

L'EMS QUI FAIT

MÉTHODE MONTESSORI Elle ne se cantonne pas à la seule petite enfance. Reportage à Lausanne, où l'Institution de Béthanie applique ce concept pour favoriser l'autonomie de ses résidents.

Vendredi, 9 h 15, 3^e étage d'un EMS lausannois. Sur la grande table de l'espace commun central attendent un pain et une tresse entamés, de la confiture, des carafes de thé et de café à moitié vides. Mais, pour Madeleine Vodoz, ce n'est pas encore l'heure du petit-déjeuner: comme tous les matins, la nonagénaire doit travailler.

«Ça me réveille»

On l'aperçoit au fond du couloir derrière son déambulateur. Après avoir mis en place ses aides auditives, elle s'approche à petits pas. «Je m'occupe d'afficher le programme des animations de la journée dans ces deux

ascenseurs», explique-t-elle en saisissant des feuilles imprimées. «On est bien vendredi?» Après confirmation, la dame de 92 ans pénètre dans le premier ascenseur et ôte les punaises fixant les affiches de la veille pour mettre en place les nouvelles. Les gestes sont lents mais confiants. «Quand on m'a proposé cette tâche il y a quelques mois, j'ai dit non. Et puis on m'a dit qu'il n'y avait personne d'autre pour le faire, alors j'ai accepté. Maintenant, j'aime bien, ça me réveille.»

Depuis 2016, l'Institution de Béthanie applique la méthode Montessori, une démarche visant à préserver et à renforcer l'autonomie des personnes âgées. «Nous avons introduit de nouvelles activités afin de redonner un rôle social aux résidents, explique Frédéric Risse, directeur de l'EMS. On ne les force

On m'appelle la postière ici», sourit avec un brin de fierté l'ancienne institutrice, atablée devant une montagne d'enveloppes. À gauche, la pile pour la cuisine. À droite, celle destinée à l'administration de l'institution. Au milieu, le courrier des résidents, que Mme Vuillerat ira ensuite distribuer dans les étages. Une activité qui occupe une bonne partie de ses matinées depuis une année. La réceptionniste a pu constater ses progrès: «Au début, ce n'était pas évident, elle était souvent hésitante. Depuis, elle a pris beaucoup d'assurance!» Une fois par semaine, une autre dame s'occupe de classer et de mettre sous pli le courrier sortant. «Cela me décharge un peu, mais il faut tout de même superviser ce qu'elles font. Pour le personnel administratif, c'est en fait surtout agréable d'être davantage en lien avec les résidents.»

Jardinage et cours de français

Au-delà des tâches de bureau, les pensionnaires de Béthanie ont l'embarras du choix. Rassemblés en comités, ils décident par exemple des fleurs qui seront plantées au jardin ce printemps, et des artistes dont les œuvres seront exposées dans la galerie centrale. «Nous leur faisons des propositions adaptées à leurs intérêts et à leurs capacités, en prenant en compte leur ancien métier et ce qu'ils aimeraient faire avant. Cela implique de beaucoup mieux les connaître», souligne Frédéric Risse.

Pour certains résidents, pas besoin de chercher bien

« On prend soin d'expliquer aux familles que le but n'est bien sûr pas d'utiliser leur proche »

Frédéric Risse, directeur de l'EMS de Béthanie

pas, bien sûr, ils sont chaque jour libres d'effectuer la tâche ou non. » Certains refusent d'ailleurs catégoriquement: ils ont déjà trimé toute leur vie, hors de question de travailler alors qu'ils sont à la retraite. «Mais la plupart sont plutôt partants lorsqu'on leur propose de donner un coup de main.»

Occupée à trier le courrier au rez-de-chaussée, Magali Vuillerat (92 ans) est en effet plus qu'enthousiaste à l'idée de contribuer au bon fonctionnement de l'EMS. «J'aime beaucoup faire ça.



