



la valse du temps



Rapport annuel 2016

Ecrit par Caroline Bernasconi, avec la précieuse collaboration de Véronique Joliat Koller

Centre de jour pour personnes atteintes
de troubles importants de la mémoire
de type Alzheimer
Route des Rangiers 7
2952 Cornol
032 462 11 57

www.lavalsedutemps.ch
contact@lavalsedutemps.ch

IBAN : CH56 0078 9016 5596 7069 5



Sommaire

1. Message de la directrice
2. L'équipe de La Valse du Temps
3. L'année 2016
4. Statistiques 2016
5. Les projets pour l'année 2017
6. Remerciements

1. Message de la directrice

Chers Membres et Amis de l'Association, Chers Hôtes et Familles, Chers Partenaires,

Ce rapport d'activité mettra particulièrement à l'honneur le 5^{ème} anniversaire de la Valse du Temps. Je commencerai donc ce message par une courte rétrospective. Le 3 janvier 2012, La Valse du Temps accueillait ses premiers hôtes le temps d'une journée autour d'activités du quotidien. D'abord ouvert 3 jours par semaine, le centre afficha rapidement complet et au bout de quelques mois, nous prenions la décision d'ouvrir un 4^{ème} jour, ce qui nous a permis d'accueillir cette première année 35 hôtes. 2013 fut caractérisé par l'ouverture du 5^{ème} jour : 205 journées ont ainsi été réalisées et le centre est désormais ouvert du lundi au vendredi. Le début de l'année 2014 a été marqué par l'emménagement dans la magnifique villa, complètement rénovée, et qui sera inaugurée au mois d'août de la même année. La Valse du Temps prend progressivement son rythme de croisière et accueille dès lors une moyenne de 50 hôtes par année. Le pari est réussi : notre centre répond à un réel besoin de la population jurassienne.

Et nous voici 5 ans plus tard... Eh oui, déjà 5 ans que l'équipe d'accompagnement accueillent des personnes présentant des troubles importants de la mémoire type Alzheimer. Le constat est unanime pour tous : le temps a passé une vitesse incroyable ! Et pourtant lorsque nous prenons le temps de regarder en arrière, de nombreux souvenirs nous reviennent à la mémoire et au cœur. Des magnifiques rencontres, des discussions animées, des silences de toute beauté, des fous-rire, d'innombrables moments de partage et d'émotions, des séparations inévitables, des instants de douceur, des centaines de repas préparés avec amour, de l'affection distribuée avec générosité, des chants fredonnés à l'unisson, une multitude de grillades dégustées sur la terrasse, des regards intenses échangés, des angoisses apaisées, une équipe d'accompagnement soudée qui avance dans la même direction, des situations parfois complexe à gérer et très souvent des solutions créatives trouvées tous ensemble. Je pourrais encore ajouter des centaines d'exemples pour vous décrire l'ambiance de notre maison, les activités que nous réalisons et les valeurs que nous partageons, mais le temps nous manquerait. Alors je dirais simplement que La Valse du Temps, c'est avant tout des milliers de petits bonheurs empreint d'humanité partagés au quotidien dans l'ici et maintenant.

C'est pourquoi dans ce message, il est très important pour moi de remercier toutes les personnes qui ont fait partie dès le début de cette aventure incroyable qu'est La Valse du Temps mais aussi toutes celles qui se sont ajoutées en cours de route. Tout au long de l'année 2017, nous fêterons avec vous cet anniversaire, je vous en parlerai plus en détail dans le point 5 de ce rapport. Mais je me réjouis d'avance de partager ces festivités à vos côtés.



2. L'équipe de La Valse du Temps

Comité de l'Association La Valse du Temps

Denis Fridez, président, représentant de l'Etat
Bernard Babey, vice-président
Adline Seuret, secrétaire
Claire Lehmann, caissière
Dr. Freddy Clavijo, membre
France-Anne Andrist, membre
Alain Gerber, membre, représentant de la commune
Caroline Bernasconi, membre

Vérificateurs des comptes :
Claude Voisard
Aline Frei
Dominique Oberli, suppléante

Le centre de jour La Valse du Temps

Direction

Caroline Bernasconi

Médecin référent

Dr. Freddy Clavijo

Secrétariat et comptabilité

Véronique Joliat Koller

Equipe d'accompagnement

Rachel Baillif, infirmière
Julian Cattin, aide-soignant
Nicole Daepf, ASSC
Agnès Flury, animatrice
Mickaël Foret, infirmier
Claudine Zürcher, ASSC, praticienne en Validation
Cédric Bouele, éducateur social en formation (jusqu'en août 2016)
Elodie Dousse, éducatrice sociale en formation (dès août 2016)
Marion Roos, apprentie en dual ASE (jusqu'en août 2016)
Charline Pidoux, pré-apprentie ASE (dès août 2016)

