

	<b>Fiche action EPSADOM 2</b>
<b><u>Rédacteur</u></b>	<b>Maguy Blanc</b>
<b><u>Date</u></b>	<b>5 sept 2018</b>
<b><u>Objet</u></b>	Programme d’ateliers d’éducation à la santé pour les aides à domicile du CIAS du Grand Dax

### 1. PORTEUR DE PROJET

#### **Centre Intercommunal d’action sociale du Grand Dax**

20 avenue de la gare

40100 DAX

Directeur : Vincent Benoit

Interlocuteur : Anne Dupuy – 05 58 55 50 50 – [anne.dupuy@grand-dax.fr](mailto:anne.dupuy@grand-dax.fr)

### 2. INTITULE DE L’ACTION : EPSADOM 2

### 3. APPUI TECHNIQUE

Cluster AQUI O Thermes

15 avenue de la gare

40100 DAX

Directeur : Laurence Delpy

Interlocuteur : Maguy Blanc : 05 47 55 80 22

### 4. COMPOSITION DU GROUPE PROJET :

Anne Dupuy, directrice SSAD

Valérie Cantin, responsable adjointe SAAD

Danièle Dassé

Maguy Blanc : AQUI O Thermes, chargée de mission

### 5. PUBLIC CIBLÉ

Aides à domicile du Grand Dax, sur la base du volontariat

AAD en CDI et en CDD – sur la base du bénévolat – environ 40

### 6. ACTION



### **Contexte : suite de l'expérimentation de 2015**

Expérimentation auprès d'une quarantaine d'agents sur la base du volontariat.

Au préalable : enquête auprès des quarante agents afin de réaliser un état des lieux de l'état de santé, du bien-être et du mode de vie de ces aides à domicile

- Au vu de cette enquête : co-construction d'un programme avec les AAD (thématiques des ateliers, rythmicité, etc.)
- Réalisation des ateliers :
  - séances collectives de 10 AAD maxi
  - Ateliers centrés sur l'activité physique, la sophrologie et les soins thermaux,
- Bilan de l'expérimentation :
  - Réelle satisfaction des participants
  - Intérêt de la généraliser à l'ensemble des AAD
  - Maintenir le principe de volontariat
- Points de vigilance :
  - Prévoir un temps suffisant avant la reprise d'activité (pour pouvoir se doucher par exemple)
  - Coût du remplacement des AAD très important pour le SAAD (plus de 90 000€)

**Préconisations suite à 2015** : Il sera tenu compte des préconisations présentées dans le bilan de l'action EPSADOM 2015 (voir le document intitulé : EPSADOM – Etude de faisabilité 2015 - Remarques et préconisations pour 2018).

**Modification à noter : les ateliers seront proposées en dehors du temps de travail**

### **Objectifs**

- **Objectifs principaux** :
  - améliorer la qualité de vie et le bien-être des aides à domicile du CIAS du Grand Dax,
  - Renouveler l'étude EPSADOM1 de 2015,
  - augmenter le nombre de bénéficiaires
  - évaluer les bénéfices pour vérifier s'ils confortent les résultats positifs obtenus en 2015
  - comparer le taux d'absentéisme avant et après EPSADOM 2
- **Objectifs pédagogiques** : permettre aux aides à domicile de
  - Engager une réflexion autour de leur santé,
  - Développer des comportements favorables,



- Renforcer le bien-être au travail.

### **Descriptif du programme :**

Le cycle d'ateliers comportera 6 séances d'une heure par groupe de 10 personnes maximum, toutes les 2 semaines

- Ateliers sophrologie : 2 séances d'une heure, organisées dans les établissements thermaux.
- Ateliers activité physique adaptée : 2 séances d'une heure, au choix :
  - aquagym
  - Gym Pilates
- Ateliers Soins thermaux : 2 séances composées de 2 soins thermaux

### **Modalités de mise en œuvre :**

Organisation des ateliers sur le **temps personnel des agents** : en fonction des inscrits nous organiserons au mieux les ateliers pour éviter la perte de prestations, synonyme de perte de rémunération.

Les bénéficiaires de l'opération seront choisis sur la base du volontariat d'abord puis par tirage au sort, si nécessaire.

Réalisation des ateliers : septembre octobre et novembre 2018

- Descriptif :
  - 2 ateliers sophrologie : S
  - 2 ateliers APA APA
  - 2 séances de 2 soins thermaux (application de boue + baignoire) TH

Les mardis et jeudis

Déroulé : TH S APA S APA TH

Fréquence : un atelier toutes les 2 semaines

- Atelier APA : aquagym + gym pilates proposées au choix aux AAD  
Répartition se fera dans l'ordre des réponses ; les dernières auront un choix imposé.
- Horaires à confirmer :  
TH 12h 14h  
APA et S fin d'après-midi, vers 17h

### **Perspectives de l'action**

- Accompagnement de la démarche par l'IREPS (enquête sur l'impact des ateliers) : de mars à mai 2019
- Réalisation d'un bilan de l'action
- Démarche auprès des partenaires pour tenter de pérenniser l'inscription des agents dans ces activités (négociation de tarifs préférentiels, etc.).
- Lieux : Dax o'Thermes - Dax Thermes Christus à St Paul lès Dax

**Planning des sessions :** Les sessions s'étalent de début septembre à fin novembre.



**Budget** : Coût global des ateliers : 110 euros par participant.

## **7. COMMUNICATION**

### **Interne**

Présentation du projet aux AAD en réunion de secteur :

- Des ateliers ne sont pas inscrits dans la vie du service
- il ne s'agit pas d'une distraction mais bien éducation à la santé pour prévenir les risques professionnels
- la première expérience s'est avérée plutôt positive : témoignage des participants de l'expérience de 2015
- les ateliers se passent sur le temps personnel du salarié et non pas sur le temps de travail

### **Externe**

Intégrer l'attachée de relation presse de la CAGD, Claire Fuentes, aux réflexions, dès à présent, afin qu'elle valorise le projet auprès :

- du personnel de la CAGD
- Des élus
- Des organismes liés : ARS, IREPS, ...

Soit par interviews, par prise de photos, vidéos,