



**MAIA 06**  
Cannes Pays de lérins

L'intégration des acteurs  
pour l'autonomie  
des personnes âgées

Entrer en maison de retraite :  
**ça se décide,  
ça s'anticipe.**



L'entrée  
en **maison  
de retraite**  
(EHPAD\*)

Une solution ?  
Pour qui ?  
Pourquoi ?  
Pour quand ?

Établissement  
d'Hébergement pour  
Personnes Âgées  
Dépendantes



Le principe de respect du souhait des personnes et de leur liberté individuelle prévaut en ce qui concerne le choix de leur domicile.

Cependant, il est parfois mis à mal lorsque la personne âgée éprouve soudain des difficultés à demeurer chez elle et qu'il faut trouver une solution rapidement.

Or, une entrée en EHPAD se passe d'autant mieux qu'elle a été préparée en amont.

Forts de ce constat, des professionnels de gérontologie du territoire de la MAIA Cannes Pays de Lérins ont décidé de diffuser deux documents d'information à destination des professionnels et du public.

Ces deux brochures, distribuées par les professionnels ont pour objectif d'aider les personnes âgées dans leurs choix, en leur apportant des conseils et des informations précises et concrètes sur deux thèmes spécifiques :

« *Entrer en maison de retraite :  
ça se décide, ça s'anticipe* »

« *Entrer en maison de retraite :  
se renseigner, se préparer* ».

Nous vous souhaitons une excellente lecture !

Entrer en maison de retraite :  
**se décide,  
ça s'anticipe.**

## S O M M A I R E

Les 12 bonnes raisons d'anticiper .....	4
Préjugés et réalités sur la vie en EHPAD : vrai ou faux .....	6
Préjugés et réalités sur la vie en EHPAD : Solutions .....	7
L'entrée en EHPAD, en parler .....	11
Prévoir de ne plus pouvoir décider .....	13
Auto-évaluation : L'EHPAD, est-ce fait pour vous .....	14
Résultats .....	16
Pour vos démarches et votre information .....	18
Remerciements .....	19

# Les 12 bonnes raisons d'anticiper

Entrer en maison de retraite, je verrai ça le moment venu, pourquoi devrais-je anticiper ?

1

Décider moi-même, de mon projet être acteur de vie

2

Protéger mon entourage pour qu'il ne soit pas obligé de décider pour moi.

3

Choisir l'EHPAD qui me correspond le mieux :

- si possible proche de mon domicile, ce qui me permettra de garder mes repères et habitudes,
- dans une autre région pour me rapprocher de ma famille etc.

4

Il peut exister des délais d'attente (parfois quelques mois)

5

Une situation de crise pourrait se présenter (chute, hospitalisation) et compliquer mon retour à domicile.

6

Une entrée précipitée et non préparée altérerait ma liberté de choix et me rendrait l'adaptation plus difficile

7

Les délais d'attente associés à une situation de crise pourraient me contraindre à prendre l'unique place qui se présente.

8

Être serein vis-à-vis des questions financières que j'aurais étudiées à l'avance.

9

Réfléchir à l'avenir de mon logement et de l'ensemble de mes biens

10

Me préparer psychologiquement pour mieux vivre le changement.

11

Me protéger.

12

Après tout, ça n'engage à rien

Le non respect des choix de la personne, les entrées précipitées peuvent avoir une incidence grave sur la santé (syndrome de glissement, ré-hospitalisation, dépression, etc.). À domicile, ou en EHPAD, je reste une personne à part entière, capable d'exprimer et de faire des choix, désireuse de liberté et de respect

### 11 questions pour tester votre opinion sur les EHPAD :

Vrai Faux

1 C'est une maison de retraite médicalisée.

 

2 C'est réservé aux personnes grabataires.

 

3 C'est un mouiroir, un hospice.

 

4 Vivre en EHPAD coûte cher.

 

5 L'EHPAD est synonyme d'enfermement.

 

6 Les horaires de lever, de repas et de coucher sont imposés aux résidents.

 

7 La cuisine est souvent peu appréciée par les résidents.

 

8 L'EHPAD est synonyme de rupture avec la famille, l'entourage.

 

9 C'est un hôpital.

 

10 Des activités sont proposées régulièrement.

 

11 C'est le dernier lieu de vie.

 

### 1 L'EHPAD est une maison de retraite médicalisée : vrai.

Le sigle EHPAD signifie « Etablissement d'Hébergement pour Personnes Âgées Dépendantes ». Cette appellation désigne ce qu'on appelle communément les maisons de retraite médicalisées.

