



Accueil de jour Thérapeutique- Les Portes du Sud-

COMPTE RENDU DE LA REUNION DES USAGERS / Lundi 17 Novembre 2025

Etaient présents 18 usagers, personnes accueillies et proches aidants.

Nous avons invité à l'occasion de cette seconde réunion de l'année, un professionnel représentant « Happy Visio », plate-forme proposant des conférences en ligne à destination des aidants mais aussi de leur proche.

1-Introduction par la directrice, Marie-Laure Martin. Mot d'accueil et de remerciements.

2-Présentation de l'équipe :

- Marie-Laure Martin, Directrice
- Elsa Belouet, Psychologue Coordinatrice
- Lucyle N'Diaye, Infirmière
- Anne Cozler, Psychomotricienne
- Marie-Charlotte Duret, Médecin référent
- Hoddie Makoundou, agent hôtelier et d'entretien
- Tom Lecacheur, Ergothérapeute.
- Marina Arias, Aide-soignante
- Corinne Cissé, Aide-médico- psychologique
- Sandrine Blot, Accompagnante Educative et Sociale

Absents excusés :

- N'naissata Guirassy, Aide-médico- psychologique, en formation d'Aide-soignante.
- Vanessa Kimbembé, secrétaire comptable, en congés maternité. Elle est remplacée par Chérifa Laimeche.
- Yanis Brahim, Contrat d'apprentissage AES

Les éléments concernant la fonction de chaque membre de l'équipe, leurs missions et spécificités de métiers sont accessibles en se référant au **Livret d'accueil** remis à chaque nouveau bénéficiaire lors de la visite de préadmission. Ce document est accessible également en téléchargement sur le site de l'accueil de jour : www.isatis.asso.fr

3-Présentation des intervenants extérieurs

- **Théâtre**, Louise-Anne Monod, **le mercredi de 15h00 à 16h15**
- **Musicothérapie**, Blandine Louchard, **le lundi de 15h00 à 16h15**
- **Tai-chi**, Lionel Nosjean, **le jeudi de 14h45 à 15h45 et le vendredi de 11h15 à 12h15**

4-Questions recueillis en amont de la réunion :

- **« Quel soutien existe-t-il pour les aidants face à l'avancée des fragilités ? »**

Réponse apportée par Elsa Belouet, la psychologue coordinatrice.

Le rôle de coordinatrice : **identifier les besoins et orienter**. Beaucoup d'aidants se sentent parfois seuls, débordés et culpabilisent de ne pas en faire assez pour leurs proches. Il est possible de demander de l'aide avant de vous sentir trop fatigué.

Besoins identifiés :

- Votre proche a besoin d'aide au quotidien
- Vous avez besoin de relais, de répit.
- Vous avez besoin de soin, de repos, de soutien.

→ Des solutions existent pour vous permettre d'avoir du temps pour vous et du répit, pour reprendre des forces.

Prendre soin de vous, c'est aussi prendre soin de votre proche.

→ Importance de la santé de l'aidant : Fatigue, stress

Identifier les signes d'épuisement (problème de sommeil, anxiété, douleurs...),

Solutions d'aides concrètes et solutions de répit

- Les plateformes d'accompagnement et de répit, votre mairie ou la Maison des solidarités peuvent vous aider :

* à mettre en place une aide à domicile,

* à organiser une solution de répit (accueil de jour, hébergement temporaire, relayage à domicile, séjours adaptés...),

* à demander des aides financières (APA, congé proche aidant, allocation journalière proche aidant...)

Soutien, échange, partage avec d'autres aidants

Des associations d'aide aux aidants pour s'informer

Des sites internet dédiés aux aidants

Participer à des temps de sensibilisation, des formations

Avoir un soutien individuel + Le dispositif « Mon soutien psy »

Participer à des groupes de parole

Activités partagées aidants/Aidés

Répit collectif et individuel : activités détente à domicile ou en groupe

Des formations gratuites en présentiel ou en ligne :

- Pour mieux se reconnaître en tant qu'aidant et en évaluer les conséquences
- Préserver la relation avec son proche
- Mieux connaître la maladie, le handicap, affectant son proche et pouvoir s'y adapter

Focus sur la **Plate-forme de répit des aidants du 13^{ème}/14^{ème} arr, portée par l'Association Notre Dame de Bon Secours**. (Psychologue : 06 35 38 43 43) / Klara Rudic,

Cette plateforme s'adresse à toutes les personnes accompagnant au quotidien un proche en perte d'autonomie (personne âgée, malade ou en situation de handicap). L'objectif est d'offrir un soutien concret et gratuit, afin de prévenir l'épuisement des aidants et de favoriser le maintien au domicile et le maintien du lien social.

