



# la valse du temps



## Rapport annuel 2018

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

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

[www.lavalsedutemps.ch](http://www.lavalsedutemps.ch)  
[contact@lavalsedutemps.ch](mailto: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 2018
4. Statistiques 2018
5. Les projets pour l'année 2019
6. Remerciements

### 1. Message de la directrice

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

A La Valse du Temps, le thème de la communication est toujours au centre de nos préoccupations. C'est pourquoi, il est important pour moi cette année d'en faire le fil rouge de mon message. En 2018, nous avons décidé de mettre en lumière ce thème à travers deux événements.

Premièrement, nous avons organisé une exposition des tableaux de nos hôtes au restaurant de la Gare à Glovelier. En raison de leur troubles, ces derniers éprouvent souvent de la difficulté à traduire leurs pensées en mots et donc à communiquer verbalement. Lorsque les mots font défaut, amener un autre espace de communication que verbal, comme par exemple les activités artistiques, leur permettent d'exprimer une pensée, un sentiment, une émotion ou un besoin en les transformant en formes et en couleurs. En plus d'une démarche valorisante qui renforce leur estime de soi, pouvoir s'exprimer de cette manière peut également libérer des tensions et amener un certain apaisement.

Deuxièmement, nous avons convié une spécialiste, Kathia Munsch, à venir s'exprimer sur le thème de la communication, et particulièrement sur la méthode de La Validation®, lors d'une conférence à destination autant des professionnels, des bénévoles et des proches. Car lorsque l'on accompagne ou vit avec une personne atteinte de troubles type Alzheimer, la communication n'est pas toujours évidente et chacun peut se sentir démuni. La Validation® est une technique de communication qui aide à maintenir le lien avec la personne accompagnée en la rejoignant là où elle se trouve et en lui permettant d'exprimer ses émotions. Elle permet de mieux la comprendre au quotidien, en mettant du sens sur ses comportements et ainsi de mieux réagir face à certaines de ses réactions.

Finalement, l'équipe d'accompagnement de La Valse du Temps se forme continuellement en Validation®. L'ensemble des professionnels ont suivi la formation de base, deux collaborateurs sont désormais praticien en Validation® et une collaboratrice a suivi le cursus complet, lui permettant désormais d'enseigner cette méthode. L'année 2019 sera ainsi consacrée à développer une offre en formation en Validation® afin de transmettre ces outils essentiels qui permettent de favoriser une meilleure communication avec les personnes atteintes de troubles type Alzheimer.



## 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  
Marion Roos, secrétaire  
Claire Lehmann, caissière  
Dr. Freddy Clavijo, membre  
France-Anne Andrist, membre  
Jésus Moreno, représentant de la commune  
Caroline Bernasconi, membre

*Vérificateurs des comptes :*  
Claude Voisard  
Dominique Oberli  
Marie Lopinat, suppléante

### Le centre de jour La Valse du Temps

#### **Direction**

Caroline Bernasconi

#### **Médecin référent**

Dr. Freddy Clavijo

#### **Secrétariat et comptabilité**

Véronique Joliat

#### **Equipe d'accompagnement**

Julian Cattin, aide-soignant  
Nicole Daepf, ASSC  
Agnès Flury, animatrice  
Mickaël Foret, infirmier  
Ludivine Léchenne, infirmière  
Claudine Zürcher, ASSC, teacher en Validation®  
Elodie Dousse, éducatrice sociale en formation (fin août 2018)  
Jonas Monin, éducateur social en formation  
Adiam Dawit, préapprentissage (dès août 2018)  
Josiane Marquis, employée de ménage

#### **Bénévoles**

Monika Bregger  
Monique Bron  
Agnès Cattin  
Sylvie Châtelain  
Donata Fiori  
Colette Gogniat  
Evelyne Simon

#### *Stagiaires longue durée*

Morgane Bart (apprentie ASE alternance)  
Edona Berisha (apprentie ASSC alternance)  
Heaven Berret (stagiaire pré-ES)  
Cleycineide Choulat (pré-HES)  
Anna Crelier (stagiaire psychologue)  
Carole Dominé (apprentie ASE formation généraliste)  
Aurélien Farine (pré-HES)  
Clémence Füeg (apprentie ASE alternance)  
Nystia Mambo (stage réinsertion)

#### **2018, c'est :**

L'accueil et la formation  
de **17 stagiaires/**  
**professionnels** durant  
quelques jours afin de  
découvrir le  
fonctionnement du centre  
de jour et sa philosophie  
d'accompagnement.