Bénévoles

Monique Bron
Agnès Cattin
Donata Fiori
Colette Gogniat
Isabelle Guinans
Haby Messerli
Agnès Rais
Christine Reusser
Anne-Catherine Six

Stagiaires longue durée

Angélique Chippeaux (réorientation professionnelle)
Selva Coradazzi (psychologue)
Laetitia Farine (apprentie ASE alternance)
Candice Gerber (apprentie ASE alternance)
Marie Quenet (pré-HES)
Pauline Roy (pré-HES)
Laurie Savary (apprentie ASE alternance)
Alexie Simonin (pré-ASE)

2016, c'est :

L'accueil et la formation de
27 apprentis/stagiaires
dont **16 stagiaires en**
observation
(13 étudiants/écoliers et 3
auxiliaires du programme de
relève à domicile de la
Croix-Rouge)



3. L'année 2016

3.1. Les manifestations 2016

Faire découvrir le fonctionnement du centre et comprendre l'accompagnement prodigué à nos hôtes est essentiel. Cette année, le 8 avril, nous avons eu le plaisir d'accueillir **une trentaine de professionnels de la santé provenant de Catalogne de l'ACRA** (Associacio Catalana de Recursos Assistencials). Ils se sont déplacés depuis l'Espagne spécialement pour visiter La Valse de Temps. Pour l'occasion, une traductrice était présente et a permis d'expliquer clairement notre philosophie d'accompagnement et d'échanger sur la méthode de Validation de Naomi Feil à partir d'exemples concrets du quotidien.

De plus, la directrice a présenté le centre et sa philosophie d'accompagnement aux apprentis de l'EMS2 et le 10 mars à la Résidence Les Cerisiers à Charmoille. Le 24 mars, nous avons également eu l'honneur de recevoir la visite du Ministre Jacques Gerber.

Du 11 au 15 avril, la directrice a eu l'opportunité d'accompagner une classe d'apprentis ASE-ASSC de l'EMS2 durant leur voyage d'étude à Amsterdam, qui avait comme but principal **la visite du village Alzheimer Hogeway**. Cette visite a suscité de nombreux questionnements sur le fonctionnement d'une telle structure chez les étudiants qui ont d'ailleurs reçu le prix Coup de Cœur 2016 par l'Association Alzheimer Jura.

Le 1^{er} décembre, La Valse du Temps a participé au premier **Speed Meeting organisé par l'Association Jurassienne de la Coordination du Bénévolat**. Cet événement a permis de mettre en contact des futurs bénévoles et les diverses associations/institutions du canton.

En 2016, deux autres projets se sont également réalisés. Tout d'abord, l'équipe d'accompagnement et nos hôtes se sont réunis pour commencer **la réalisation d'un jardin surélevé avec des pierres sèches des Franches-Montagnes**. Grâce à cet aménagement, nos hôtes pourront pratiquer leur passion du jardinage sans avoir les inconvénients des courbatures !

Afin de remercier l'ensemble des hôtes pour leur investissement à l'occasion du marché de Noël 2015, tous les hôtes et les collaborateurs ont pu **se balader en calèche durant les mois d'été** à travers les paysages jurassiens et déguster une délicieuse fondue dans un refuge d'Ajoie ! Ces sorties ont été vivement appréciées par tous !

3.2. Le soutien aux proches aidants

Le groupe d'entraide pour les proches aidants accompagnant une personne atteinte de démence se réunit toujours chaque mois. Ces derniers ont la possibilité de partager leurs expériences, de poser des questions sur la maladie, d'être réellement entendu dans ce qu'ils vivent au quotidien ou encore de verbaliser leurs émotions dans une atmosphère bienveillante et sans jugement. La participation au groupe d'entraide est gratuite et sa fréquentation est libre, selon les possibilités ou les besoins des proches.



Grâce au soutien de la Fondation O2 et de l'Oeuvre jurassienne de secours, nous avons pu renforcer le soutien aux proches aidants en mettant en place **un programme « Apprendre à être mieux pour mieux aider »**, appliqué avec succès au Québec depuis plusieurs années. Ce projet a été mis sur pied conjointement par l'Aide et les soins à domicile, pour les interventions individuelles, et par La Valse du Temps, pour la formation en groupe.

