

***Le point de vue des experts,
membres du Comité Scientifique
du programme***

ATOO - La dynamique sénior



Monsieur le Professeur GAUCHER, Psychologue Clinicien, Professeur des Universités

Le programme ATOO de la CRAM Rhône-Alpes constitue une initiative originale et pertinente par différents aspects de la démarche. D'une part, qu'une administration initie une approche aussi profondément humaine cherchant à éclairer les seniors sur leur situation personnelle, sociale et psychologique, est une première.

Bénéficiant d'un effet " guichet " hors du commun par son approche des personnes qui viennent constituer leur dossier de retraite permet une investigation et une capacité d'atteinte des cibles extrêmement efficace. La démarche de prévention de difficultés liées au vieillissement bénéficie d'un cadre exceptionnel. De plus, le programme ATOO ne se contente pas de réunir des items socio-économiques ou de santé mais y associe des éléments psychologiques et métaphysiques de la plus grande pertinence (sens de la vie, constitution de projet pour le futur,...) et dont on connaît aujourd'hui, la place importante dans les crises qui peuvent accompagner l'entrée dans le vieillissement. L'alliance des données objectives et des données subjectives permet d'articuler dans un même programme de prévention des offres de services (panier de services) qui habituellement n'émanent pas d'une administration comme une CRAM.

Il apparaît aussi que le programme ATOO est capable de solliciter la rencontre d'autres démarches de prévention telles que l'aide aux aidants, la solitude sociale, les détresses familiales, la précarité, etc... Le développement national d'un tel programme devrait permettre un maillage des initiatives isolées de certains mouvements associatifs, d'autres administrations (Conseils Généraux, médecine ambulatoire,...) et d'entreprises dont la prévention est au cœur de leur identité (Mutuelles, caisses de prévention,...). Cette dimension très fédérative correspond à la nécessité de donner des réponses organisées et efficaces à la population concernée et d'éviter une inflation de démarches qui coûtent cher et dont la rentabilité reste encore à prouver. Se dégagent donc, grâce au programme ATOO, des perspectives nouvelles pour les trois dimensions de la prévention des difficultés liées au vieillissement dont la Sécurité Sociale par ses Caisses Nationales pourrait être le " fer de lance ".

Monsieur le Docteur CHAPUY, Médecin Honoraire des Hôpitaux de LYON

Pour comprendre l'intérêt du projet ATOO, il est important de rappeler trois notions :

- *La vieillesse est une étape physiologique au même titre que l'enfance ou l'adolescence. Toute prévention au sens strict du terme est illusoire car il est impossible de supprimer telle ou telle étape de la vie. Par contre il est tout à fait possible de modifier certains aspects, notamment les facteurs qui peuvent influencer le déroulement normal de la vie : il peut s'agir de facteurs environnementaux, socio-familiaux ou plus souvent en ce qui concerne le vieillissement les affections médicales.*

- *Il est tout aussi important de rappeler que la vieillesse n'est pas en soi responsable d'handicap ou de dépendance. C'est la maladie ou ses complications qui sont la source des dépendances, au sens de la perte d'autonomie. C'est ainsi que la prévention de certaines maladies peut permettre à la vieillesse de se dérouler de manière harmonieuse.*
- *Enfin, il faut se souvenir que le sujet âgé, disons après 70 ans, est une personne plus fragile, plus sensible au stress en général car ses possibilités d'adaptation et de réactions sont plus réduites ou tout au moins plus lentes.*

C'est en tenant compte de ces remarques que l'on devine tout l'intérêt du projet ATOO destiné aux seniors qui arrivent aux âges frontières de la " vieillesse ". Ce projet a pour but de repérer les personnes qui risquent de se trouver dans des conditions où les facteurs extérieurs énumérés ci-dessus peuvent modifier le déroulement normal de la vie.

La recherche d'un score ou d'une évaluation du " mal vieillir " est donc importante. Ce score a été établi sur six facteurs prédictifs : la planification de son avenir, la santé physique et les modes de vie, les activités cognitives, le réseau social, la dimension émotionnelle et enfin la qualité de sens. Ces six critères montrent bien l'intérêt de dépister les premiers signes d'une déficience qu'elle soit physique ou psychique, de sensibiliser la personne à l'importance de son affectivité et de développer un projet de vie.

Il est intéressant qu'à la retraite, à côté d'un bilan de vie, on puisse réaliser un projet de vie centré sur les nombreuses années qui restent à vivre.

Cette réflexion doit s'articuler sur une triple notion que la personne " âgée " doit être un sujet debout, mobile et social.

Même si l'on peut penser que les personnes intéressées sont soit celles qui ont des difficultés et qui cherchent une réponse à leurs problèmes soit des personnes en très bonne santé et qui viennent se réassurer, le caractère volontaire de la participation de la personne reste le cœur du programme ATOO.

