

# Nouvelles Du



## RESEAU Santé BALCON DU JURA.vd

N°3-2018 | Vendredi 23 mars

### CAT - MALADIE D'ALZHEIMER

## Qui s'occupe du proche aidant ?

Organisée par le Centre d'Accueil Temporaire du RSBJ (CAT), la matinée proches aidants s'est déroulée le samedi 17 mars dernier au restaurant des Alpes. Portant sur le thème de la maladie d'Alzheimer, de la prévention à la prise en charge, les intervenants ont réuni leurs domaines de compétences respectives dans une présentation claire, mettant en lumière l'évolution qualitative du diagnostic sur la maladie, l'innovation au service des infrastructures médico-sociales, mais également l'amélioration du soutien aux proches.

Alain Périat, directeur du RSBJ, tenait à accueillir les participants présents à la matinée proches aidants, ainsi qu'à saluer le travail effectué par les intervenants dans l'organisation de cet événement. « Nous avons eu l'idée au RSBJ de créer une dynamique autour de thématiques répondant au besoin en santé et en prévention auprès de la population. Je suis heureux de constater que ces thématiques vont se démultiplier durant l'année grâce à l'engagement des collaborateurs ».

Boubaker Lamamra, responsable du pôle prévention et maintien à domicile, annonce aux participants, qu'il remercie d'être venus nombreux, le déroulement de la matinée et invite en premier lieu Emmanuelle Michel, infirmière coordinatrice de l'Association Alzheimer Vaud à débiter la présentation par le témoignage d'un proche aidant, en difficulté face à la pathologie de son épouse au quotidien. Ceci reflète la nécessité de partager la réalité de la maladie d'Alzheimer, la prise de conscience que chaque cas est unique et l'importance d'apporter un soutien personnalisé aux proches.

### Un défi médico-économique sociétal majeur

Le Dr Oscar Daher, médecin chef spécialisé dans la prise en charge et la prévention des pathologies démentielles, tire un constat alarmant. Selon l'OMS, les cas diagnostiqués devraient tripler d'ici 2050 sur l'ensemble du globe. Des chiffres éloquentes, inquiétants même, mais qui s'expliquent également par le vieillissement de la population dans les pays industrialisés. Il est à noter également que le coût engendré dans la prise en charge des démences est de moitié (43,5%) investi par les proches aidants soutenus par les bénévoles. Il est ainsi devenu important de renforcer la sen-



Les intervenants de la présentation : Emmanuelle Michel, Dr Oscar Daher, Boubaker Lamamra, Florence Bailly, Tiffany Aussenard et Maeva Lenoir.

sibilisation à la population, mais également la prise en charge qui se fait sur quatre axes : le diagnostic, les traitements médicamenteux et non-médicamenteux, ainsi que le soutien aux proches aidants.

### Des solutions existent

Les études se sont démultipliées partout dans le monde quant à la prévention de la maladie, dont la véritable cause demeure inconnue, bien qu'elle semble multifactorielle. Certains facteurs de risques ont ainsi pu être mis à jour, dont notamment le lien avec l'hypertension et l'implication du métabolisme du cholestérol. Ainsi, l'amélioration des habitudes de vie et de nutrition, ainsi que la pratique régulière d'une activité physique et le maintien de contacts sociaux au cours de l'existence permettraient de tenir éloigné le risque de démence à l'âge avancé.

En matière d'aide à domicile et de soutien, de nombreuses associations telles qu'Alzheimer Vaud et ASPMAD ont mené des projets afin d'améliorer leurs prestations, ciblant de façon significative les offres proposées aux proches aidants.

Tiffany Aussenard, référente animatrice, et Maeva Lenoir, animatrice

du CAT, rappellent la mission principale du Centre : « Par un accueil sur mesure et bientôt la possibilité d'effectuer des activités physiques adaptées (gym douce, yoga, etc.), nous nous engageons à améliorer le quotidien des personnes âgées, tout en maintenant le plus longtemps possible et dans les meilleures conditions le « mieux vivre » à domicile ».