### 3. L'année 2018

#### 3.1. Les manifestations 2018

Les talents artistiques de nos hôtes ont été mis en valeur lors d'une **exposition de leurs œuvres** le samedi 15 septembre au restaurant de la Gare à Glovelier. A cette occasion, nous avons invité les artistes et leur famille à prendre le repas de midi ensemble afin que ces derniers puissent découvrir en avant-première les tableaux exposés, réalisées notamment avec Monika Bregger, art-thérapeute. Ce moment a été riche en échanges. L'espace a ensuite été ouvert au public. Les peintures étaient mises en lumière par une phrase de l'artiste, décrivant avec ses propres mots, ce qu'elle signifiait pour lui, une émotion, un souvenir, un ressenti. Un message porteur de sens, rempli d'humanité et d'authenticité, qui a beaucoup touché les visiteurs. Les traditionnelles réalisations culinaires et décoratives des hôtes confectionnées durant l'année ont également été exposées.



Le 30 octobre a eu lieu **la journée des proches aidants**. Cette année, les divers centres de jour ont ouvert leur porte au public. A cette occasion, quelques proches aidants et professionnels sont venus visiter La Valse du Temps. En parallèle, la formation « Apprendre à être mieux...pour mieux aider » a été présentée, par la directrice et une participante, sur RFJ lors d'une émission spécialement consacrée au soutien pouvant être apporté aux proches aidants.

Constatant les difficultés de communication rencontrées dans le cadre de l'accompagnement d'une personne atteintes de troubles type Alzheimer, l'Association La Valse du Temps et l'Association Alzheimer Jura ont organisé une **conférence** à destination des professionnels, des bénévoles et des proches aidant. C'est **Kathia Munsch** (Master en Validation® et fondatrice de l'Institut M&R) qui a donc été invitée pour s'exprimer sur le thème : **« Accompagner, apaiser, communiquer et maintenir ou rétablir le lien avec des personnes âgées souffrant de troubles type Alzheimer »**. La conférence a eu lieu le 15 novembre au collège Thurmann et a rencontré un beau succès puisque presque 200 personnes y ont assistée.

**La chorale de La Valse du Temps** a eu l'occasion de se produire lors du Café Alzheimer du 10 décembre. Nicole Daepf a d'abord exposé les bienfaits d'un tel atelier sur le bien-être de nos hôtes. Puis, ces derniers ont chanté, accompagnés au piano ou par l'accordéon, sous les yeux et les oreilles d'un public conquis.

#### 3.2. Le soutien aux proches aidants

**Le groupe d'entraide pour les proches aidants** se réunit toujours chaque mois dans les locaux de Pro Senctute de 14h30 à 16h30. Il est animé par Mickaël Foret, infirmier à La Valse du Temps. Les proches aidants 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.



Claudine Zurcher, ASSC et praticienne en Validation à La Valse du Temps, organise et anime chaque mois **les Cafés Alzheimer**. Le Café Alzheimer est un moment convivial de rencontre informelle ouvert à toutes les personnes concernées par la maladie, que ce soit la personne elle-même, sa famille, ses proches, les amis ou les accompagnants. Il s'agit de vivre un moment de détente, dans un cadre accueillant, sans crainte du regard des autres. De pouvoir comme avant, sortir, rencontrer d'autres personnes, écouter de la musique, chanter, danser, s'amuser, rire, bref VIVRE ! Chaque rencontre a lieu à l'hôtel-restaurant de la Gare à Glovelier. Un professionnel de la santé et du social est toujours invité pour s'exprimer sur une thématique préalablement choisie. C'est un temps d'informations et d'échanges avant de poursuivre la rencontre en musique !