Ces établissements sont à distinguer des Résidences Autonomies, appelées anciennement foyer-logements qui ne sont pas accessibles aux personnes dépendantes.

Toute personne reste libre de choisir son lieu de vie, même sous protection juridique, à défaut d'une décision expresse du juge des tutelles

### 2 L'EHPAD est réservé aux personnes grabataires : faux.

Comme son nom l'indique, l'EHPAD est adapté aux personnes âgées dépendantes et s'adresse aux personnes qui ont un besoin d'accompagnement dans les actes de la vie quotidienne. Cependant, il peut accueillir des personnes âgées relativement autonomes.

### 3 L'EHPAD est un mouiroir, un hospice : faux.

L'évolution de l'appellation s'accompagne d'une franche évolution des établissements. Aujourd'hui, une part importante des anciens établissements ont été ou sont en cours de rénovation pour pouvoir répondre aux normes d'accueil (notamment les chambres individuelles). Les équipes sont aujourd'hui constituées de professionnels qualifiés et ne reposent plus sur la charité.

Les personnes en fin de vie peuvent bénéficier d'un accompagnement privilégié par des professionnels, décidé si possible avec la personne concernée et son entourage.

#### 4 Vivre en EHPAD coûte cher : **vrai et faux.**

Vrai, si l'on compare le tarif moyen d'un EHPAD aux pensions de retraites moyennes. Faux, si l'on compare le coût de l'EHPAD avec le coût des aides à domicile 24h/24. Faux également, si l'on considère que certains résidents voient le tarif pris en charge par les aides publiques.

*Plus d'informations sur les tarifs et les aides financières dans le LIVRET 2 « Entrer en maison de retraite : ça se prépare ».*

#### 5 L'EHPAD est synonyme d'enfermement : **faux.**

Le résident est libre d'aller et venir dans la mesure où il prévient l'établissement si ces sorties ont une incidence sur l'organisation quotidienne (absence au repas, vacances, etc.).

En EHPAD, il existe des obligations communes imposées par la réglementation. Cependant, en matière de fonctionnement et pour la vie quotidienne, chaque établissement a une organisation qui lui est propre.



#### 6 En EHPAD, les horaires de lever, de repas et de coucher sont imposés aux résidents : **vrai et faux.**

Les repas du midi et du soir sont proposés à un horaire fixe, le service de restauration n'étant pas présent en continu. Concernant le petit déjeuner, certains établissements proposent un service personnalisé, sur la base d'une tranche horaire élargie.

Les EHPAD respectent autant que possible les horaires de lever et de coucher souhaités par les résidents. Les habitudes de vie sont recueillies au moment de l'entrée.

#### 7 En EHPAD, la cuisine est souvent peu appréciée par les résidents : **vrai et faux.**

La restauration collective est faite de contraintes qui influent directement sur l'appréciation de la cuisine par les résidents. En dehors des menus, la pathologie de certains résidents impose un régime ou une présentation (mixée, hachée, etc.) des repas spécifique (sur prescription médicale).

Il existe des commissions repas dans les établissements auxquelles sont conviés les résidents.

#### 8 L'EHPAD est synonyme de rupture avec la famille, l'entourage : **faux.**

Les résidents sont libres de recevoir des visites dans le respect du fonctionnement de l'établissement.

#### 9 L'EHPAD est un hôpital : **faux.**

L'hôpital est un lieu de soins, alors que l'EHPAD est un lieu de vie où l'on peut recevoir des soins. En EHPAD, le résident reste décideur de son médecin traitant. La prise en charge financière est différente à l'hôpital et en EHPAD. Il existe également des établissements sanitaires destinés à l'hébergement des personnes âgées ayant perdu leur autonomie et dont l'état nécessite une surveillance et des soins médicaux constants. Ce sont les Unités de Soins Longue Durée (USLD).

## 10 En EHPAD, des activités sont proposées régulièrement : **vrai**.

L'entrée en EHPAD est l'occasion pour certains résidents de retrouver une vie sociale, ce qui peut se faire à travers des activités proposées par l'établissement. Si les équipes encouragent les résidents à y participer, la décision appartient à ces derniers.