3 proches aidants ont suivi **la formation en 6 séances en individuel**. Les infirmières qui sont intervenues ont remarqué le grand besoin de ces derniers d'exprimer leur vécu du quotidien mais sans réellement envisager un travail personnel sur leur manière de gérer leur stress. Ils souhaitent plutôt obtenir des informations sur des points particuliers de l'accompagnement, une prestation déjà offerte par la Fondation lors des visites préventives.

La première édition de la **la formation en groupe**, donnée par Caroline Bernasconi, psychologue, et Liliane Reinsch, infirmière, a rencontré un fort succès. 8 femmes se sont inscrites à la formation. Elles ont pu trouver un lieu de ressource où exprimer leur vécu : « *Ca fait du bien de parler de la maladie avec des personnes qui ont des problèmes semblables, et de pouvoir en rire aussi* » témoigne l'une d'entre elles. La formation a commencé le 21 mars 2016 ; 13 séances de 2 heures ont eu lieu hebdomadairement. Une 14^{ème} séance a été organisée au mois d'octobre, l'occasion de retrouver les participantes après quelques mois de mise en pratique des diverses stratégies de soutien apprises.

4 stratégies ont été enseignées dans le programme : approche et communication, modification des pensées non aidantes, résolution de problème et recherche de soutien. Pour toutes les participantes, les stratégies ont été très intéressantes, utiles et aidantes dans leur quotidien, leur permettant de « *trouver des solutions pratiques, concrètes, des astuces* » comme l'explique une participante. En effet, elles ont appris à déterminer laquelle était adéquate et efficace en fonction du problème rencontré et constaté qu'elles pouvaient avoir prise sur les situations difficiles, soit de manière concrète ou en réalisant un travail sur leurs pensées afin de mieux gérer les émotions. Elles ont également appris à demander de l'aide et à l'entretenir dans la durée, à se ressourcer sans culpabiliser : « *Le programme m'a appris à prendre soin de moi sans avoir le sentiment d'abandonner mon conjoint* » exprime une participante. De plus, les informations données sur la maladie ont permis aux proches aidantes de mieux la comprendre : les réactions font désormais plus sens et les relations sont plus harmonieuses. Pour chacune des participantes, l'intensité du stress a diminué. Elles ont par conséquent appris à « être mieux pour mieux aider » et donc à préserver leur santé afin d'accompagner plus sereinement leur proche. Un réel travail sur elles-mêmes et sur la relation avec le proche accompagné a été réalisé par chacune d'entre elles. Une participante le traduira ainsi : « *Ca remue de l'intérieur mais positivement, on se sent mieux après, plus sereine* ».

Dès octobre 2016, Caroline Bernasconi a intégré le groupe de travail de la HEdS de Fribourg (Haute Ecole de Santé) qui a reçu un soutien financier de la part de la Fondation Leenards pour rendre la formation plus accessible, notamment en modifiant son format. La nouvelle formation sera donnée dans le Jura en 2018. Par ailleurs, Caroline Bernasconi fait partie du Groupe Ressource Proches Aidants du Canton du Jura et du Conseil de la Famille.



4. Statistiques 2016

L'année 2016, c'est :