La formation « **Apprendre à être mieux... pour mieux aider** » (AEMMA nouveau format), donnée par Caroline Bernasconi, psychologue, et Liliane Reinsch, infirmière, s'est déroulé du 14 mai au 30 août 2018. Sur les 8 personnes inscrites, 7 sont allées jusqu'au bout de la formation, avec un fort taux de présence, démontrant une grande motivation. Le but de la formation est de préserver la santé des proches aidants afin de favoriser le maintien à domicile le plus longtemps possible dans les meilleures conditions possibles. Le nouveau format de la formation est concluant sur plusieurs points :

- Durée plus courte avec un travail de restructuration du contenu des séances qui a permis de ne pas perdre en qualité.
- Ajout de témoignages vidéo de professionnels mais surtout de proches aidants ayant déjà suivi AEMMA, exprimant leurs difficultés avec leurs propres mots et expliquant de quelle manière les stratégies apprises ont pu les aider au quotidien. Les participantes se sont retrouvées pleinement dans leur propos.

Grâce à la formation, les participantes ont pu trouver un lieu de ressource où exprimer leur difficulté. L'expérience du groupe est porteuse car elles s'appuient sur les expériences des autres, créent des liens et se sentent solidaires. Les diverses stratégies ont été aidantes dans leur quotidien, leur permettant d'avoir prise sur les situations difficiles, de manière concrète ou en réalisant un travail afin de mieux gérer les émotions. Elles ont pris conscience de l'importance de modifier leur pensées non aidantes pour vivre la situation de manière plus sereine. Grâce aux informations données sur la maladie, les réactions de la personne accompagnée ont désormais plus de sens et les relations deviennent plus harmonieuses. La prise de recul est un élément qui ressort pour chaque participante. Toutes ont également appris à demander de l'aide ou à se ressourcer sans culpabiliser.

En conclusion, l'expérience du nouveau format est positive ! Chaque participante a pu apprendre à « être mieux pour mieux aider », comme ce témoignage l'indique : « *J'ai appliqué ce qu'on a appris durant la formation. J'ai appris à lui parler, à le rassurer, à temporiser, il est désormais plus calme et moi je vis mieux la situation, je m'énerve beaucoup moins* ».

Par ailleurs, la première séance « booster » a eu lieu le 29 novembre et a réuni 7 participantes (5 personnes issues de la formation 2018 et 2 personnes de la formation 2016). Plusieurs situations difficiles ont pu être travaillées durant cette séance en reprenant les diverses stratégies apprises. Globalement, les participantes ont dit être satisfaites de la séance et souhaitent continuer à se rencontrer tous les 3 mois.



### 3.3. La promotion de la spécificité de La Valse du Temps

La distinction entre les différentes missions des centres de jour jurassiens n'est pas claire pour la majeure partie de la population, y compris pour les professionnels. Les personnes atteintes de troubles type Alzheimer nécessitent un accompagnement particulier. Plusieurs actions ont donc été menées pour faire davantage connaître la spécificité de La Valse du Temps, son accompagnement et sa philosophie qui place au premier plan « l'être en relation » :

- Mise à jour du site internet.
- Courrier adressé à l'ensemble des partenaires de soins jurassiens.
- Plusieurs articles dans la presse régionale.
- Passage sur RFJ dans l'émission Format A3 avec Jean-Michel Probst.
- Diverses conférences ou présentations données :
  - Dans le cadre de l'Université Populaire le jeudi 1<sup>er</sup> mars sur le thème : « Comment accompagner une personne atteinte de la maladie d'Alzheimer ? », avec la visite du centre de jour.
  - Dans le cadre de l'AVIVO le 24 avril : les différents responsables des centres de jour jurassiens ont pu expliquer leurs spécificités respectives.
  - Lors de l'assemblée générale de l'Association Alzheimer Jura pour présenter la formation AEMMA.
  - A l'EMS La Courtine sur l'accompagnement des personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer.
  - Au centre de jour Les Marguerites sur le fonctionnement de La Valse du Temps.