Il est possible que l'expérience de Valence où le projet ATOO s'articule sur un centre de prévention ou de dépistage permette de mieux répondre à cette question.

Il serait très intéressant de connaître les résultats des préconisations individuelles ou collectives sur le devenir à long terme de ceux qui en ont profité mais je reconnais que ce n'était pas le but réel de ce programme car il supposerait que le projet ATOO puisse se prolonger dans le temps. Ainsi, on risque de ne pas connaître directement les résultats concrets mais c'est le problème de toute politique de prévention dont les conséquences, la plupart du temps, sont connues beaucoup plus tard.

Ceci dit, il semble que ce projet ait trouvé auprès des personnes contactées un réel intérêt et c'est peut-être cette prise de conscience qui réalisera la véritable prévention individuelle.

Madame le Docteur FERRY, Médecin gériatre, Directeur du Centre Départemental Pour Réussir son Vieillissement à Valence

La convention de partenariat mise en place entre ATOO-CRAM et le Centre Départemental de Prévention pour Réussir son Vieillissement (CDPRV) apporte à la population des seniors la chance d'une prise en charge globale.

Elle permet en effet de répondre, par ATOO-CRAM, au besoin de prévention primaire. C'est la prévention au niveau de la personne elle-même en tant qu'acteur de sa santé. Elle postule le principe d'autonomie des personnes et leurs capacités à développer leur potentiel.

Cette prévention doit s'accompagner d'une attention particulière à donner les informations utiles pour prévenir les risques. Elle propose l'éducation de santé nécessaire sur certains facteurs par un panier de services (par exemple la prévention des chutes ou l'équilibre nutritionnel). C'est une démarche innovante.

Le CDPRV répond à la prévention secondaire et même tertiaire par le dépistage des facteurs de risque et/ou la stabilisation des déficits, que ce soit au niveau fonctionnel (syndrome post -chutes) ou cognitif avec la consultation mémoire.

Cette association de compétences permet de structurer un parcours de prévention qui peut aller jusqu'à faire le lien avec le parcours de soin, évolutif en fonction de l'état de la personne âgée, avec une lisibilité du dispositif.

Le décloisonnement entre les divers niveaux de prévention est ainsi acquis.

Et la personne qui franchit la porte de l'espace prévention est assurée, quel que soit son âge, de trouver la réponse adaptée à la question qu'elle se pose sur sa manière de vieillir.

Madame ROOS, Psychologue clinicienne

La chance, en tant que psychologue, d'avoir été sollicitée par l'équipe CRAM Rhône-Alpes dès février 2003, à participer au Comité scientifique du programme " Atoo, la dynamique senior "...

UN PROGRAMME, DE MON POINT DE VUE, ÉMINEMMENT RICHE,
INTÉRESSANT ET EN DEVENIR...

Parce que préoccupé par les sujets en route entre 55 et 70 ans, pour les connaître, les rencontrer, les aider si besoin, à entrer dans une **démarche active** du vieillir autrement, favoriser ainsi une dynamique de **prévention personnalisée** et accompagner momentanément un temps de passage **vers une continuité de vie plus assurée et assumée**.

Parce qu'en appui sur une méthodologie et des moyens innovants : bilan psycho-social, outil/questionnaire pensant la globalité du sujet, facteurs prédictifs retenus, inédits, par leur ouverture (au côté d'autres plus classiques) sur l'émotionnel, l'affectivité et la quête de sens, programme d'accompagnement individuel et/ou collectif adapté à la trajectoire de vie singulière du participant

Parce que porté par une équipe de travail engagée et convaincue,

- *dans une qualité de réflexion et de partage pluridisciplinaire,*
- *dans un souci constant d'analyse, d'ajustement et de réactivité au plus proche du contexte social et psychologique actuel et (entrevu) à venir,*
- *dans une préoccupation de respect et de compréhension de la population ciblée,*
- *avec une exigence de sérieux et de fiabilité dans les études préalables, le montage du projet, sa mise en place, son suivi, son évaluation, sa pérennisation.*

Parce que pour la psychologue clinicienne (engagée cette vingtaine d'années sur différents sites en Santé hospitalière, et en Gériatrie " sous toutes ses formes ", auprès d'une population diverse accueillie, et auprès de professionnels pluriels) **apparaissent fondamentaux :**

- *L'innovation et la création pour la prévention et mise en qualité dans l'axe " bien vieillir " ou " vieillir suffisamment bien ", processus qui s'amorce en milieu de vie*
- *Le repérage et la prise en soin adaptée de cette " nouvelle population " émergente (qui exprime ne se reconnaître dans nulle autre) ;*

UNE POPULATION AVEC SES " PANNES ", DES BESOINS ET DES ATTENTES SPÉCIFIQUES,

Ainsi que d'authentiques potentialités adaptatives et créatrices,

Prioritairement à identifier,

Puis à optimiser avec eux, à leurs bénéfices directs, sur les plans physiques et psychiques; et au bénéfice du corps social qui les soutient...

