

Les activités de l'Accueil de Jour.

Les activités proposées à l'Accueil de jour sont construites à partir de plusieurs objectifs :

- Proposer un déroulement de **journée agréable et sécurisant** pour participer au **bien-être et au plaisir** des personnes accueillies
- Favoriser la **socialisation**, la rencontre et l'échange avec les autres
- **Maintenir, stimuler voir restaurer les capacités** des personnes accueillies
- Favoriser **l'estime de soi** grâce à la valorisation des capacités particulières et à l'expression de soi, de son histoire
- Favoriser les **activités physiques** (à l'intérieur et à l'extérieur)
- Favoriser une meilleure **nutrition** en cuisinant et partageant les repas

Le premier temps de la journée est celui de l'accueil. Cet accueil n'est pas à négliger dans la mesure où les changements de repères sont fréquemment source d'angoisse pour les personnes souffrant de démence. Il s'agit donc de prendre le temps d'entrer en contact avec chacun afin de le sécuriser et d'être attentif à l'humeur ou la fatigue du jour. Le partage d'une boisson chaude participe à ce « bienvenue ».

Le support du journal pourra être utilisé comme rituel de début de journée afin de s'ouvrir au monde qui nous entoure et de s'ancrer dans un territoire et sa vie sociale.

La journée est évidemment rythmée par le temps du repas et du goûter. C'est l'occasion d'accompagner les personnes dans les gestes de la vie quotidienne : s'intéresser au menu, mettre le couvert, débarrasser la table et participer à la fabrication du repas ou du goûter certains jours. Ce sont des moments privilégiés où les personnes peuvent partager leurs goûts, leurs envies, leurs souvenirs. Les échanges sont favorisés. Le service met à disposition les aides techniques ergonomiques nécessaires pour le repas et adapte les textures.

Un temps de repos est proposé après le repas, avec la possibilité de faire une sieste sur des fauteuils confortables. Pour les autres des activités de détente sont proposées écoute de musique, étirements ou mouvements doux.

Les temps de transition entre les différentes activités sont source d'incertitude ou d'angoisse « je dois/ veux rentrer chez moi... » Une attention particulière est donc à porter aux personnes les plus sensibles afin de les sécuriser.

Le temps du départ impose de passer le relais à l'accompagnateur, quelques mots échangés permettent un passage plus fluide. La mise en place d'un cahier de liaison avec la famille peut aussi être envisagée.

Les activités sont de plusieurs types

- Activités quotidiennes : choix de menu, sortie au marché, préparation du repas, mis du couvert, temps de repos...

- Stimulations de la mémoire et des capacités cognitives : lecture du journal, atelier mémoire avec support visuels, atelier quizz, jeux de sociétés (lettre, chiffre...)...
- Activités physique et motrice : gym douce, étirement, jeux d'adresse et de coordination, activité de création (motricité fine), promenade extérieur
- Activités culturelle de création : arts plastiques, atelier « philo'fab », musicothérapie, chant...
- Sortie et rencontre : marché, fête des familles (Noël et printemps), journée porte ouverte, échange intergénérationnels à mettre en place en fonction des lieux

Un planning sur deux semaines est constitué. Mais il sera forcément modifier en **fonction des compétences et « passions » des professionnels** recrutés. Nous pouvons déjà compté sur un éducateur sportif (10%), psychomotricienne à Ambérieu (10%) et psychologue musicothérapeute (30%).

Avant tout, les goûts et capacités particulières des personnes accueillies seront favorisés (exemple : jeux de chiffre pour M. X, tricots pour Mme Y....)

Ne sont pas pris en compte dans le planning les projets d'échange intergénérationnels, les fêtes calendaires et activités de saison (galette des rois, chandeleur, mardi gras, pâques...), les fêtes avec les familles (deux par an : Noël et printemps), les journées portes ouvertes et les semaines à thème (semaine du goût, semaine bleue)...