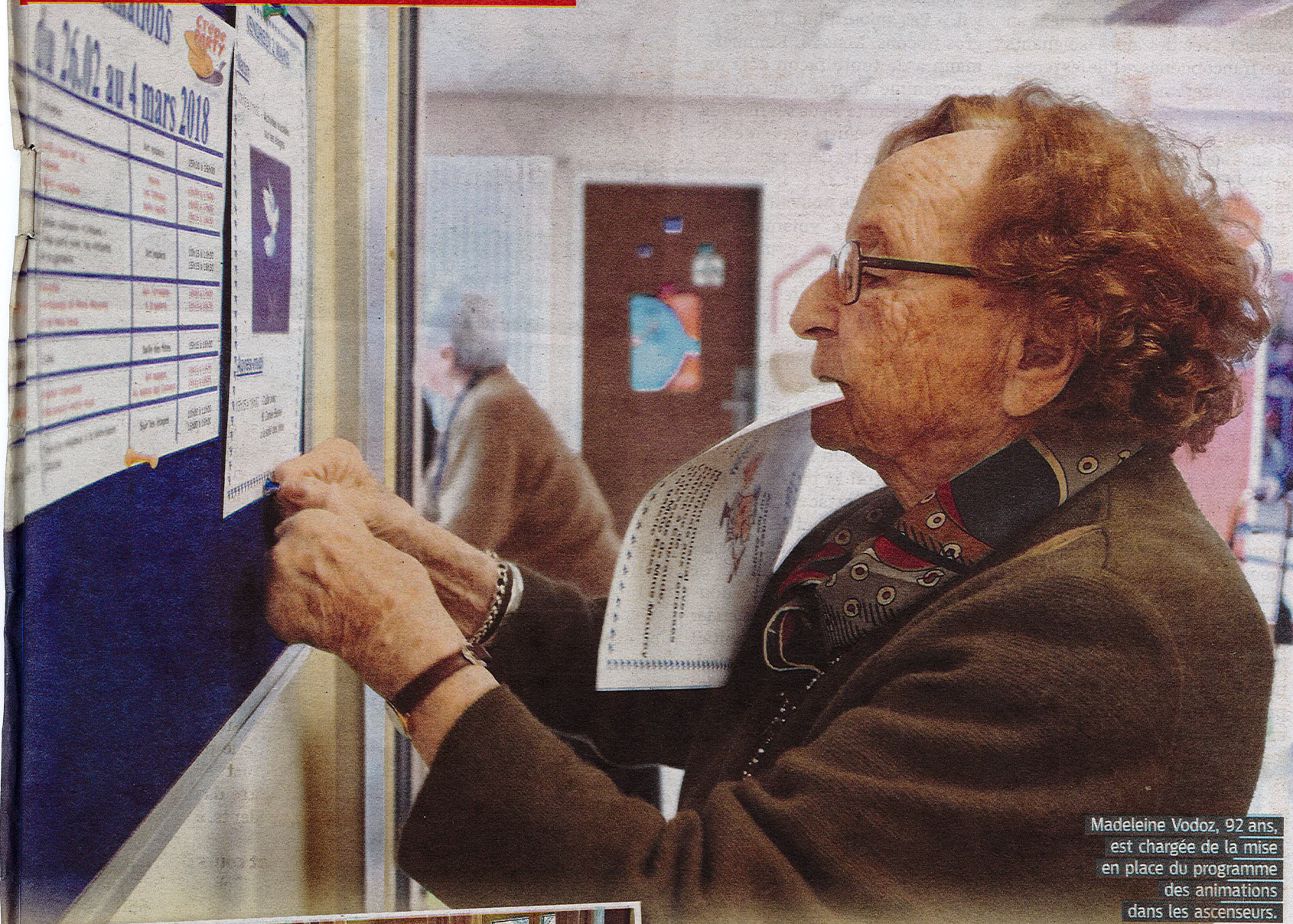
« Aide-moi à faire seul »

C'est le slogan de la méthode Montessori, élaborée par la médecin et pédagogue italienne Maria Montessori dans les années 1900



SUITE EN PAGES 4-5

BOSSER LES AÎNÉS



Madeleine Vodoz, 92 ans, est chargée de la mise en place du programme des animations des ascenseurs.



Au cours de gym, ce sont désormais les participantes qui distribuent le matériel et jouent le rôle de coach: elles peuvent choisir les exercices et les montrer au groupe.

La méthode Montessori en bref

APPRENDRE «SEUL» La pédagogie dite Montessori s'est à l'origine fait connaître dans le domaine de l'éducation. Son objectif: favoriser l'autonomie de l'enfant, sa confiance en lui, et encourager son sens de l'initiative. L'enfant choisit librement ses activités et son matériel, tandis que l'éducateur reste en retrait. En Suisse romande, la méthode a le vent en poupe: les écoles Montessori se multiplient. Cette pédagogie a pourtant plus d'un siècle. Elle a été imaginée dans les années 1900 par Maria Montessori, médecin et pédagogue italienne, qui résumait sa philosophie par ces mots: «L'enfant n'est

pas un vase que l'on remplit, mais une source qu'on laisse jaillir.» En 1907, la première école du genre ouvrait ses portes dans un quartier populaire de Rome. Aujourd'hui, plus de 30 000 établissements scolaires ou préscolaires appliquent cette pédagogie à travers le monde. Et l'on commence à adapter les principes Montessori à d'autres publics, notamment aux personnes âgées et/ou atteintes de démence. Ces dernières années, plus d'une dizaine d'EMS romands ont ainsi formé leur personnel à la méthode. Rien qu'à Genève, cinq institutions devraient l'introduire cette année. ●