Décider d'entrer en EHPAD n'est pas un choix anodin. C'est l'aboutissement d'un cheminement, fait d'allers-retours qui sera plus ou moins long selon les personnes.

### Avec qui en parler ?

Le plus souvent, plusieurs personnes sont concernées par cette question de l'entrée en EHPAD :

- la personne elle-même
- son conjoint
- ses enfants
- d'autres membres de la famille ou de l'entourage
- etc.

Pour des raisons variées, la perception du besoin d'entrer en EHPAD est parfois différente entre toutes ces personnes.

### Pourquoi en parler ?

Dans cette configuration, dialoguer peut permettre à chacun d'exprimer ses inquiétudes et les motifs qui l'amènent à penser qu'une entrée en EHPAD serait ou ne serait pas bénéfique :

- « Je m'inquiète de te savoir seule la nuit chez toi. »
- « Je culpabilise de ne pas être davantage disponible. »
- « Vous ne viendrez plus me voir si je ne suis plus à la maison. »
- etc.

## 11 L'EHPAD est le dernier lieu de vie : **vrai et faux**.

C'est le cas le plus souvent. Toutefois les résidents en EHPAD sont libres de décider de leur lieu de vie et peuvent choisir de quitter l'EHPAD en respectant le délai de préavis mentionné au contrat. En revanche, quitter l'établissement nécessite d'anticiper et de préparer le futur lieu de vie surtout si l'habitation précédente a été vendue, ou le bail résilié.



## En parler

## Prévoir de ne plus pouvoir décider

Il pourra alors être recherché des solutions permettant de rester à domicile en levant les inquiétudes de l'entourage (mettre en place la téléalarme, augmenter le nombre d'heures d'aide à domicile, etc.).

Il pourra aussi être décidé de se renseigner sur l'organisation de la vie en EHPAD et peut-être de visiter des établissements ou de faire des séjours temporaires pour essayer.

### Quelle place pour les professionnels dans ces échanges ?

N'hésitez pas à contacter les professionnels qui pourront vous communiquer toutes les informations utiles, tant sur les aides à domicile que sur les établissements et qui pourront vous accompagner dans votre réflexion en toute neutralité :

- le médecin traitant de la personne âgée
- l'infirmier
- l'aide à domicile
- l'assistante de coordination du CLIC
- le gériatre
- l'assistante sociale de l'hôpital, du CCAS, de la MSD
- etc.



Comme il n'est pas garanti que nous soyons en capacité de décider le moment venu, il est possible de désigner à l'avance une personne qui prendra pour nous les décisions importantes, dans le respect de nos valeurs, de nos volontés, etc. Il s'agit du **mandat de protection future**.

*Réf : Article 477 à 494 du Code civil*

Le mandat de protection future permet à une personne de désigner à l'avance la ou les personnes qu'elle souhaite voir être chargées de veiller sur sa personne et/ou sur tout ou partie de son patrimoine, pour le jour où elle ne serait plus en état, physique ou mental, de le faire seule. On appelle « mandant » la personne qui désigne quelqu'un pour veiller sur elle et sur ses affaires. On appelle « mandataire » la personne désignée.

Il existe plusieurs types de mandats : mandat privé, mandat devant un notaire.

Renseignez-vous auprès des professionnels compétents (Tribunal d'Instance, notaires...)

# Auto-évaluation : l' EHPAD, est-ce fait pour vous ?

Il existe plusieurs types d'hébergement pour les personnes âgées de 60 ans et plus (EHPAD, résidence autonomie, famille d'accueil...). Chaque solution a ses spécificités, ses avantages et ses inconvénients.

Le test suivant vous permettra de savoir quel type d'hébergement serait le plus adapté à votre situation. N'hésitez pas à demander l'avis de votre entourage ou d'un professionnel :

## Chez moi,

- je me déplace seul(e) et sans difficulté,
- je me déplace avec une aide (cane, déambulateur, ...),
- je reste dans mon fauteuil ou dans mon lit.

## Quand je sors de chez moi,

- je ne sors jamais sans ma canne ou sans être accompagné(e),
- je sors seul(e),
- je ne sors plus de chez moi.

