soignant pour 7 ou 8 résidents, contre un pour 13 dans certaines autres maisons de retraite ».

Posée au pied du mont Coudon, la résidence a été entièrement rénovée il y a 5 ans.



Tout est fait pour le bien-être des résidents. Jardins, terrains de pétanque, salon de coiffure-manucure, et piscine accessible pour les personnes à mobilité réduite... Les prestations sont dignes d'un 4 étoiles. Chaque unité de 14 lits possède un coin salon-salle à manger. Et puis on trouve du wifi partout, car « aujourd'hui les résidents arrivent avec leur ordi ou leur tablette ».

Chacun son rythme

On croise Michel et Jean-Pierre, deux résidents en goguette qui semblent s'entendre comme larrons en foire. Ceux-là sont « inséparables ». Michel pousse le fauteuil de Jean-Pierre. Il a beau avoir une jambe en moins, mais n'en a pas perdu le sourire, ni la joie de vivre. « Y'a pas mieux, glousse le grand blessé. C'est le rêve d'être vieux. Ici, je suis le plus heureux. Je vais terminer ma vie