**L'année 2018 a également été marquée par la création de l'Association RIO**, le réseau d'information et d'orientation de la personne âgée. Le RIO a pour but « la création et la gestion d'un réseau socio-sanitaire à l'échelle cantonale qui assurent l'information, l'orientation des bénéficiaires et l'efficacité de l'accompagnement de la personne âgée dans celui-ci » (article 4 des statuts).

**L'année 2018, c'est aussi la participation à plusieurs groupes de travail :**

- COPIL pour le développement d'un concept cantonal de psychogériatrie
- Groupe ressource Proches Aidants Jura
- Commission des cours interentreprises de l'OrTra
- Commission jurassienne d'éthique clinique



## 4. Statistiques 2018

**L'année 2018, c'est :**

**44 personnes accueillies**

18 hommes et 26 femmes

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

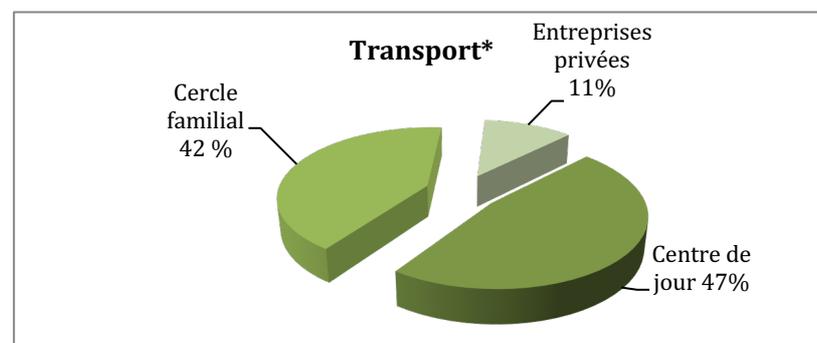
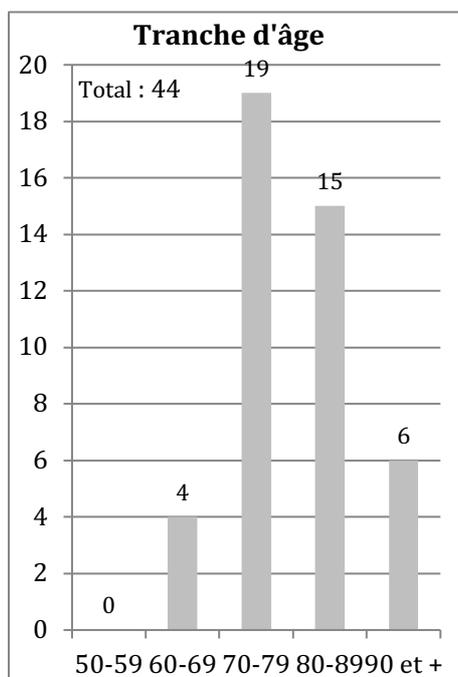
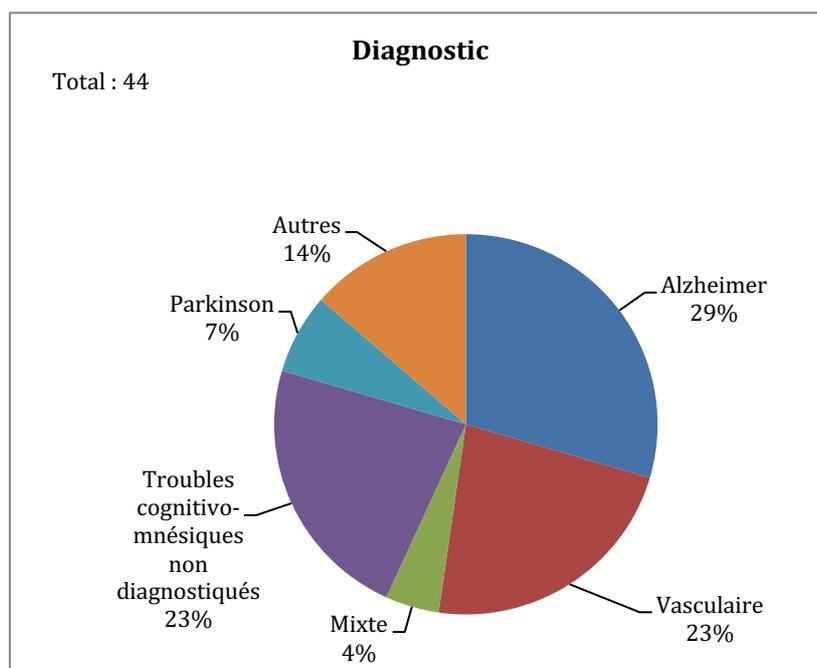
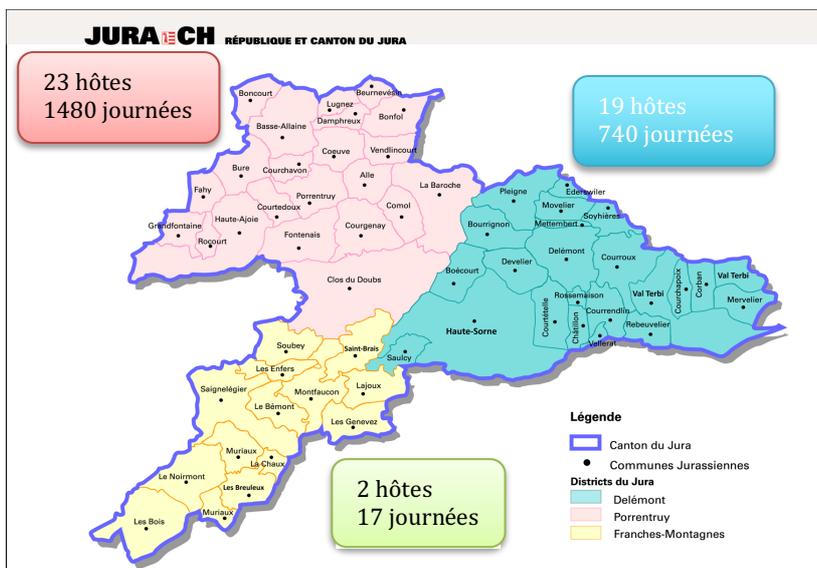
**Une moyenne d'âge de**

