



GRAND VIA

Alzheimer : La Thérapie du voyage pour oublier la maladie

Peu présente en France mais bien intégrée en Italie, la Thérapie du voyage emmène les personnes atteintes d'Alzheimer sur des rails fictifs, pour un voyage en train faisant appel à leurs souvenirs. Dans le Pas-de-Calais, l'AHNAC (Association Hospitalière Nord Artois Clinique) et France Alzheimer 62 unissent leurs forces pour la mettre en œuvre dans l'un des EHPAD du groupe.

Tout d'abord la gare, sa grande horloge, son tableau des départs et arrivées, ses bancs pour faire patienter les voyageurs et même les messages préenregistrés de la SNCF. Puis le train, ses compartiments types « première classe », ses sièges avec appui-tête, son confort et les paysages qui défilent. Ces souvenirs, que nous avons tous en mémoire, plusieurs personnes souffrant de la maladie d'Alzheimer les revivent deux à trois fois par semaine lors d'une séance de « Thérapie du voyage ». Mis au point en 2009 par l'Italien Ivo Cilesi, docteur en psychologie cognitive à Bergame, au nord-est de Milan, ce protocole non-médi-

camenteux est aujourd'hui adopté par une vingtaine d'établissements européens. En France, seuls deux EHPAD ont franchi le pas : l'EHPAD Notre-Dame-de-la-Treille à Valenciennes, dans le Nord, et l'EHPAD Bel-Air de Tournon-d'Agenais, dans le Lot-et-Garonne. Et une troisième salle aménagée pourrait prochainement voir le jour dans le Pas-de-Calais.

Un projet à deux voix

Porté par l'Association Hospitalière Nord Artois Clinique (AHNAC) et France Alzheimer 62, ce nouvel outil n'en est pour l'instant qu'à la phase de

projet. « Nous avons déjà déposé plusieurs dossiers de demande d'aides financières mais pour l'instant tout n'a pas été validé », précisent Jean-Marc Doisne, président de France Alzheimer 62 et Éric Batcave, directeur du pôle médico-social de l'AHNAC. L'investissement – entre 40 000 et 50 000 euros – est lourd, mais c'est à ce prix que les résidents pourront bénéficier de la thérapie. « Nous avons pu visiter et tester le ►

« En ayant l'impression de sortir momentanément de l'EHPAD, cette approche non médicamenteuse réduit le stress et l'agitation des personnes atteintes d'Alzheimer. »

► *site aménagé depuis deux ans au sein de l'EHPAD Notre-Dame-de-la-Treille de Valenciennes, racontent-ils. Nos échanges avec le personnel de l'établissement ont mis en lumière les avantages d'une telle installation pour certains patients. Nous avons donc décidé de tenter l'aventure ensemble afin d'aménager une salle similaire dans le Pas-de-Calais ».*

En voiture !

Le principe de la thérapie est simple : les résidents qui le souhaitent prennent position dans l'espace « gare », où un tableau, une horloge et un banc permettent de recréer l'ambiance d'un quai. « Ils prennent même leur manteau et une valise », raconte Jean-Marc Doisne. Ces voyageurs réguliers prennent ensuite place dans le wagon avec un membre de l'équipe formé à la thérapie. C'est l'heure du départ. Le train s'ébranle, s'élanche. Installé à la fenêtre, un écran fait défiler les quais, les autres trains vers lesquels se pressent les voyageurs, puis les paysages. Confortablement installés dans leur siège, les résidents sont invités à dialoguer avec le soignant. Communication, apaisement, expression d'émotions, mais aussi stimulation de la mémoire et éveil sensoriel,

sont au cœur de cette thérapie qui joue également sur l'envie d'ailleurs des patients, celle qui mène, souvent, à des fugues. « En ayant l'impression de sortir momentanément de l'EHPAD, cette approche non médicamenteuse réduit le stress et l'agitation des personnes atteintes d'Alzheimer », explique Éric Batcave. Elle pourrait donc, à terme, permettre de réduire le recours à certains traitements médicamenteux, notamment ceux utilisés pour la prise en charge de l'anxiété.

Des effets prometteurs à Valenciennes

« Dans les établissements ayant déjà installé ce dispositif, l'expérience a montré un impact positif parmi les résidents, ajoute Jean-Marc Doisne. À Valenciennes, par exemple, une résidente déambulait plus de 10 kilomètres par jour. Elle est désormais plus calme, plus apaisée, et a limité ses déplacements à 3 kilomètres par jour. Les équipes soignantes ont même pu réduire son traitement contre l'angoisse ! ». Tous les résidents ne sont, naturellement, pas aussi réceptifs à la thérapie. Ils doivent, entre autres, être atteints

« Comme pour toute thérapie, c'est un soin qui doit être régulier et s'inscrire dans la durée pour avoir des effets positifs. »

d'une forme avancée de la maladie, incluant une forte désorientation spatio-temporelle. « Nous avons eu deux échecs avec des résidentes qui ont tout de suite réalisé la virtualité du train », racontait récemment Audrey Varasse, psychologue à l'EHPAD Notre-Dame-de-la-Treille de Valenciennes, aux journalistes de *Ça m'intéresse*.

Des dizaines de bénéficiaires potentiels dans le Pas-de-Calais

Pour les résidents adeptes de la méthode, les séances, d'une durée de dix à trente minutes, sont répétées plusieurs fois par semaine. « Comme pour toute thérapie, c'est un soin qui doit être régulier et s'inscrire dans la durée pour avoir des effets positifs », note Jean-Marc Doisne. C'est justement pour cela que l'AHNAC et France Alzheimer 62, qui envisageaient au départ une structure itinérante, ont dû asseoir leur projet dans un lieu précis : l'EHPAD L'Aquarelle. Situé à Bully-les-Mines, en périphérie de Lens dans le Pas-de-Calais, l'établissement est spécialisé dans l'accueil des personnes atteintes d'Alzheimer ou de troubles apparentés. Il compte 48 lits, dont deux unités d'hébergement renforcé (UHR) de douze lits et un accueil de jour d'une capacité de huit personnes. « Si le projet voit le jour, il bénéficiera autant aux résidents réguliers qu'aux personnes inscrites à l'accueil de jour », précise Éric Batcave. Sans oublier les adhérents de France Alzheimer 62, « et même les personnes prises en charge dans d'autres structures environnantes », ajoute Jean-Marc Doisne. « Le projet n'étant pas finalisé, nous n'avons pas encore défini l'ensemble des modalités. Il est toutefois prévu qu'un calendrier soit établi pour préciser les temps d'utilisation de chacun », explique le président de France Alzheimer 62. Ce partenariat entre AHNAC et France Alzheimer 62 pourrait ainsi permettre à plusieurs dizaines de personnes du département de tirer profit de cette thérapie certes non conventionnelle, mais qui n'en offre pas moins un apaisement souvent nécessaire pour ceux qui souffrent d'une forme avancée de la maladie d'Alzheimer. / Aurélie Pasquelin /



GRAND VIA

À l'intérieur du wagon, un écran crée l'illusion du mouvement.