



## Sortir, c'est vital !

### Comment maintenir les sorties en toute sécurité ?

Il y a un an, Monsieur R a reçu un diagnostic de troubles de la mémoire liés à **une maladie neurodégénérative**, ce qui le prive aujourd'hui de sorties de chez lui ... étonnant !

Charlotte, intervenante à domicile auprès de Monsieur R, le trouve **particulièrement triste** depuis quelques mois. Vivant en couple dans un appartement au 3<sup>ème</sup> étage d'un immeuble, Monsieur R passe son temps à l'intérieur, attendant le retour de son épouse en milieu d'après midi. Cela représente **un grand changement dans ses habitudes**.

Il avait l'habitude de marcher seul tous les matins ou de partir en voiture chez l'un ou l'autre de ses amis pour partager le repas.

**S'étant perdu sur son chemin** lorsqu'il cherchait sa « boulangerie d'antan », **il a dû être secouru** par les services de la police municipale suite à un appel en urgence de sa femme, très inquiète de son retard de plusieurs heures pour un retour au domicile. **Madame, encore en activité professionnelle**, se trouve démunie. **Elle a pris seule une décision** : fermer la porte à clef en partant au travail tous les matins, sans laisser de clef – ne trouvant que cela comme solution.

Khaled, **responsable de secteur du SAAD** accompagnant le couple R depuis 1 an déjà, décide de réunir Monsieur et son entourage aidant dans l'objectif d'étudier la situation. Il s'agit d'**identifier les besoins** du couple et de **définir les priorités**. Il en ressort que la priorité principale est de « **maintenir les sorties en autonomie** pour Monsieur R »

Suite à la réunion, Khaled propose de présenter, sur écran, des modèles de dispositifs d'alerte qui permettraient à Monsieur d'appeler à l'aide s'il se retrouvait de nouveau désorienté.

L'équipe d'intervenants investit l'idée d'accompagner le couple dans le processus de sensibilisation ; il leur semble également possible de suivre l'évolution de la situation (en attendant son entrée en ESAD), en transmettant les observations sur le repérage de la fragilité.



*Dans ce numéro :*

Des seniors souhaitant maintenir leur indépendance pour les sorties à l'extérieur de chez eux

DISPOSITIFS d'ALERTE : une sélection de ressources en ligne

SORTIES à L'EXTERIEUR : des offres gratuites permettant le maintien d'un lien social

QUOI DE NEUF ? Trois nouveautés DOM'inno

## L'isolement social peut arriver au sein même d'un couple !

« L'isolement social est la situation dans laquelle se trouve une personne qui, du fait de relations durablement insuffisantes dans leur nombre ou leur qualité, est en situation de souffrance et de danger. En privant de certaines ressources impératives pour se constituer en tant que personne, accéder aux soins élémentaires et à la vie sociale, l'isolement peut entraîner de lourdes conséquences physiques, psychologiques et sociales. »

<https://www.pourbienvieillir.fr/rompre-isolement-pour-se-sentir-mieux>

## MAINTENIR LES SORTIES à L'EXTÉRIEUR : Quelles solutions existent pour sécuriser les sorties ?

- ❖ « Sortir + », un service qui permet de se faire accompagner à pied ou en voiture par une personne de confiance, s'adresse aux retraités de 75 ans et plus ; chèques Cesu attribué par l'Agirc-Arrco : 0 971 090 971 (service gratuit + prix d'un appel) ou <https://services75ans.agirc-arrco.fr>
- ❖ Une mise en lien de jeunes et de seniors pour des actions diverses <https://www.sc-solidariteseniors.fr/>
- ❖ **L'usage d'un dispositif d'alerte (téléphone portable, balise équipée d'un bouton SOS, porte-clefs équipé de détecteur de chute...) permettant au bénéficiaire d'appeler à l'aide**

Pour changer de regard sur nos aînés l'Observatoire Spinoza (soutenu par l'Agirc-Arrco) publie une étude scientifique qui revalorise la vieillesse dans ses habitudes de vie et ses relations, chez soi ou dans sa ville (les sorties en autonomie pour Monsieur R, par exemple), dans son travail (une situation apaisée pour Madame R, en activité professionnelle) ou ses loisirs, dans ses émotions et ses espoirs, et recense les nouvelles approches et innovations en faveur du vieillir heureux.

<https://www.silvereco.fr/vieillir-heureux-un-defi-a-relever-ensemble-une-nouvelle-etude-de-observatoire-spinoza/311538902>



## Maintenir une fréquence de sorties

Les habitudes nous permettent de maintenir nos repères dans le temps, dans l'espace... Sortir de chez soi est un besoin fondamental qui peut, avec la survenue d'une maladie neurodégénérative, être compromis.

Ne négligeons pas le besoin d'accompagner le maintien de la possibilité de sortir ; seul ou accompagné !



Retrouvez une sélection de dispositifs d'alertes sur le site de la CNAV :  
<https://bien-chez-soi.lassurance-retraite.fr/>



# SORTIR de CHEZ SOI appeler à l'aide en cas de besoin



Des dispositifs d'alerte existent et peuvent permettre à la personne de continuer à sortir malgré des troubles cognitifs (minimes ou modérés).

