

## « Stop à l'isolement », un outil au service de la qualité de vie

### “Stop isolation”, a tool serving the quality of life

Delphine DUPRÉ-LÉVÊQUE

**L**e 18 mars 2020 au premier jour du premier confinement, la page Facebook « Stop à l'isolement » naissait.

#### À L'ORIGINE...

L'objectif au premier jour était clair, soutenir les résidents confinés déjà depuis une semaine dans leur chambre et soutenir les familles désespérément séparées, interdites de visites. La page « Stop à l'isolement » a été créée pour montrer aux membres de la famille qu'il était possible de communiquer autrement et notamment en faisant parvenir des vidéos. Cependant, tous les enfants des résidents ne sont pas à l'aise pour la réalisation de vidéos, certains n'ont pas de famille. Pour autant, il s'agissait de soutenir le maximum de personnes concernées, qu'elles soient résidents, familles ou professionnels. Afin de faire entendre la cause des « EHPAD », un peu laissés à l'abandon pour privilégier le secteur hospitalier, j'ai sollicité le soutien de personnalités telles que Sophie Darel, puis Michel Drucker<sup>1</sup>, pour apporter du réconfort, un petit plus dans cette situation de crise sanitaire soudaine et sans précédent. L'effet auprès du grand public a été immédiat. Plus de 5 000 personnes se sont abonnées à la page Facebook « Stop à l'isolement ». Sophie Darel et Michel Drucker se sont énormément impliqués et s'impliquent encore beaucoup pour « Stop à l'isolement » et, grâce à eux notamment, une cinquantaine

de personnalités ont suivi, sollicitées le plus souvent par les abonnés (personnes à domicile, résidents, professionnels). C'est d'ailleurs toute la force du réseau Facebook. Il permet beaucoup d'interactivité.

À l'issue du premier confinement, « Stop à l'isolement » a reçu de nombreux messages insistant pour nous dire de ne pas cesser. Michel Drucker et Sophie Darel souhaitaient aussi poursuivre. Ils ont reçu tant de messages de remerciements pour le réconfort apporté. « Stop à l'isolement » a aussi été immédiatement répertorié, dès sa création, sur le portail du Ministère de la Santé et des Solidarités<sup>2</sup> « rompre l'isolement des aînés ». Il vient aussi d'être reconnu comme un des dispositifs personnalisés, adaptés à la situation de crise dans le rapport<sup>3</sup> « Éthique » de Fabrice Gzil remis à Mme la Ministre de l'autonomie, Brigitte Bourguignon, le 2 février 2021 : « La page Facebook “Stop à l'isolement” ([www.facebook.com/stoplisolement](http://www.facebook.com/stoplisolement)) propose de multiples contenus pouvant servir de support à des animations individuelles en chambre (Delphine Dupré-Lévêque). »

#### AU FIL DE MOIS...

« Stop à l'isolement » s'est organisé et c'est désormais tout un programme pour les personnes à domicile comme pour les aidants, mais aussi un véritable outil au service des professionnels. Un outil support à l'élaboration du projet personnalisé.

*Rev Geriatr 2021 ; 46 (6) : 345-8.*

*Auteur correspondant : Madame Delphine Dupré-Lévêque, anthropologue, fondatrice de l'action « Stop à l'isolement ».  
Courriel : [d.dupreleveque@gmail.com](mailto:d.dupreleveque@gmail.com)*

Article reçu le 19/05/2021 et accepté le 25/05/2021

<sup>1</sup> En effet, dans l'Est et en région parisienne la situation a été particulièrement dramatique et partout ailleurs menaçante. Le soutien de cet animateur vedette de 77 ans à l'époque, présent depuis plus de 55 ans à la télévision a eu un effet incroyable non seulement auprès des résidents et des professionnels, mais aussi auprès de nombreuses personnes à leur domicile. Michel Drucker a fait parvenir pendant des mois et bien au-delà du premier confinement deux vidéos par semaine. Nous l'avons découvert chez lui avec ses animaux, à réaliser des masques en famille, à nous parler d'acteurs disparus, à proposer des recettes de cuisine. À chaque passage à la télévision, il a parlé de « Stop à l'isolement » et de toute cette action.