50 personnes accueillies

26 hommes et 24 femmes

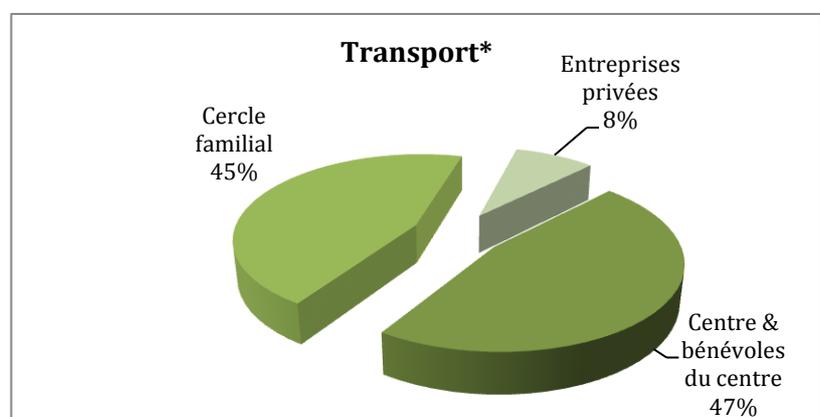
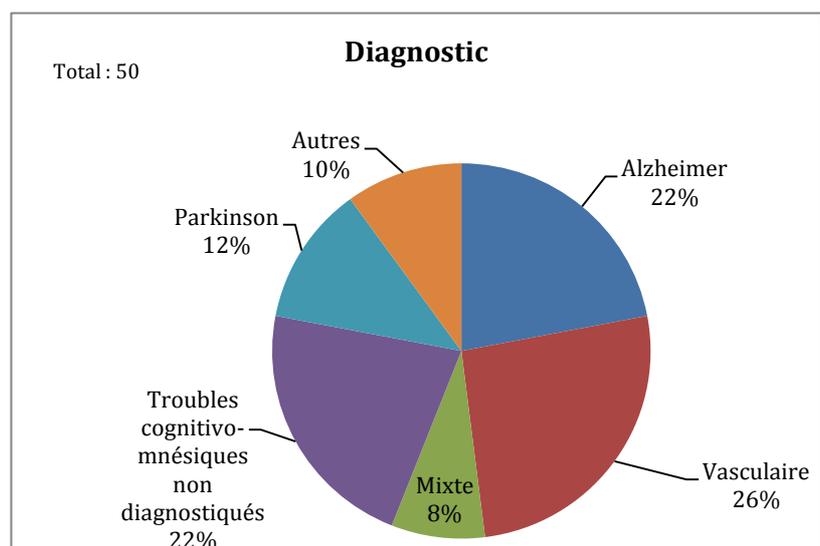
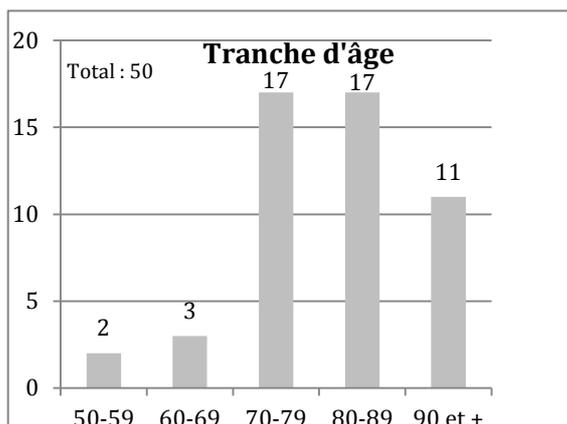
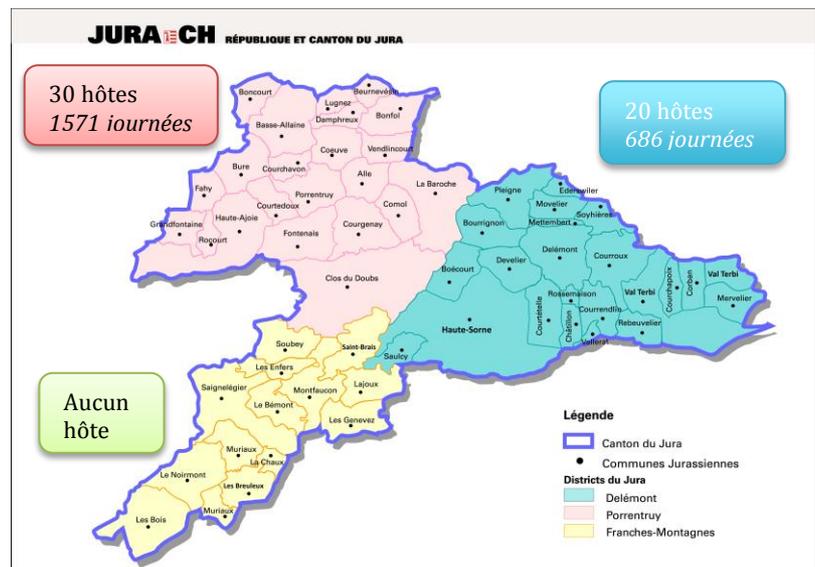
- 36 personnes vivent en couple
- 3 personnes vivent avec un enfant et 1 au sein d'une communauté religieuse
- 10 personnes vivent seules

Une moyenne d'âge de 81 ans

Femmes : 83,8

Hommes : 78

La majorité de nos hôtes sont atteints de la maladie d'Alzheimer, d'une démence vasculaire ou d'une démence mixte.



