



PÔLE LUTTE CONTRE LA SOLITUDE

Visite En Maison De Retraite

Les visites ont lieu de 14H à 16H un samedi sur deux et se déroulent à la maison de retraite de Montrouge Villa Beausoleil situé au 64-66 rue Gabriel Péri à Montrouge.

Pendant ces après-midi, nous mettons en place des animations qui permettent aux bénéficiaires de rester actifs au travers d'activités adaptées à leurs capacités et leurs envies.

Sur ces bases, le projet d'accompagnement dans les maisons de repos se décline sous forme d'atelier visant par exemple:

- La stimulation cognitive : ateliers mémoire, cognitif, réminiscence,....
- La stimulation psychomotrice : gym douce, prévention des chutes,
- La stimulation sensorielle : relaxation, ateliers goût, musicothérapie.
- Le lien social : moments de convivialité, discussion, danse, promenade, sorties.

Il existe différents types d'animations pour les personnes âgées. Les divers ateliers occupent une place de plus en plus importante :

- **Les ateliers créatifs** : la pratique du dessin, de la peinture, la réalisation de collages ou de modelage offre au résident un moyen d'expression différent, qui permet de libérer des émotions qui ne peuvent parfois pas être exprimées avec des mots ou des gestes. Les ateliers créatifs ont en ce sens des vertus thérapeutiques sur le plan psychologique, qui permettent d'apaiser le résident tout en stimulant sa créativité.
- **Les ateliers dit cognitive** : ces ateliers visent à entretenir la mémoire des personnes âgées et à préserver leurs capacités cognitives. Les animations pour personnes âgées en maison de retraite autour de la mémoire peuvent prendre la forme de puzzles, de jeux autour de photos ou de vocabulaire, de petits ateliers d'écriture ou de calcul. Ces exercices permettent d'entretenir la «mécanique» du cerveau et de conserver au maximum l'autonomie des seniors.
- **Toujours dans le cognitive ; mémoire olfactive, gustative** : sous forme d'atelier cuisine cette animation souvent très appréciée des seniors qui permet de renouer avec leur ancien mode de vie au travers d'activités qu'ils pratiquaient avant. Cet atelier vise à mobiliser et stimuler de façon ludique et conviviale les fonctions cognitives que nous utilisons au quotidien et qui restent opérantes, même si leur niveau de fonctionnement antérieur était meilleur, sans mettre les personnes en échec.
- **Les ateliers physiques** : ces ateliers visent à entretenir au maximum les capacités physiques de chacun avec des niveaux adaptés à l'état de santé des résidents. On retrouve de la gymnastique douce, des jeux de ballons, des exercices d'équilibre et d'orientation dans l'espace.

Ces ateliers variés permettent de donner du dynamisme à la vie de l'établissement, entretenir le lien social, l'autonomie des résidents et leur procurer du bien-être. Associés à des événements au sein de l'établissement et à des sorties, les animations pour personnes âgées en maison de retraite ont un impact thérapeutique non négligeable qui prend désormais place dans la prise en charge des seniors.