**79 ans**

Femmes : 80

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 2018, c'est :

246 journées d'ouverture

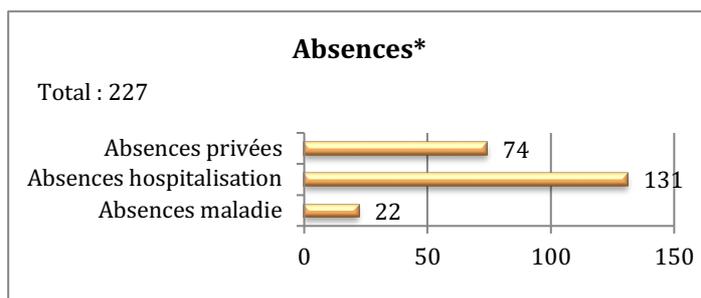
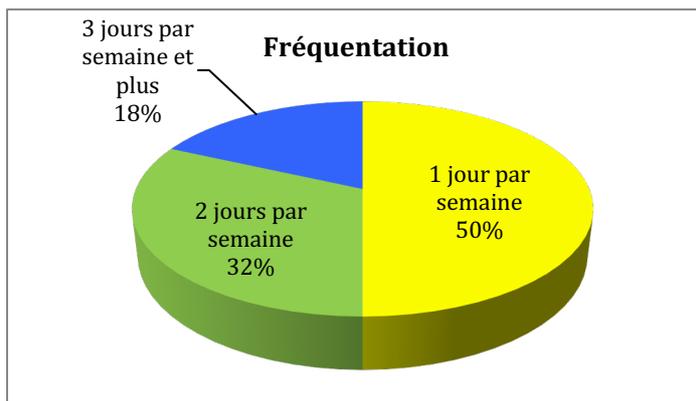
**2'235 journées d'accueil  
pour 44 hôtes**