LE MATIN SAMEDI 10 MARS 2018

◀ SUITE DES PAGES 2-3

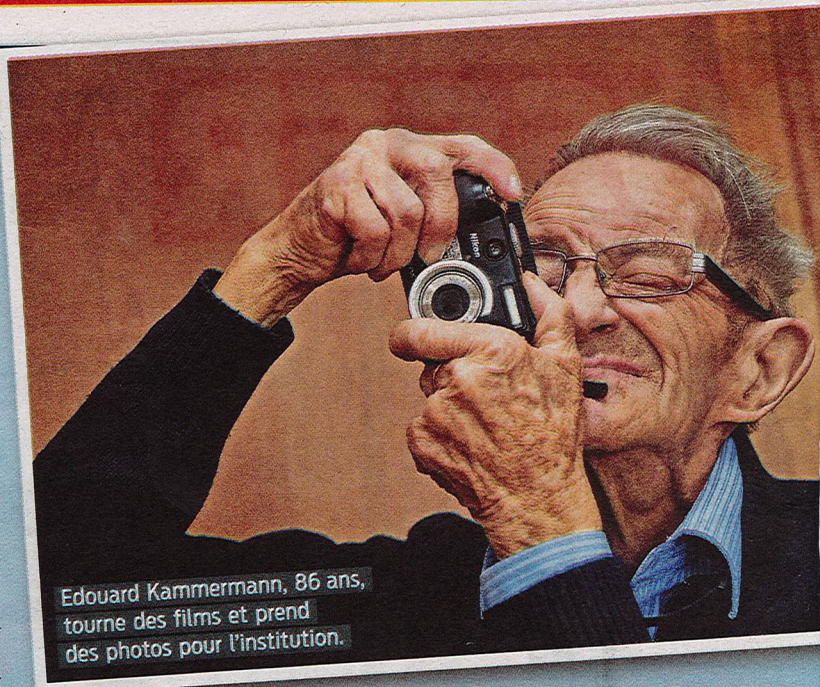
loin, la mise en place d'une activité se fait tout naturellement. C'est le cas de cette dame de 104 ans, enseignante, quotidiennement en contact avec des aides-soignants non francophones. «Elle les reprend régulièrement sur leur français et eux étaient ravis de se faire corriger. Alors nous avons facilité la mise sur pied de cours de lecture et d'écriture, qu'elle leur donnait une ou deux fois par semaine pendant une heure et demie.» Des leçons pour l'heure interrompues, la centenaire n'étant pas en grande forme ces jours-ci.

Il n'a pas non plus été nécessaire de chercher bien loin pour proposer une mission à Edouard Kammermann (86 ans), passionné de photo et de vidéo. «Il s'est chargé de filmer la dernière assemblée générale de l'institution et en a fait un joli montage avec un peu d'aide, raconte le directeur. Il immortalise parfois aussi les anniversaires des autres résidents et fait des cartes de vœux avec ses clichés.» L'octogénaire nous attend dans son fauteuil roulant dans un petit salon, son appareil photo autour du cou. Atteint de la maladie de Parkinson depuis une vingtaine d'années, il n'en exprime pas moins sa volubilité et son enthousiasme. «Je photographie

tout ce qui est beau. Il a une option antitremblement, précise-t-il en pointant son appareil. Depuis cette pièce, on voit d'ailleurs de magnifiques couchers de soleil.» Pas aujourd'hui: il neige à gros flocons. Mais M. Kammermann a de toute façon déjà un programme chargé cet après-midi. Il présente un de ses films de voyage aux autres résidents, comme toutes les deux semaines.

L'importance de pouvoir choisir

Dans une pièce voisine, c'est l'heure du cours de gym. Avant l'introduction de la méthode Montessori, les participantes suivaient passivement les directives. Aujourd'hui, ce sont elles qui peuvent décider des exercices et qui distribuent les accessoires. «Qu'est-ce qu'on peut faire avec cette petite balle, madame Burtin?» demande l'animatrice. «On la passe d'une main à l'autre! Et puis on la malaxe», répond du tac au tac une petite dame en rouge qui joint le geste à la parole, imitée ensuite par les autres participantes. En amont de la séance, l'assistante socio-éducative avait pris soin de demander à Giselle Burtin si elle souhaitait proposer un exercice et lequel. «Nous prenons garde à ce que les résidentes participent à la mesure de leurs capacités. Il s'agit de ne



Edouard Kammermann, 86 ans, tourne des films et prend des photos pour l'institution.