* Les trajets sont parfois assurés par plusieurs moyens



L'année 2016, c'est :

251 journées d'ouverture

**2'257 journées d'accueil pour
50 hôtes**

Un taux de présence de 9

339 absences

**Une durée moyenne de
fréquentation* en
augmentation de 3 mois**

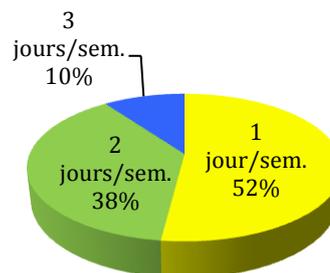
- 22.5 mois pour les hôtes encore au centre
- 19 mois pour les hôtes ayant quittés définitivement le centre

*Ne sont pas comptés les jours d'absences avant le départ (hospitalisation, maladie) et les personnes fréquentant le centre moins d'un mois.

2016, c'est aussi **16 familles rencontrées** pour un premier rendez-vous

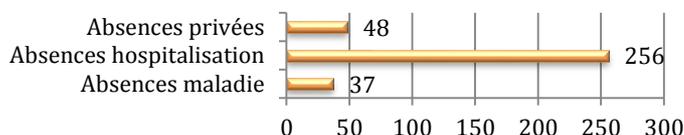
22 admissions / 17 départs

Fréquentation



Total : 341

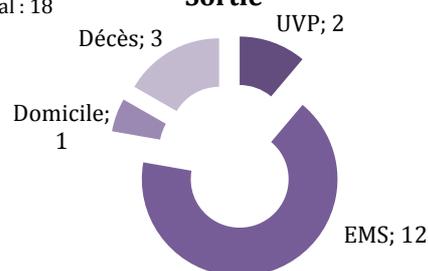
Absences*



* Au 31.12. 2016 ou à l'arrêt de la fréquentation du centre.

Sortie

Total : 18



L'année 2016, c'est :

9 bénévoles qui interviennent
régulièrement :

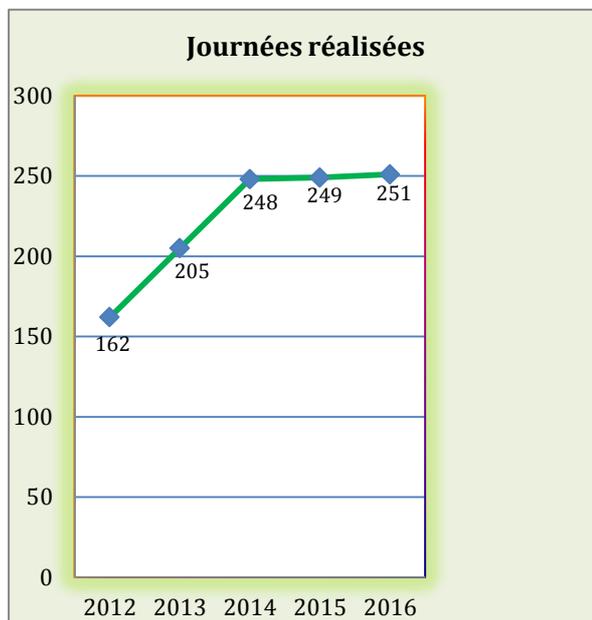
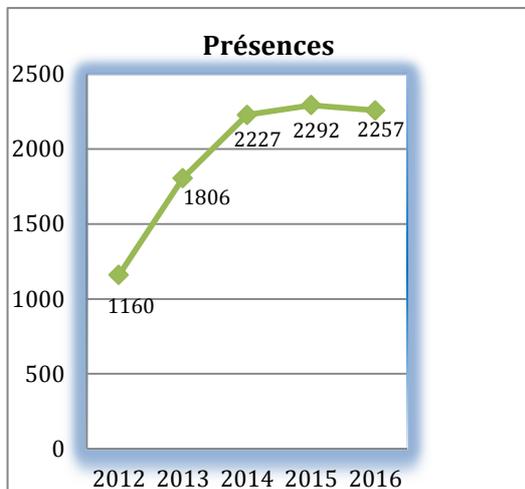
**520 heures dans l'accompagnement
100 heures dans les transports**

L'aide apportée par les bénévoles est essentielle au bon fonctionnement du centre. Leur présence est précieuse et entraîne de magnifiques moments de partage avec nos hôtes. Je profite de remercier chacune d'entre elles très chaleureusement.



5. Les projets pour l'année 2017

En 2017, La Valse du Temps fête ses 5 ans ! Avant de vous présenter ce que nous avons prévu pour les festivités, voici deux graphiques qui retracent statistiquement l'évolution des journées réalisées et des présences de 2012 à 2016.