## Les courses,

- je ne peux plus du tout faire mes courses,
- je les fais seul(e),
- je peux faire mes courses, mais j'ai quand même besoin de l'aide de quelqu'un.

## L'entretien du logement,

- je le fais moi-même,
- je ne le fais plus,
- je le fais en partie, mais je suis aidé(e) par une aide à domicile.

## Quand il s'agit de cuisiner,

- je n'ai plus envie de préparer mes repas alors j'ai une aide extérieure (portage, aide à domicile, famille),
- je ne peux plus préparer mes repas,
- je prépare mes repas seul(e).

## La toilette et l'habillement,

- j'ai besoin d'être aidé(e) complètement,
- j'ai besoin d'aide pour certains gestes seulement,
- je fais ma toilette et m'habille seul(e).

## Côté mémoire,

- je considère que j'ai une « mémoire d'éléphant »,
- parfois, j'oublie des choses, comme ce que j'ai mangé la veille,
- j'ai souvent l'impression d'être perdu(e).  
Il m'est déjà arrivé de ne pas réussir à rentrer chez moi.

Total ● :

Total ● :

Total ● :

# Résultats

## Vous avez une majorité de ●

Vous êtes autonome et vous vous sentez parfaitement bien à domicile. N'hésitez pas à pratiquer les activités dédiées aux seniors qui vous permettront de conserver longtemps votre autonomie (prévention des chutes, atelier mémoire, etc.). Vous n'avez pas fait ce test par hasard, profitez d'être en pleine possession de vos moyens pour parler de l'avenir avec vos proches et pourquoi pas, rédiger ensemble un mandat de protection future.

## Vous avez une majorité de ●

L'EHPAD serait une solution prématurée pour vous. Vous rencontrez des difficultés au quotidien plus ou moins importantes (pour faire le ménage, ou les courses). Des solutions intermédiaires à l'EHPAD s'offrent à vous (contactez le CLIC ou le CCAS de votre commune pour les étudier) :

- mettre en place davantage d'aides à domicile,
- emménager dans une résidence autonomie.

Les résidences autonomie disposent de logements individuelles tout en proposant des services collectifs, la restauration du midi par exemple. Ils sont réservés aux personnes à partir de 60 ans, qui sont valides et capables de vivre de manière habituelle dans un logement indépendant, mais pouvant avoir occasionnellement besoin d'être aidées. Vous pouvez commencer à réfléchir à votre futur lieu de vie, en parler avec vos proches et peut-être vous renseigner sur les établissements qui existent près de chez vous. Ces informations vous seront peut-être utiles plus tard... ou peut-être pas.

## Vous avez une majorité de ●

L'EHPAD est une solution qui pourrait être adaptée à vos besoins. Rapprochez-vous du CLIC ou du CCAS de votre commune pour étudier plus précisément votre situation et rechercher les solutions qui seraient adaptées pour vous.



**Entrer en EHPAD** est un questionnement qui nécessite de prendre le temps de réfléchir à sa situation personnelle, ses souhaits, ses craintes, mais aussi d'échanger avec ses proches.

Si ce questionnement devient une préoccupation concrète, il est alors essentiel de clarifier ses priorités, ses besoins et ses capacités financières.

Des professionnels sont là pour vous renseigner et vous accompagner.

**Anticiper** ne signifie pas s'engager, il s'agit avant tout de dialoguer, de se préparer, de s'informer.

## Pour vos démarches et votre information

## Remerciements

La première des étapes consiste à se procurer la liste des établissements auprès des lieux d'information :

### ➤ Le CCAS de votre commune :

- **CANNES : Centre Communal d'Action Sociale (CCAS) et CLIC de Cannes (Centre Local d'Information et de Coordination gérontologique)**  
22, rue Borniol 06400 Cannes - Tél : 0800 06 20 20
- **LE CANNET : Centre Communal d'Action Sociale (CCAS) et service Proxi Senior**  
13 av des Écoles 06110 Le Cannet - Tél : 04 92 18 40 89
- **MANDELIEU-LA NAPOULE : Centre Communal d'Action Sociale (CCAS) - 89, avenue de Fréjus, Carrefour de l'Espace - 06210 Mandelieu-La Napoule - Tél : 04 92 97 30 50**
- **MOUGINS : Centre Communal d'Action Sociale (CCAS),**  
687, bd Clément Rebuffel - 06250 Mougins - Tél : 04 92 92 48 00
- **THÉOULE SUR MER : Centre Communal d'Action Sociale (CCAS) -**  
1, place Général Bertrand - 06590 Théoule-sur-Mer - Tél : 04 92 97 47 74