<sup>2</sup> <https://solidarites-sante.gouv.fr/grands-dossiers/rompre-isolement-aines/elus-locaux/article/construire-un-plan-d-aide-autour-des-10-besoins-essentiels-des-aines>

<sup>3</sup> Télécharger le rapport : [espace-ethique.org/repere-ethique-EHPAD](http://espace-ethique.org/repere-ethique-EHPAD)

L : 210 - H : 270 - Couleur : Blanc

## « Stop à l'isolement », un outil au service de la qualité de vie “Stop isolation”, a tool serving the quality of life

Un outil au service des professionnels pour la qualité de vie des personnes accompagnées, en établissement - Soins de suite et réadaptation (SSR), Établissement d'hébergement pour personnes âgées dépendantes (EHPAD) -, comme à domicile - Services de soins infirmiers à domicile (SSIAD), Services polyvalents d'aide et de soins à domicile (SPASAD), services d'aide et d'accompagnement à domicile (SAAD)...<sup>4</sup>.

### POUR RAPPEL...

Le moment de l'accueil impacte la perception de la qualité de l'accompagnement et donc de la qualité de vie<sup>(1)</sup>. « *Les professionnels doivent être particulièrement prêts, car le vécu de ces premiers moments au sein de l'établissement est primordial. En effet, il va influencer assez durablement sur l'adaptation ou non du résident au sein de ce nouveau lieu de vie. Selon l'analyse réalisée par la Drees, cette première impression impacte longuement la satisfaction et la qualité de vie du résident. “Le bien-être des résidents est influencé de manière significative par la façon dont ils ont vécu leur entrée dans l'établissement. Pour les personnes qui l'ont bien vécue, les chances de se sentir bien aujourd'hui sont six fois plus élevées que pour les personnes ayant mal vécu leur entrée, toutes choses étant égales par ailleurs.” (Julie Prévost, 2011, p. 34<sup>4</sup>). Partant de ce constat on comprend que l'entrée est un moment décisif pour les résidents et leur entourage, et sur lequel les établissements doivent être particulièrement attentionnés.* »

À l'issue de la crise sanitaire, l'accueil de nouveaux résidents est plus déterminant encore, tant les personnes concernées et les familles appréhendent les conditions de l'accompagnement que ce soit à domicile comme en établissement.

### EN QUOI L'OUTIL « STOP À L'ISOLEMENT » PEUT-IL CONTRIBUER À L'AMÉLIORATION DE L'ACCUEIL ET COMMENT L'UTILISER ?

Prenons l'exemple d'une entrée en EHPAD.

Chaque EHPAD organise l'entrée d'un résident de façon singulière. Chacun a à cœur de proposer un accueil chaleureux avec un personnel souriant. Une petite attention attend souvent le résident dans sa chambre et quelques autres iront plus loin en organisant un cocktail de bienvenue.

Au moment de l'accueil, la personne accompagnée et sa famille, quand il y en a, remplissent quelques documents, se voient remettre le livret d'accueil et autres petits éléments qui sont autant de petits rituels propres à chaque équipe.

Dans de nombreux établissements, un personnel référent est nommé<sup>5</sup>.

Chaque élément du récit du parcours de vie participe à l'élaboration du projet personnalisé. Pour autant, ce dernier reste souvent très standardisé, orienté sur les soins, les goûts et dégoûts alimentaires et la présence ou non d'enfants ou de proches. À la lecture des projets personnalisés, il n'est pas toujours évident de connaître les besoins et les attentes de la personne, de savoir réellement ce qui la touche, l'émeut, la fait rire, ce qu'elle aime.

### ET SI « STOP À L'ISOLEMENT » PERMETTAIT DE DÉCOUVRIR LES RÉSIDENTS AUTREMENT ?

Et si le référent ou tout autre professionnel - Agent de service hospitalier (ASH), Aide soignant (AS), animateur -, armé d'une tablette<sup>6</sup>, prenait quelques minutes auprès du résident pour découvrir quelles sont ses chansons préférées, ses régions privilégiées ou celles qu'il regrette de ne jamais avoir visitées, ses artistes, etc. ? Imaginez un peu le sens que prendrait la personnalisation de l'accueil.