Et lorsque l'avancée technologique et architecturale se met au service du personnel soignant, des besoins des résidents et de leurs proches, les stimulations sensorielles permettent de lutter contre l'isolement et favorisent un environnement adéquat dans l'amélioration de la santé et l'accompagnement de fin de vie, souligne Florence Bailly, directrice du nouvel EMS inauguré en septembre 2017.

Des pas de plus, donc, afin d'éradiquer, ou tout du moins freiner, la progression du fléau de l'oubli.

*Justine Petronio*

Pour plus d'informations  
Association Alzheimer Vaud  
021 324 50 40  
ASPMAD  
058 450 30 30

### Les prochaines activités du CAT

#### Avril :

Mardi 3 avril :  
repas convivial à 12h

Vendredi 6 avril :  
loto à l'arbre de vie à 15h

Mardi 10 avril :  
fête de la tulipe à Morges à 13h30

Mercredi 11 avril :  
projection du reportage sur le Québec à 14h

Vendredi 13 avril :  
repas convivial à 12h

Lundi 16 avril :  
visite du Musée Chaplin à 13h30

Jeudi 19 avril :  
repas convivial à 12h

Vendredi 20 avril :  
loto au CAT à 15h

Mardi 24 avril :  
thé dansant à l'EMS à 15h

Vendredi 27 avril :  
fête de la tulipe à Morges à 13h30

#### Mai :

Mardi 1<sup>er</sup> mai :  
repas convivial à 12h

Vendredi 11 mai :  
repas convivial à 12h

Mardi 15 mai :  
reportage sur la Birmanie à 14h

Jeudi 17 mai :  
repas convivial à 12h

Vendredi 18 mai :  
loto à l'arbre de vie à 15h

Mardi 22 mai :  
visite du Musée de l'absinthe de Môtiers à 14h

Samedi 26 mai :  
défilé de mode à l'arbre de vie à 10h

Lundi 28 avril :  
repas convivial à 12h

Mardi 29 mai :  
thé dansant à l'arbre de vie à 15h

PRÉVENTION - PARTICIPATION DU RSBJ AU 14<sup>e</sup> COMPTOIR DE SAINTE-CROIX

## Roulez jeunesse!

**Pas le temps de s'ennuyer! Cette édition 2018 du comptoir de Sainte-Croix a permis à tout un chacun de se défier sur toutes sortes de jeux.**

Sur le stand du RSBJ, le premier jeu a permis aux visiteurs de tester leurs connaissances générales sur la santé ainsi que leurs connaissances du RSBJ. Chaque joueur a dû ainsi se creuser un peu les méninges.

Les neurones des participants ont aussi été mis à rude épreuve avec le second jeu: « L'écorché ». Il permettait à tous de voir à quoi ressemblent les différents organes dont nous sommes composés. Certains visiteurs, un peu rebutés par ces organes en plastique, ont regardé ça de loin. Et d'autres, la charlotte (ancienne génération) bien fixée sur la tête, s'en sont donné à cœur joie: on monte, on démonte, pas facile de savoir à quel endroit se situe chaque organe. Espérons que nous aurons créé des vocations!

Juste à côté, couché sur sa table d'opération façon comptoir, notre squelette permettait de voir à quoi ressemblent et où sont fixées les prothèses de hanche et de genou. Les visiteurs les plus intéressés auront visionné les dix minutes de vidéo qui faisaient découvrir étape par étape la pose d'une prothèse de genou. Ces opérations sont régulièrement pratiquées au RSBJ, tout comme celles énumérées dans le document ci-contre.

Et pour finir, du « Vélo-shaker ». Les règles du jeu étaient très simples: pédaler très fort pour mixer son jus

de fruits! Pour ce faire, la cuisine du RSBJ avait préparé et mis à la disposition plus de 20 kg de fruits très frais, des dizaines de régimes de bananes ainsi que du jus de fruit qui, une fois mélangé, ont permis de réaliser un agréable mélange à déguster sur place. Les éclats de rire étaient assurés et l'ambiance encore plus chaude après quelques tours de pédale!