### ➤ Le Centre de Prévention Médicale (CPM) - Conseil Départemental :

291 avenue du Général de Gaulle, « Les Dryades » Le Cannet **04 89 04 33 50**

Le Centre de Prévention Médicale réalise les évaluations à domicile des demandes d'APA (Allocation Personnalisée d'Autonomie) ainsi que la coordination gérontologique.

### ➤ Les Maisons des Solidarités Départementales (MSD) - Conseil Départemental :

Elles assurent l'information, l'orientation des personnes et la mise en place des plans d'aide (en fonction des communes).

#### ➤ MSD - Cannes-Est

11, boulevard Oxford - 06400 Cannes - **04 89 04 34 30**

#### ➤ MSD - Cannes-Ouest

Palace Center - Bât. 1 Z.I. des Tourrades, 2<sup>e</sup> étage - 06210 Mandelieu-La-Napoule - **04 89 04 33 70**

#### ➤ MSD - Le Cannet - Les Dryades, 53 Bd. de la République - 06110 Le Cannet - **04 89 04 33 10**

#### ➤ Le numéro Allo Seniors 06 : **0 800 74 06 06**

Un numéro vert unique à destination des personnes âgées et de leurs familles pour des renseignements, orientations et accompagnements dans la vie quotidienne.



La refonte de ce livret a été impulsée par le Groupe de travail de la MAIA Cannes Pays de Lérins : « Préparer les entrées en EHPAD » composé de :

- F. ALLARI, Directeur SAD Enfidesia
- S. ARNOULD, Responsable Service Social, CCAS Cannes
- P. ARROYO, Assistante Sociale, CH Cannes, EHPAD Isola Bella
- P. BARAT, Médecin coordonnateur, EHPAD Tiers Temps le Cannet
- M. BARBIERI, Responsable Service Social CCAS Le Cannet
- C. BOUCHET-LAGRUE, IDE Libérale
- P. BOYER, Médecin, Service Gériatrie, CH Cannes
- J.S. DAWY, Cadre socio-éducatif CH Cannes
- S. DIMITRESCU, Assistante Sociale, CCAS Cannes
- P. FARAJ, Délégué SYNERPA 06
- G. GASTAUD, Directeur EHPAD Résidence du Midi, Cannes
- E. GIUSTI, Directrice CCAS Mougins
- P. GIULIANI, Gériatre à Cannes, Médecin coordonnateur EHPAD
- G. GUILLON-NOBLET, Directrice adjointe CH Cannes (personnes âgées)
- V. LAPORTE, Pilote MAIA
- A. LAURE, Responsable du CLIC de Cannes

Y. MICHELSEN, Infirmière évaluatrice APA, Conseil Départemental 06

M. MORIN, Assistante Sociale, SSR IPOCA

A. NEGOESCU, médecin, SSR IPOCA  
N. PERU, Assistant Social, CH Cannes

V. ROUBAUDI, Directrice CCAS Théoule s/ Mer

M.H. SALLARES, COSI, Equipe Mobile Alzheimer

C. SCHIAVI, Responsable Bureau des entrées, CH Cannes

V. VAROUX, Cadre de santé, CH Cannes

C. YERN, IDEC, COSI

A. ZEGGAGH, Médecin coordonnateur, EHPAD Aga Khan, le Cannet

CONSEIL DEPARTEMENTAL des Alpes-Maritimes : Médecin resp. du Groupe Territorial de Santé et Déléguée de Territoire

**Les partenaires de la MAIA Cannes Pays de Lérins tiennent à remercier le CLIC 6 (Val de Marne) dont le travail d'élaboration d'un premier livret a très largement contribué à la réalisation de celui-ci.**



**MAIA 06**  
**Cannes Pays de lérins**

L'intégration des acteurs  
pour l'autonomie  
des personnes âgées

Édition MAIA Cannes Pays de Lérins

Impression : CEF - Nice

Crédit photo : Shutterstock

Mise en page : Direction de la Communication - Cannes

Date : février 2018