Pour fêter dignement cet anniversaire, nous avons décidé d'organiser 3 événements.

Une journée boutique et un défilé de mode le samedi 22 avril

La coquetterie n'a pas d'âge ! Avec la collaboration de la boutique « Pour Toi et Moi » d'Yverdon-les Bains, nous avons la joie de vous inviter à une journée boutique accompagnée d'un défilé de mode où ce seront nos hôtes et nos collaborateurs ainsi que les membres du comité qui auront l'honneur de défiler pour vous présenter la collection printemps-été ! La manifestation se déroulera à la salle paroissiale de Cornol. Le défilé de mode aura lieu à 15h et sera suivi d'un apéritif dînatoire. Mais, durant toute la journée, de 10h30 à 17h, un grand choix de vêtements et accessoires pour dames et hommes sera disponible à l'essayage et à l'achat à des prix accessibles.

Une journée officielle le samedi 1^{er} juillet

La première partie de cette journée, ouverte au public, commencera à 10h30 au centre de jour par quelques discours officiels suivis d'un apéritif, de la visite de notre établissement et de la découverte de notre jardin surélevé réalisé avec des pierres sèches des Franches-Montagnes. La suite des réjouissances sera réservée à nos hôtes et à leur famille que nous invitons à partager tous ensemble un repas à la salle de gymnastique de Cornol. Ce moment de convivialité sera animé par « Philippe et Roland » deux musiciens qui nous feront chanter et danser. Durant l'après-midi, plusieurs activités sont prévues : exposition de photos du défilé de mode, production de la chorale de La Valse du Temps, diaporama sur les activités du centre mais aussi présentation des confections culinaires et créatives de nos hôtes.



Une conférence spectacle le 28 septembre

Nous avons la chance d'accueillir Anabelle, une « Neztoile », le temps d'une conférence spectacle sur le thème « Peut-on être vieux et heureux ? ». La manifestation aura lieu à la salle de l'Avenir à Delémont à 19h. Mais qu'est-ce qu'une « Neztoile » ? « Une Neztoile est un personnage fantastique, issu du clown, formé à la relation d'aide... Les Neztoiles vous éclairent dans l'obscurité, vous aident à voir la vie de plus haut et être un point libre de rire et de joie... Ils vous accompagnent dans l'imaginaire. Ils sont assistants de la joie, entraîneurs de moral de troupe, chercheurs de trésors ou encore souffleurs de paix. Leur devise : *si on ne peut pas changer la vie, on peut changer le regard qu'on a sur elle* ». Anabelle est un personnage léger et profond qui ouvre les portes de la fantaisie comme autant de clés au bonheur. Ce spectacle vous fera voyager dans un univers rempli de magie, de tendresse, d'humour et de rêve. Un moment suspendu dans le temps et plein d'humanité.



Les 5 ans de La Valse du Temps, c'est 3 événements auxquels vous êtes les bienvenus. Nous nous réjouissons de vous retrouver et de vivre avec vous un moment de partage.

6. Remerciements

Aux hôtes et à leurs familles, pour la confiance qu'ils nous accordent ;

A l'ensemble des **collaborateurs de La Valse du Temps ainsi que nos bénévoles** pour leur réel engagement au quotidien ;

Au **Dr. Freddy Clavijo** pour les supervisions qui nous permettent de réfléchir sur nos pratiques professionnelles ;

Aux **autorités cantonales et communales** ainsi qu'à tous nos **partenaires du réseau de soin jurassien** pour la bonne collaboration établie au bénéfice des personnes accompagnées ;

Aux **membres de l'Association**, aux **donateurs**, qu'ils soient des **particuliers**, des **entreprises**, des « **Club Service** », des **associations**, des **fondations** ou des **familles** qui dans les moments difficiles d'un deuil ont pensé à La Valse du Temps. Grâce à vous, nous pouvons continuer de développer de nouveaux projets, comme cette année la réalisation du jardin surélevé (soutien du Rotary Club) et l'acquisition de matériel auditif performant pour les malentendants (soutien de la Société Philanthropique Suisse Union - Cercle de la Haute Ajoie) ;

Aux membres du comité et spécialement à **notre président**, Denis Fridez, pour leur investissement au sein de l'Association, le temps qu'ils y consacrent et la confiance accordée ;

Merci finalement à vous tous de participer de près ou de loin à construire La Valse du Temps et à la faire connaître auprès des potentiels bénéficiaires d'un accueil !