

Atelier d'Education Pour la Santé des Aides à Domicile - EPSADOM

L'exemple du CIAS du Grand Dax

Soutenu par

Agence Régionale de Santé
Nouvelle-Aquitaine

GRAND DAX
ACTION SOCIALE


AQUI O THERMES
CLUSTER THERMAL NOUVELLE-AQUITAINE

Évalué par


Ireps
Nouvelle-Aquitaine
Vers la santé pour tous

CONTEXTE

Une étude interne conduite de 2009 à 2012 a mis en évidence des problématiques de santé et de mal-être au travail des aides à domicile du Centre Intercommunal d'Action Sociale CIAS du Grand Dax : troubles musculo-squelettiques et états dépressifs notamment.

Face à ce constat, le CIAS a engagé une politique organisationnelle et budgétaire avec, entre autres, en 2015, un projet expérimental EPSADOM de prévention de l'usure professionnelle prématurée et de promotion de la santé et du bien-être de ses agents par la mise en place d'ateliers d'éducation pour la santé.

En tenant compte des recommandations de l'évaluation positive conduite en 2015, un protocole du programme généralisé pour les 150 agents est ainsi validé et réévalué en 2019 avec de nouveaux groupes de professionnels.

MÉTHODES DE TRAVAIL

Le programme, basé sur l'engagement personnel des agents, sur l'implication organisationnelle et financière du CIAS, propose aux professionnels volontaires d'intégrer les ateliers d'éducation pour la santé sur leur temps personnel.

A raison d'un atelier toutes les deux semaines, les agents intègrent des groupes, sans distinction de services, et bénéficient chacun de :

- 2 ateliers « Activités Physiques Adaptés » en fin d'après-midi animés par des éducateurs sportifs,
- 2 ateliers de sophrologie, proposés en début d'après-midi par une sophrologue,
- 2 séances de soins thermaux dispensés, sur la pause méridienne, dans les centres à proximité.

EPSADOM
un projet
de santé en
milieu thermal
qui vise
le bien-être
personnel et
professionnel

Une organisation attentionnée qui s'appuie sur la participation des agents

RÉSULTATS - EVALUATION 2019

A l'instar de la phase expérimentale, le CIAS a souhaité inclure au projet une démarche d'évaluation des effets produits et des impacts induits par l'offre d'ateliers et de soins thermaux auprès des agents participants.

Porté par l'Instance Régionale d'Education et de Promotion pour la Santé Ireps Nouvelle-Aquitaine, le protocole d'évaluation a interrogé les bénéficiaires, les intervenants et une représentation du personnel encadrant.

Des ateliers innovants et complémentaires avec des bénéfices reconnus

Au niveau de l'activité physique

37% affirment avoir intégré la pratique de l'activité physique régulière dans leur emploi du temps (de 2 fois par semaine à 2 fois par mois pour l'aquagym, en associant notamment la famille).



Au niveau de la sophrologie

32% des agents ont intégré les techniques dans leur emploi du temps ou réalisent ces dernières, surtout à domicile.



Au niveau de la pratique des soins thermaux

85% des AAD déclarent sentir durant et après le soin les bienfaits de ce dernier et soulignent un mieux-être corporel et psychique. Mais peu ont poursuivi cette pratique par la suite en raison du coût et du manque de temps.



Au niveau de la santé globale des aides à domicile



37% s'accordent plus de temps pour elles, notamment grâce à une pratique de marche.

Les bénéfices exprimés par les participantes et perçus par les encadrants et les animateurs des ateliers sont de l'ordre du bien-être moral « apaisement », « anti-stress », « détente », « temps pour prendre soin de soi » et du bien-être physique notamment par rapport au dos, aux genoux.

Au niveau professionnel

Les participantes, comme les encadrants et les animateurs, apprécient les bénéfices pour la pratique professionnelle tant sur le plan relationnel avec les collègues et les bénéficiaires, que pour la prise en compte de leur santé par leur employeur.



CONCLUSION

Les préconisations de 2015 ont bien été respectées et ont trouvé un écho positif tant dans l'organisation technique des ateliers que dans les différentes formules proposées. Cette offre est reconnue pour ses bienfaits sur le plan physique et mental, aussi bien dans la pratique professionnelle que pour le bien-être personnel des participants.

Ce programme relève ainsi de stratégies efficaces et peut être reconduit à l'ensemble des agents du CIAS voire être proposé à d'autres structures relevant de problématiques similaires.