Le comptoir a permis à de nombreux visiteurs d'apprendre à mieux connaître le Réseau Santé Balcon du Jura avec son nouvel EMS, l'arbre de vie, mais également de découvrir la multitude d'activités médicales à disposition des habitants de la région. Le stand du RSBJ, ainsi tenu durant les quatre jours par des collaborateurs de l'institution, est allé à la rencontre de personnes de tout âge et de tout horizon. Nous profitons d'ailleurs de remercier toutes les personnes qui ont œuvré de près ou de loin à cette belle édition.

Nous espérons que notre jeu de séduction aura porté ses fruits,

**LES OPÉRATIONS PRATIQUÉES AU RSBJ**

**CHIRURGIE ORTHOPÉDIQUE**

- Prothèse du genou totale ou partielle (PTG/PUC)
- Prothèse totale de hanche
- Ostéotomie de valgisation Tibia
- Arthroscopie genou
- Arthrodèse cheville
- Plastie ligamentaire pied-genou
- Pieds : Hallux Valgus
- Arthroplastie orteil

**CHIRURGIE DE LA MAIN**

- Tunnel Carpien
- Doigts à ressort
- Dupuytren
- Infiltrations

**CHIRURGIE GÉNÉRALE-VISCÉRALE**

- Hernie ombilicale - crurale - inguinale
- Chirurgie de proctologie
- Chirurgie vasculaire
- Chirurgie dermatologique

**CHIRURGIE GYNÉCOLOGIQUE**

- Hystérocopie
- Tumorectomie sein
- Cure d'incontinence TOT
- Hystérectomie vaginale
- Colporraphie Antérieure ou postérieure
- Cavatherm
- Curetage



Dans le coin enfant, Teddy vous remercie d'avoir si bien pris soin de lui pendant tout le comptoir. Il remercie tous les enfants d'avoir décoré et signé ses plâtres!



Vélo-shaker ou pédaler pour se presser son jus de fruits.

que chacun sera reparti avec son smoothie, son lot au logo du RSBJ, ou en tout cas avec le sourire. Nous vous invitons donc à revenir nous voir dans deux ans

sur notre stand au Comptoir de Sainte-Croix.

*Nadine Rossier Biemann  
Pour le comité d'organisation  
du comptoir 2018*



« L'écorché » offrait la possibilité aux petits et grands de tester leurs connaissances de notre anatomie.

## APPEL - PROMOTION DE LA SANTÉ, L'AFFAIRE DE TOUS

# Les habitant-e-s invité-e-s à prendre la parole sur leur santé!

Madame, Monsieur,

Un projet pilote de prévention et de promotion de la santé sur le Balcon du Jura a débuté en avril 2017. Ce projet découle d'un partenariat entre Promotion Santé Vaud (ProSV) et le Réseau Balcon du Jura (RSBJ). Le projet fait appel à divers partenaires, personnes-ressources et habitant-e-s pour le mettre en place et le réaliser. Un des objectifs du projet est de réaliser un état des lieux de la santé des habitant-e-s du Balcon du Jura. Il permettra d'établir une cartographie des besoins actuels au niveau de la santé principalement.

Pour atteindre cet objectif, il est important de pouvoir interroger la population du Balcon du Jura directement. Dans ce cadre, des entretiens individuels et confidentiels seront réalisés à domicile. Ces entretiens seront conduits par des professionnels, mais aussi par des habitant-e-s et partenaires du projet. Ils débiteront au mois de mars 2018 jusqu'à l'été 2018. La prise de contact se fera par téléphone.

Les Municipalités de Sainte-Croix et Bullet participent et soutiennent le projet. Ils invitent ses habitant-e-s à faire bon accueil aux personnes responsables de réaliser ces entretiens.

Chaque avis compte, si vous n'avez pas été contacté par les professionnels et que vous souhaitez prendre part à ce projet, il vous est possible de prendre contact avec Romaine Vérolet au 078 905 37 60 ou par mail: romaine.verolet@rsbj.ch.

Au plaisir de vous rencontrer prochainement et avec nos meilleures salutations.