" 60 ANS ? COMMENT S'INSCRIRE ET S'ORGANISER, DEBOUT, POUR LES ÉVENTUELLES TRENTE OU QUARANTE ANNÉES À VENIR ? "

Chaque sujet s'engage dans ce passage, véritable réorganisation relationnelle et travail psychique, de manière éminemment singulière, en prise et/ou en déprise avec son histoire personnelle et professionnelle, ses bagages et ses attaches.

Chaque étape de vie (et particulièrement celle-ci), éprouvée ou au contraire esquivée, ouvre ou ferme à un travail élaboratif, sensé et adaptatif pour continuer plus loin, voire bien plus loin...

**" RESTER SOI-MÊME " (ET NON LE MÊME) EN DÉPIT DES CHANGEMENTS...
MAIS QUI EST-CE... " SOI-MÊME " ?**

UNE POPULATION EN RECHERCHE D'INSCRIPTIONS :

Dans le corporel ? Son développement, son apparence, son adaptabilité, sa familiarité, son étrangeté, sa prise en compte, sa prise en soin par les autres et par soi, ses marques et cicatrices, ses coups, ses accidents de vie, ses pathologies, ses déficiences, sa traversée des années, son vieillissement. Corps et psychisme, comment vieilliront-ils ensemble ?

Dans une histoire singulière ? Personnalité, soubassements émotionnels, comportements, portance, estime et bienveillance pour soi, adaptabilité, souplesse relationnelle, peurs, ouverture, curiosité, rêverie, désirs, passions, activité/passivité (être acteur de sa vie), confiance...

Dans un réseau d'attaches, de liens, d'attentes sociales ? Etre en lien : aptitudes, appétences, facilités, énergie, capacité à appeler à l'aide, espaces favorisants, rôles pluriels, capacité aux attachements, aux séparations et aux pertes, stratégies relationnelles dans des liens tellement complexifiés : liens aux descendants, aux ascendants, liens conjugaux, liens recomposés, lien parentaux, grand parentaux, liens dans la maladie longue durée, liens démultipliés temporellement (allongement durée de vie : que comprendre, que répéter ? qu'inventer ?)

PARCE QUE PSYCHOLOGUE CONVAINCUE QUE DES HALTES (RENCONTRES AVEC SOI-MÊME ?) SONT NÉCESSAIRES...

En prévention sont alors indispensables : l'accueil, l'écoute attentive et compréhensive des situations, de l'histoire " en l'état ", une aide à la verbalisation des affects heureux et douloureux, des sentiments d'impuissance, voire d'impasse et de détresse, l'évaluation le repérage et l'identification des difficultés parfois de l'urgence, l'accordage psychisme/somatique, une réflexion sur les stratégies adoptées et/ou adaptées, le repérage des liens, l'organisation du quotidien, une information ajustée, une orientation personnalisée...

Dans ce qui émerge, comprendre, encourager les priorités en fonction du sens et des difficultés repérées...

Dans la pratique de psychologue hospitalière, souvent ce regret que tel ou telle patient(e) n'ait pu, su, voulu saisir ou inventer ces haltes en temps opportuns...peut-être, dix ans plus tard, la maladie ou l'accident somatique ou l'accident de vie aurait frappé, ou non ? Mais assurément moins fort...


Se ramasser, se recentrer, se rencontrer avec bienveillance au travers d'autres, devenir Soi, " N'être que ça...mais c'est déjà ça ! " se transformer au fil du temps, se réinventer en appui sur un monde intérieur, habité, habitable, disciple, lisible à travers certains traits ou métamorphoses, faire des choix, se prolonger en d'autres, vivre intensément le présent (cesser d'attendre de vivre " plus tard "), transmettre... il s'agit d'une aventure souvent coûteuse en énergie, toujours unique, en mouvement, en devenir et surtout préventivement pour un assez " long cours "

**TRAJETS À RECONNAÎTRE, APPRIVOISER, SOUTENIR, CONTENIR...
POUR CERTAINS, DAVANTAGE QUE POUR D'AUTRES**

L'aide de professionnels dans le champ relationnel et psychologique (en complémentarité d'autres) s'avère indispensable même si encore trop peu habituelle voir méconnue (apprivoisement, connaissance, dédramatisation, accessibilité...)

Le programme Atoo ose, entre autres, cette voie-là.

Des moyens de comprendre et d'agir pour soi-même puis par soi-même.



CRAM Rhône-Alpes
ATOO - la dynamique senior
Département Recherche, Prévention et Prospective
Tél. 04 72 91 97 78
ATOO Bourg : 04 74 50 98 99
ATOO Valence : 04 75 41 41 67