- ✓ Rassurer l'usager : « je peux appeler à l'aide si besoin sans devoir utiliser un téléphone »
- ✓ Rassurer l'aidant : « mon proche peut être localisé en cas de besoin »

De multiples offres existent sur le marché, ce qui rend compliqué le choix :  
sous forme de balise, de porte-clefs, de badge ;  
porté en pendentif, en bracelet ou montre, au fond d'un sac à main ...

Le choix du support est déterminé selon les capacités de la personne : alerte manuelle seulement ou automatique ? ; des besoins du « binôme » aidant/aidé : définition d'une zone de vie avec géolocalisation à l'appui ? ; des habitudes de vie de l'usager : prend systématiquement ses clefs/sac à main/téléphone portable/... en partant ?



Téléphone simplifié

Dispositif d'alerte mobile  
Dispositif de géolocalisation



dans une téléassistance  
ou hors téléassistance

Source : <https://bien-chez-soi.lassuranceretraite.fr/>



Balise d'alerte avec GPS



Montre connectée avec bouton SOS

TASDA - DOM'Inno



<http://dominno.tasda.fr/#!/produits>

Masquer la recherche avancée

Réinitialiser la recherche avancée

Aide mémoire

Alerter / Détecter une chute, un incident

Alerte :

Vers un service de téléassistance (abonnement)

Vers un proche

Dispositif :

Porté par la personne

Installé dans le domicile

Déclenchement :

Automatique

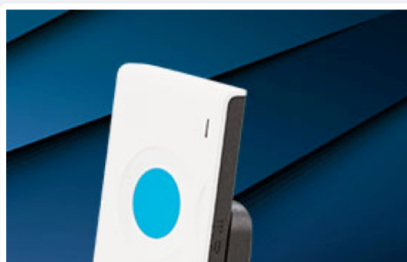
Manuel seul

Utilisation :

Intérieur seul

Extérieur

96 Produits



Solem Group / à partir de 25 ...  
Dispositif de téléassistance fonctionnant tant à l'intérieur qu'à l'extérieur du domicile grâce à son petit boîtier mobi...

En savoir +

Faire le bon choix n'est pas chose simple !

Dans un tout premier temps, s'informer s'avère être indispensable pour mieux traiter les questions venant de l'entourage aidant ou la personne elle-même.

Les sites mentionnés ci-contre (Bien chez soi et Dom'Inno) offrent une source d'informations accessibles par :

- Mots clefs (les deux sites)
- Fonction, Activité ou Lieux (site Bien chez soi) ou
- Recherche avancée : Alerter / Détecter une chute, un incident (Dom'Inno)

# SORTIR, C'EST VITAL

## Points de vigilance pour parler « solutions adaptées » avec le binôme aidant / aidé

**1. Assurer le recueil du consentement de la personne** : dès l'apparition de troubles pouvant être constatés par l'équipe d'intervenants, amorcez le processus de réflexion nécessaire en amont de toute situation d'urgence.

**Le recueil du consentement est un long processus nécessitant un accompagnement apaisé.**

**2. Suggérer un équipement que la personne a déjà l'habitude d'utiliser** : si la personne à l'habitude de prendre systématiquement son téléphone portable avec lui en sortant, sachez que de nombreux modèles développés pour seniors sont équipés d'un bouton SOS = une solution qui ne change pas les habitudes.

**3. Évoquer le nécessaire rechargement régulier de la batterie du dispositif** si la fonction GPS est utilisée.

**4. Vérifier, auprès de l'entourage, la gestion des alertes :**

- Quel type d'envoi d'alerte - manuel ou automatique ?
- Quel paramétrage considérer - création d'une zone de vie ?
- Qui recevrait l'alerte de la position GPS de la personne équipée ?
- Qui irait à sa rencontre ?
- Qui veillerait à recharger le dispositif ?
- ...

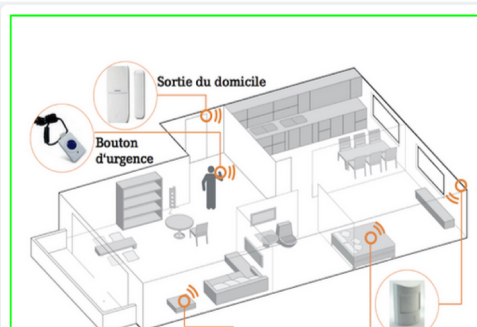


Retrouver les idées et bonnes pratiques de l'usage du numérique sur « L'Instant T », des webinaires mensuels pour les SAAD : action financée par la CARSAT RA  
<https://www.tasda.fr/instant-t/>

## Quoi de neuf ?

À retrouver sur le catalogue en ligne du TASDA des aides numériques <http://dominno.tasda.fr> « RECHERCHE AVANCÉE »

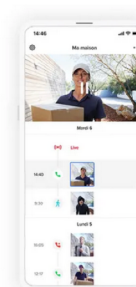
**DOM'inno**  
L'innovation à domicile



**Rubrique « Alerter/détecter un incident » :  
Installation dans le domicile**



**Rubrique « Réseaux sociaux, entraides » : Age village**



**Rubrique « Sécuriser son logement » : Accès à distance par visiophone connectée**