**Un taux de présence de 9,1**

### Une durée moyenne de fréquentation\*

- 26 mois pour les hôtes encore au centre
- 17 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.



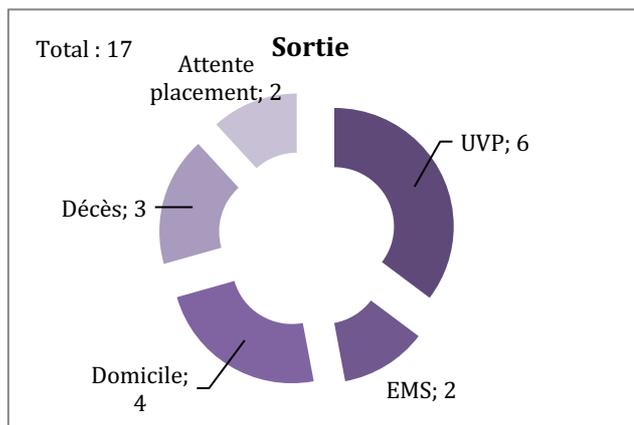
\* Au 31.12. 2016 ou à l'arrêt de la fréquentation du centre.

### L'année 2018, c'est :

7 bénévoles qui interviennent régulièrement :

**660 heures dans  
l'accompagnement**

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.



### L'année 2018, c'est :

#### Des formations/conférences données :

- Aux apprentis de l'EMS2
- A l'Université Populaire
- A l'AVIVO
- A l'EMS La Courtine
- Au centre de jour des Marguerites
- A l'AG de l'Association Alzheimer Jura
- Table ronde sur le thème des directives anticipées

### L'année 2018, c'est :

12 colloques d'équipe  
interdisciplinaire  
12 supervisions avec le Dr.  
Freddy Clavijo



## 5. Les projets pour l'année 2019

- 1) Continuer à faire davantage connaître la spécificité de La Valse du Temps.
- 2) Organiser un projet institutionnel avec les hôtes et leurs proches.
- 3) Continuer à favoriser la formation continue dans le domaine de l'accompagnement des personnes atteintes de troubles type Alzheimer, notamment avec la Validation de Naomi Feil.
- 4) Organiser deux sessions de la formation « Apprendre à être mieux...pour mieux aider » à destination des proches aidants.
- 5) Développer une offre en formation en Validation auprès des professionnels de la santé et du social, des bénévoles et des proches aidants.
- 6) Travailler sur le projet d'un centre de jour dans le Val Terbi

Nous travaillons depuis plusieurs mois sur un projet développé en collaboration avec la Résidence Les Pins à Vicques qui souhaite construire un nouveau bâtiment, une Unité de Vie Psychogériatrique (UVP). Dans ce bâtiment, un espace réservé à un centre de jour serait exploité par La Valse du Temps. Partageant une forte convergence de philosophie d'accompagnement des personnes atteintes de troubles psychogériatriques, nos deux institutions souhaitent développer une collaboration étroite tout en conservant leur propre autonomie respective. Récemment, le service cantonal de l'aménagement du territoire a donné son accord pour le projet de la Résidence Les Pins. De plus, la votation populaire a eu lieu le 17 mars 2019 : le projet de réaménagement a été accepté à 85%.

## 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 pérenniser certains projets ou d'en développer de nouveaux.

**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 !