Magali Vuillerat (92 ans) trie tous les matins le courrier reçu par l'EMS.

surtout pas les mettre dans une situation d'échec, l'objectif étant de renforcer leur confiance en elles.»

La méthode Montessori n'implique pas uniquement la création de nouvelles activités, mais imprègne le quotidien de l'institution. Avant, le petit-déjeuner était servi à table. Aujourd'hui, les résidents viennent choisir leur pain, leur confiture et leur boisson à un buffet. Ils peuvent désormais aussi décider chaque jour de la tenue qu'ils vont porter, choix qui était jusqu'ici généralement effectué par les soignants.

«Cela peut prendre plus de

temps, mais au final tout le monde y gagne, remarque Frédéric Risse. Retrouver un rôle social et garder un certain contrôle sur sa vie rend les personnes âgées plus satisfaites et apaisées, ce qui est aussi plus agréable pour le personnel.»

● TESTES ALEXANDRA BRUTSCH

alexandra.brutsch@lematin.ch

● PHOTOS LAURENT CROTTET

Une formation à la méthode Montessori pour les personnes âgées à destination des professionnels et du grand public a lieu aujourd'hui et demain à Genève. Infos: contact@ifmm.ch



Pour la distribution, la résidente est guidée par le personnel administratif.

L'EXPERTE

ANNE KELLY Formatrice Montessori pour les personnes âgées

«On se focalise sur ce qui marche encore plutôt que sur l'invalidité»

● N'est-il pas infantilisant d'appliquer aux seniors une pédagogie a priori destinée aux enfants?

Non. Les principes centraux du travail de Maria Montessori sont le respect et la dignité de la personne. Le but de la pédagogue était de développer l'indépendance, l'estime de soi et un avenir prometteur pour les enfants. Nous transférons simplement cette vision à l'intention des personnes âgées, qui ont tout autant besoin de ces éléments que les plus jeunes.

● En quoi la démarche Montessori diffère-t-elle des méthodes habituelles d'accompagnement des seniors?

Les services aux aînés traditionnels se focalisent souvent sur la partie invalide, sur ce que les personnes ne sont plus capables de faire. Cette manière de voir les choses peut résulter en une aggravation des handicaps. Si un aide-soignant nourrit systématiquement un résident plutôt que de le laisser manger seul parce que cela va plus vite, celui-ci risque de perdre la capacité qui lui restait à s'alimenter de manière autonome. La perte n'est ici pas liée à la maladie ou à l'âge, mais simplement au fait que les compétences ne sont plus mobilisées. Avec la méthode Montessori, l'idée est au contraire de s'appuyer sur ces capacités restantes, et de fournir un environnement dans lequel elles peuvent se maintenir, voire s'épanouir.

● Quels bénéfices peut-on attendre de cette méthode?

Il ne faut pas s'attendre à ce que les personnes atteintes de démence récupèrent toutes leurs aptitudes antérieures à la maladie. La méthode peut toutefois leur permettre de conserver et de développer certaines aptitudes cognitives, physiques et psychosociales. Elles peuvent, par exemple, réapprendre à effectuer des



Anne Kelly est infirmière et formatrice à la méthode Montessori pour les personnes âgées au sein de l'Association Montessori Internationale.

activités du quotidien comme se nourrir, se raser ou se laver. Plus généralement, on a constaté une diminution de l'agitation, des chutes et des plaintes chez les personnes âgées, ainsi qu'une réduction du recours aux médicaments psychotropes. Les familles et les soignants se disent également plus satisfaits.

● Quels conseils donner aux proches de personnes âgées qui voudraient appliquer la méthode?

Les familles doivent comprendre l'importance de préserver l'indépendance de leur proche, et réaliser à quel point celle-ci est directement liée à l'estime de soi. Elles peuvent encourager des activités agréables et valorisantes favorisant l'autonomie de l'aîné. Avec certaines adaptations, il est tout à fait possible de permettre à une personne souffrant de démence de maintenir un certain rôle social.

● Hormis les enfants et les personnes âgées, à qui d'autre peut s'appliquer la méthode Montessori?

On peut notamment utiliser les principes Montessori dans les domaines de la santé mentale et du handicap. Quels que soient notre âge ou nos capacités, nous avons tous besoin d'une raison pour nous lever le matin, de donner du sens à notre quotidien et de nous sentir valorisés. ●