Les services comprennent notamment :

- **Un accompagnement psychologique individuel**, sans limite dans le nombre de séances.
- **Des ateliers de répit collectifs** favorisant détente et bien-être :
 - **Sophrologie** : sur inscription, 1 fois par mois (jeudi ou vendredi) – salle d'activité à côté du P'tit Café. Groupe fermé de 10 séances.
 - **Gym douce** : sur inscription, à Saint-Augustin, 1 samedi matin par mois.
 - **Art-thérapie** : sur inscription, salle d'activité à côté du P'tit Café, 2 jeudis par mois de 18h à 20h.
 - **Shiatsu** : tous les jeudis après-midi – 3 séances maximum par aidant et par an.
 - **Tai Chi** : 2 samedis par mois, au sein d'ISATIS Paris 13^e.
 - **Réflexologie plantaire à domicile**.
 - **Soins esthétiques à domicile**.
 - **Programme ARTZ** : destiné aux aidés, proposant des séances de **stimulation cognitive par l'art** et des **visites de musées adaptées**.

- **Un accompagnement social personnalisé** par une assistante sociale.
- **Une mise en relation avec des prestataires d'aide à domicile** et des **solutions de répit adaptées**.

À partir de **janvier 2026**, un **atelier nutrition** viendra compléter notre offre : il se tiendra **le vendredi matin, au sein de nos locaux, une fois par mois pendant cinq mois**.

4- Invité professionnel : « Happy Visio », plateforme dédiée aux aidants et aux seniors (présentation en visio)

Pauline Ronzy, nous présente la plateforme Happy Visio, plateforme d'information et de ressources sur internet, à destination des seniors et des aidants.

Présentation de l'onglet conférence en distancielle, il existe 4 grandes thématiques :

- Prendre soin de soi
- Prendre soin de son proche
- Les différentes pathologies
- Identification des ressources disponibles pour les aidants

En parallèle des groupes de paroles thématiques qui ont lieu une fois par mois, il est également proposé des séances d'art-thérapie et de sophrologie le vendredi soir. Toutes les conférences sont disponibles en replay dès le lendemain.

Présentation de programmes pour les plus de 60ans sur différentes thématiques : activité physique adaptée, nutrition, sommeil, stress, numérique, sexualité, cinéma, etc. Toutes ces conférences sont proposées sur le site et disponibles en replay.

Les accès sont disponibles sur le site www.happyvisio.com . L'inscription est gratuite sur le site internet via le formulaire d'inscription (entrer le code partenaire CF7500 pour une inscription gratuite).

5- Les maladies de l'Hiver. Comment y faire face ?

Présentation des **règles de prévention** des risques par le Dr Marie-Charlotte Duret et l'infirmière de l'accueil de jour Lucyle N'Diaye.

- Par notamment la vaccination (Grippe et COVID)
- Le port du masque en cas de symptômes

Des messages de prévention sont affichés à l'accueil de jour : panneau d'information dans le hall d'entrée ainsi que des documents qui sont utilisés chaque jour notamment au moment du temps d'accueil convivial permettant aux soignants d'échanger et d'informer les personnes accueillies.

6- Evénements marquants de l'année 2025

- Nous avons sollicité l'association « **La mémoire en Chantant** » avec qui nous avons déjà collaboré pour la mise en place d'atelier « Chants et souvenirs » avec un accompagnement musical (guitare) durant les séances, très apprécié. L'association a été créée par Florence Dupagne et Bruno Angel. Les séances ont commencé le mardi et se dérouleront entre septembre et Janvier 2026. Présence d'un membre de l'équipe en co-animation : la psychomotricienne, Anne Cozler.
- Poursuite des sorties à l'extérieur, essentiellement dans les musées : de nombreuses sorties ont cette année encore jalonné notre année grâce au partenariat construit avec la Fondation Claude Pompidou, à raison **de deux sorties par mois**. L'ensemble de ces sorties font l'objet d'un affichage au sein de l'accueil de jour et suscitent de nombreux échanges avec les personnes accueillies. Elles sont également accessibles sur le site Internet.
- **Cinéma indépendants parisiens** : depuis septembre 2025, un partenariat avec l'association des cinémas indépendants parisiens a été mis en place. Une médiatrice culturelle auprès des

publics « empêchés » est venue nous rencontrer et intervient de manière ponctuelle auprès d'un groupe de personnes le lundi après-midi autour de thématiques concernant le cinéma : le son, la réalisation, visionnage d'extraits de films... Une sortie au cinéma avec ce même groupe a également été organisée dans une salle de cinéma partenaire.

7-Recueil de la parole des personnes accueillies avant chaque réunion.