Franklin Thévenaz  
Syndic de Sainte-Croix

Jean-Franco Paillard  
Syndic de Bullet

Alain Périat  
Directeur du RSBJ

Myriam Pasche  
Directrice de ProSV

### Participez activement au projet en vous joignant à la plateforme des habitant-e-s!

La prochaine séance prendra place le 27 mars 2018 à 18h30 au restaurant des Alpes. Les futures séances peuvent être trouvées sur l'agenda du site internet de la commune de Sainte-Croix. En cas de questions, il vous est possible de joindre Romaine Vérolet, chargée du projet pilote de prévention.

Numéro : 078 905 37 60 Mail : romaine.verolet@rsbj.ch

## RÉSIDENTS - JOURNÉE DES MALADES

# L'occasion de prendre le temps pour une attention



La « Journée des malades » est une association d'utilité publique fondée en 1939 qui, une fois par année, sensibilise la population à un thème particulier ayant trait à la santé.

Elle entend ainsi contribuer à promouvoir de bonnes relations entre malades et bien portants, à favoriser la compréhension pour les besoins des malades et à rappeler aux bien portants leurs devoirs envers les malades. En outre, elle s'engage pour la reconnaissance des activités de tous ceux qui, à titre professionnel ou privé, se consacrent aux patients.

Dans le cadre de la journée des malades du dimanche 4 mars 2018 et le thème de cette année « prendre le temps : pour toi, pour moi, pour nous », le RSBJ a offert une rose à chaque patient des soins aigus hospitalisé ce jour-là.

La Direction a également tenu à remercier le personnel qui, de près ou de loin, s'engage en faveur de nos bénéficiaires de soins, par une distribution de croissants.

Les personnes hospitalisées ont été très sensibles à ce geste et la photo ci-dessus témoigne de la convivialité de ce moment.

Alain Périat, Directeur du RSBJ

# Les bénévoles n'attendent plus que vous!

L'association des bénévoles de l'Accompagnement à la vie du Balcon du Jura apporte de la compagnie aux personnes résidentes à l'EMS depuis seize ans. Son but? Égayer les journées de nos aînées et aînés. Les membres de l'association prêtent leurs yeux pour un moment de lecture, leur voix pour des chants mais aussi, et peut-être surtout, leur oreille attentive. « La présence des bénévoles est importante. Ces personnes amènent un lien avec l'extérieur, elles permettent à nos résidents de suivre les nouvelles du village, de partager leurs souvenirs. Elles sont un

complément au travail de nos équipes », apprécie Monique Voynet, responsable du pôle hébergement au RSBJ. Les bénévoles peuvent également participer à quelques sorties diverses avec les résidents en soutien du personnel soignant.

Dans un deuxième temps, il est également possible de suivre une formation pour accompagner les personnes en fin de vie. Les bénévoles sont à disposition pour soulager les familles ou accompagner les personnes sans entourage dans leurs derniers instants. Elles sont également à disposition pour préparer

la chapelle funéraire lorsque les familles souhaitent venir voir leur défunt.

Actuellement, le groupe est composé de onze personnes. « Nous aurions besoin d'un peu de sang neuf », sourit Mireille Gerber, présidente de l'association. « Nous cherchons des personnes qui ont de l'empathie, de la patience et qui ont envie d'offrir un peu de bonheur à nos aînés », explique-t-elle. Critères essentiels: parler couramment le français, ainsi qu'être posé et calme. Il est également apprécié que les personnes connaissent bien la région. Cela facilite le contact.

Pour devenir bénévole, il suffit d'être prêt à suivre une petite formation qui permet de connaître l'attitude à adopter avec les personnes âgées. Pour le temps à mettre à disposition, c'est au bon vouloir de chacun. « Même si c'est une heure par mois, cela suffit », remarque Mireille Gerber.

Vous avez un peu de temps à consacrer et souhaitez améliorer le quotidien de nos aînés? N'hésitez plus, prenez contact avec Mireille Gerber au 024 454 43 36. Elle se fera un plaisir de vous rencontrer.

Allan Müller