« Vous dites ? Aznavour ? »

Le référent n'a plus qu'à cliquer sur la rubrique « le lundi en chanson » et trouver Caroline Harvey qui invite à chanter Aznavour. Le « lundi en chanson » est le plus souvent interactif. C'est une invitation à chanter ensemble. Fréquemment, il y a même les paroles afin que le référent et/ou la personne puissent chanter aussi. C'est ainsi que le référent et la personne se mettent à chanter ensemble et surtout à partager un moment de complicité.

Il faut du temps pour cela ? Les vidéos durent en moyenne 2 mn. Deux minutes pour des heures de bonheur, le souvenir de cet instant de partage et le bonheur de savoir que le lendemain ou quelques jours plus tard cette complicité pourra se renouveler. C'est repérer que tel artiste évoque des souvenirs heureux et évoquer avec la personne ces souvenirs. Dès qu'elle sera d'humeur triste, vous saurez comment lui changer les idées en vous appuyant sur ce levier pour la guider vers un souvenir heureux.

On sait désormais tous les bienfaits de la musique sur la santé et la qualité de vie, y compris lorsque les personnes

<sup>4</sup> Ce programme est un véritable support pour échanger apprendre à connaître les personnes que vous accompagnez que ce soit sur de la moyenne ou longue durée (cf. encadré).

<sup>5</sup> Anesm (désormais HAS), « Le projet personnalisé, une dynamique du parcours d'accompagnement », volet EHPAD, 2018 [https://www.has-sante.fr/upload/docs/application/pdf/2018-10/fiche-repere-projet\\_personnalise\\_EHPAD.pdf](https://www.has-sante.fr/upload/docs/application/pdf/2018-10/fiche-repere-projet_personnalise_EHPAD.pdf)

<sup>6</sup> Depuis la crise de nombreux EHPAD sont équipés.

L : 210 - H : 270 - Couleur : Blanc

« Stop à l'isolement », un outil au service de la qualité de vie  
"Stop isolation", a tool serving the quality of life

**Le lundi en chanson** : Afin d'encourager chacun à chanter des chansons populaires françaises.

**Mardi : Santé, loisir, cuisine, actualités.** Les recettes de cuisine proposées sont très simples, peu onéreuses. Elles peuvent être réalisées dans le cadre d'un atelier cuisine, en Pôle d'activités et de soins adaptés (PASA)...

**Mercredi : La parole est aux aînés.** Nous avons eu la chance de diffuser pendant 9 semaines par exemple le récit de Mme Holl-Friz écrivaine de 99 ans vivant en EHPAD et qui a eu le Covid-19 et qui s'en est remise. Elle décrit dans « le journal d'une EHPADienne » sa vie quotidienne dans l'enfermement en chambre. Ce récit a beaucoup touché et a pu être très largement diffusé et lu grâce à « Stop à l'isolement ». Certains épisodes ont dépassé les 15 000 vues.

**Le jeudi « je dis culture »** : « Stop à l'isolement » diffuse des informations culturelles inédites à découvrir chaque semaine (Grotte Cosquer, La route des vins...).

**Le vendredi place à l'humour.** Impliquée depuis le départ, Zize Dupannier, humoriste transformiste marseillaise, nous prépare presque chaque semaine une vidéo. Nous a rejoint Diane Seg dite Stéphanie (c)ASH. Enfin, les EHPAD envoient aussi leurs vidéos humoristiques réalisées avec les résidents.

**Le samedi au jardin.** Cette rubrique existe depuis le premier jour. Des particuliers, des EHPAD nous font parvenir une vingtaine de photos de leurs fleurs, leur arbuste et bien sûr de leurs animaux domestiques quand il y en a. On voyage ainsi de région en région en découvrant la nature caractéristique de chacune d'entre elles.