Nous avons sollicité l'avis des usagers sur l'accompagnement en accueil de jour et leurs suggestions pour l'améliorer (établi à partir d'un entretien avec un représentant des usagers et des thématiques du questionnaire de satisfaction)

- Cadre et environnement : aménagement salle, espace, signalétique, déco, organisation jour

Ce qui est positif :

Personnel encadrant bienveillant, environnement agréable, belle vue, bon aménagement des salles, affichage des dessins +++, écoute sincère, clair, lumineux, paisible

Ce qui pourrait être amélioré :

-Mettre en place une signalétique des salles plus évidente (donner des noms plutôt que des chiffres, visuel + verbal etc)

- Augmenter la zone d'ombre sur la terrasse (achat parasol ou autres ?)
- Rendre la décoration des salles d'activités plus « éclatantes », selon les événements
- Améliorer l'accessibilité des livres, jeux et objets dans la salle de vie
- Manque de toilettes

- Déroulement de la journée et Ateliers thérapeutiques : nouvelles activités, satisfaction, variétés, projet temps d'après-repas

Temps d'après-repas : nouveaux jeux de société, ordinateur à disposition, petits jeux de culture Générale, **petites sorties digestives dans le quartier**

Ateliers : Ateliers à diversifier, matériel à renouveler (dico/ordi), types d'interventions extérieures différentes, **cercles de lecture/discussions sur un livre**, dessins collectifs, **tricot**

Temps d'accueil : **trop long, présentation répétitive**, articles de journaux récents, musique ?

Rôle des accueillis : pourquoi venir ici ? , avis sur les projets, implication dans la vie collective

/ Pourquoi venir : se revoir/discuter, être d'avantage stimulé sur le temps d'après-repas, les activités permettent de se sentir vivants, rencontrer d'autres personnes, prendre en compte les centres d'intérêt, chaleur du lieu, cela aide à trouver des solutions pour chacun et en faire profiter d'autres, comme la famille/gens qu'on apprécie et se sentir en sécurité, continuer à travailler le cerveau, côté structuré, découvrir des choses, se sentir bien, faire des choses différentes dans la journée, **ne pas laisser filer ma mémoire, lien/discuter, ne pas s'ennuyer, s'enrichir/agrandir son horizon**

Evènements : anniversaire, fêtes, idées de sorties socio-culturelles, ancrage dans le quartier

Envies : Plus d'écoute sur les choix de sorties, gâteau d'anniversaire pour tous + cadeaux, D'avantage d'évènement en lien avec les fêtes de saisons + déco associée, organiser plus d'activités à l'extérieur (pétanque, balade...), lien intergénérationnel à favoriser, sorties conviviales dans le quartier (T-Kawa etc), parc de Choisy, jardins ouvriers d'Ivry, Stade Charléty, pique nique parc Montsouris, musée Grévin, opéra, bal musette, zoo de Vincennes,

Repas : qualité, rythme, variété, saveur, texture, durée, ambiance, idées de plats

+ : repas variés, convivialité, avoir une solution de remplacement, bonne ambiance

- : qualité variable, repas trop longs parfois/trop longtemps assis, d'avantage de repas à thème, pas de nappes

Proposition de plats régionaux, pouvoir changer de place, durée adaptée

8-FOCUS sur les ateliers corporels

Le choix de ce focus fait écho à l'intérêt de pratiquer une activité physique tout au long de sa vie- ce que nous proposons à l'accueil de jour, adapté et évolutif selon les besoins et les capacités.

Elle contribue au bien-être mental et psychique. Elle permet de réduire un certain nombre de troubles psycho-comportementaux, comme par exemple les symptômes dépressifs, l'anxiété et la marche excessive, et peut améliorer le sommeil et l'humeur.

Les ateliers corporels adaptés permettent d'améliorer la mobilité, les coordinations (MS/MI), l'équilibre et la posture, d'améliorer la perception de son corps, et sollicitent les fonctions cognitives (ex : attention, mémoire de travail, planification...). De plus, ces activités physiques adaptées sont vectrices de lien social, quelles qu'en soit leurs modalités.

Ateliers actuellement proposés :

- **Ateliers sensori-moteur** - Psychomotricienne (Anne Cozler) : Agilité/relaxation/Tai Gym
- **Ateliers cognitif et corporel**/ Aide-soignante (Marina Arias) : Corps et esprit/Jeux et esprit
- **Ateliers Sport adapté/ prévention des chutes**- Ergothérapeute (Tom Lecacheur) : **Olympiades** (Rencontre et compétition 2025 : 7 accueils de jour en piste. Gymnase Elisabeth le 22 novembre prochain : rdv 13H30, 7av, Paul Appel 75014).

9- Les limites de la prise en soin en accueil de jour.

L'accueil de jour est un dispositif de soutien du maintien à domicile des personnes âgées qui intervient à un moment donné précis du parcours de soin de la personne

Nous accueillons des personnes avec des fragilités cognitives, corporelles, et parfois isolées socialement. Chaque personne a un projet d'accompagnement personnalisé mais l'accompagnement proposé dans les accueils de jour est centré sur le collectif.

Plusieurs critères peuvent amener à interrompre la fréquentation du centre :

- Expression d'un non-désir de venir, d'être là, de participer à la vie du centre
- Des comportements ou attitudes incompatibles avec la vie en collectivité
- Une fatigabilité trop importante en termes de stimulations
- Des besoins pour la personne évoluant vers un accompagnement individuel
- Des ressources trop fragiles pour s'adapter à des activités de groupe

Conclusion/fin de la réunion : le CR sera affiché et mis sur le site internet.