**Le dimanche, c'est la carte postale.** « Stop à l'isolement » bénéficie du soutien régulier de photographes professionnels qui nous offrent leurs clichés. Là aussi, une magnifique balade est proposée avec souvent une ouverture sur le monde.

sont atteintes de troubles cognitifs même à des stades très avancés. Les personnels accompagnants peuvent donc utiliser le « lundi en chanson ». Mais cet outil peut être aussi utilisé par les familles. Certaines familles se sentent démunies face à la perte d'autonomie physique et/ou cognitive de leur parent. Elles ne savent plus trop quoi dire avec elle, ni quoi faire. Là encore, le support « Stop à l'isolement » peut être très utile. Le proche peut bien sûr chanter, mais peut aussi parcourir les « cartes postales » ou « le samedi au jardin » qui permet de se souvenir de régions traversées, de moments de vie précis. Dans le « samedi au jardin », il y a également souvent des animaux domestiques qui peuvent aussi rappeler des souvenirs. Ainsi, à partir d'une vidéo de quelques minutes, les échanges fusent.

« Juste pour rire » plaît beaucoup aux résidents, nous avons interrogé des EHPAD à ce sujet, mais cela plaît aussi beaucoup aux personnels. Là aussi une complicité certaine et quelle belle qualité de vie au travail ! Le soin par le rire.

### « STOP À L'ISOLEMENT », UN OUTIL INTERACTIF OÙ LES RÉSIDENTS ET LES EHPAD SONT MIS À CONTRIBUTION...

« Stop à l'isolement » est aussi un outil interactif. Il relaie des consultations citoyennes. Les personnels peuvent échanger avec les résidents sur telle consultation et les aider afin que leur avis soit pris en compte. Par exemple, la

consultation de Mme la Ministre Brigitte Bourguignon sur « Comment améliorer la place des personnes âgées dans notre société ? » a fait 85 000 vues.

Au-delà du « samedi au jardin » où tous les EHPAD de France et d'ailleurs sont invités à nous faire découvrir leur jardin et leurs animaux pour ceux qui en ont, « Stop à l'isolement » met aussi en valeur de belles initiatives. C'est ainsi que vous pouvez découvrir : les résidents font du ski, hymne à la vie le clip, la partie de babyfoot, qui sont des vidéos réalisées avec des résidents et les équipes d'EHPAD.

### « STOP À L'ISOLEMENT », POUR CHANGER DURABLEMENT LE REGARD, SUR L'AVANCÉE EN ÂGE ET LA VIE DES EHPAD...

Découvrant « Stop à l'isolement », un étudiant me dira. « Ce site est incroyable, il change complètement le regard. Je ne savais pas que l'on pouvait sourire en EHPAD. » Cette mise en lumière des actions au sein des EHPAD, comme de leur jardin contribue à offrir une image moins noire de ces lieux et à reconnaître le travail des professionnels.

C'est là le double effet de « Stop à l'isolement ». Il fait du bien à l'intérieur (de l'EHPAD) - reconnaissance des professionnels et créateurs de lien entre les professionnels et les résidents -, comme à l'extérieur où il modifie les représentations que nous avons de ces lieux plutôt perçus comme des lieux de mort que des lieux de vie.

L : 210 - H : 270 - Couleur : Cyan  
« Stop à l'isolement », un outil au service de la qualité de vie  
"Stop isolation", a tool serving the quality of life

---

Vous imaginez désormais le potentiel de cet outil. À quand sa reconnaissance comme INM (Intervention non médicamenteuse) ? À vos études ! (prêts pour un essai randomisé ?)

Définitivement, il y a un avant et après Covid-19, il y a un avant et après « Stop à l'isolement ».

Ensemble !

[www.stopalisolement.fr](http://www.stopalisolement.fr)

Pour toutes les structures (domicile ou établissement, EHPAD, SAAD, SSIAD, SSR, etc.) ou professionnels, qui ont un compte facebook, vous pouvez vous abonner : <https://www.facebook.com/stopalisolement>

Vous accéderez ainsi chaque jour à une nouvelle vidéo ou information.

Pour tous les autres, RDV chaque jour sur [www.stopalisolement.fr](http://www.stopalisolement.fr) ■

*Liens d'intérêts : l'auteur déclare ne pas avoir de lien d'intérêt en rapport avec cet article.*

---

## RÉFÉRENCE

1. **Dupré-Lévêque D, Charlanne D.** Entrée et accueil des personnes âgées en Établissement d'hébergement pour personnes âgées dépendantes (EHPAD). *Rev Geriatr* 2015 ; 40 : 409-16.