



Point fort

## Alimentation et bien-être

### Développement continu de l'AI

Le Conseil fédéral ne remet pas en question les formations en atelier protégé.

### Sexualité et couple

Pour que les personnes en situation de handicap puissent vivre leur sexualité dans une institution.

# Chère lectrice, cher lecteur,

**Offrir une bonne qualité de vie:** l'objectif est solidement ancré dans les chartes des institutions. Des facteurs les plus divers déterminent la qualité de vie des personnes accompagnées, notamment la qualité du soutien apporté ainsi que la possibilité de participer, de donner son avis et de décider par soi-même. Un autre élément central concerne la santé de la personne, qui est fortement influencée par son alimentation et sa forme physique. Dans ce cadre, les institutions peuvent aussi contribuer pour beaucoup, en mettant à disposition une offre riche et variée.



Comme le montrent les exemples de bonnes pratiques dans le dossier de cette édition sur l'alimentation et le bien-être, la promotion de la santé ne requiert pas de gros budgets. Ce qui importe davantage, c'est que l'institution favorise la prise de conscience de l'importance d'une alimentation équilibrée et d'une activité physique adéquate et développe progressivement une offre adaptée. Dit autrement et pour citer Marius Ritzhaupt de la Fondation Birkenhof, à Berg, (page 8): «Pour réussir, il n'est pas nécessaire de voir grand, mais de commencer petit. Ensuite, une chose en appelle une autre.»

**Cette édition aborde également d'autres thèmes** qui animent le secteur. Ainsi, nous avons jeté un regard sur le développement continu de l'AI (page 12) et en avons esquissé les conséquences sur la Formation pratique (FPra). Ailleurs, nous rendons compte du nouvel examen professionnel de spécialiste en accompagnement de personnes en situation de handicap, qui répond à un besoin avéré de la branche (page 14). Enfin, nous nous sommes emparés d'un sujet parfois encore tabou, celui de la sexualité, de l'intimité et du couple dans les modèles d'habitat collectif. Nous souhaitons ainsi contribuer à une réflexion active et à une position claire sur ces questions (page 16).

Je vous souhaite bonne lecture!

Peter Saxenhofer  
Directeur d'INSOS Suisse

## Sommaire

- 2 Éditorial
- 11 Assurer la sécurité au travail
- 12 Davantage de clarté dans la Formation pratique
- 14 Un nouvel examen pour un meilleur accompagnement
- 16 Vivre sa sexualité
- 18 Conseils juridiques
- 19 Internet avec un petit «plus»
- 20 Événements

Point fort  
**Alimentation et bien-être**

- 3 Manger procure du plaisir - ou pas
- 4 Les interdits ne stimulent pas la prise de conscience
- 6 L'alimentation et moi
- 8 Bonnes pratiques

## Manger procure du plaisir – ou pas

**L'alimentation et le mouvement jouent un rôle important pour le bien-être et la santé. Ils sont déterminants dans l'accompagnement de personnes en situation de handicap. Entre protection et autodétermination, à quoi faut-il être attentif? Notre dossier lève un bout du mystère.**

Manger équilibré, boire beaucoup et bouger suffisamment: la formule pour un corps sain est simple. Pourtant, certaines personnes avec et sans handicap ont de la peine à se tenir à ces règles. Pourquoi? L'ignorance, le stress, la solitude, l'ennui, les maladies psychiques et physiques ou encore les facteurs liés au handicap peuvent avoir un impact important sur le comportement alimentaire, respectivement sur le poids corporel.

En cas de déséquilibre, ce ne sont pas seulement le bien-être et la santé de la personne qui sont affectés, mais également sa confiance en elle, son autonomie et ses relations sociales. «Dans l'accompagnement de personnes en situation de handicap, la bonne gestion de l'activité physique et de l'alimentation joue un rôle essentiel», prévient Samuel Häberli, responsable du domaine Cadre de vie auprès d'INSO Suisse.

### S'inspirer des bonnes pratiques

Ce n'est donc pas un hasard si INSOS participe activement au programme de promotion de la santé monéquilibré de Migros. «Notre but est de transmettre aux institutions des impulsions et des idées pour la promotion de la santé à partir

d'exemples de bonnes pratiques», explique Samuel Häberli. Nous vous présentons dans cette édition le projet gagnant 2016 de la Fondation Birkenhof, à Berg, ainsi que deux autres exemples de bonnes pratiques (pages 8 à 10).

### Aider à faire le bon choix

La question de l'alimentation est solidement ancrée dans notre quotidien (lire pages 6 et 7). Par conséquent, les institutions évoluent constamment dans le champ de tension entre autodétermination et protection. «Gérer cela est un défi», constate Susanne Lizano, cheffe de projet chez Procap. «Il est important de favoriser la participation, d'aider la personne accompagnée à faire le 'choix sain' avec des mets délicieux et joliment dressés et d'éveiller avec créativité son intérêt pour une bonne alimentation.» Beatrice Sterren, diététicienne à la Fondation Bernaville, à Schwarzenburg, abonde dans le même sens: «Les professionnels ne doivent pas être des policiers de l'alimentation, mais des coaches», souligne-t-elle dans notre interview (page 4).

| Barbara Lauber

[www.meingleichgewicht.ch](http://www.meingleichgewicht.ch) > FR

# «Les interdits ne stimulent pas la prise de conscience»

**On ne peut pas imposer une alimentation équilibrée, ni une activité physique. Comment réussir alors malgré tout à motiver les personnes accompagnées à une vie saine? Beatrice Sterren, responsable de l'intendance et diététicienne à Bernaville (BE) en est convaincue: les personnes doivent être invitées de façon ludique et sympathique à modifier leur comportement.**

**Madame Sterren, vous avez ouvert il y a deux ans une consultation nutritionnelle à Bernaville. Pourquoi cette prestation vous tenait-elle tant à cœur?**

En tant que responsable de l'économie domestique, j'ai toujours été confrontée aux questions liées à l'alimentation. Elles concernaient surtout les personnes en surpoids et les personnes âgées qui ne mangent presque plus. Comme le sujet m'intéressait, j'ai entrepris une formation de diététicienne en cours

Les raisons sont diverses. Il peut y avoir à l'origine du surpoids d'une personne handicapée un métabolisme ralenti par les médicaments ou une activité physique insuffisante. Le plus souvent, ces personnes ne connaissent pas et ne ressentent pas leur propre besoin énergétique. Ou alors, la nourriture est une façon de compenser les sentiments négatifs tels que l'ennui, la solitude ou le stress.

**Les institutions ne peuvent donc pas faire l'économie du débat autour de l'alimentation?**

Absolument. Se préoccuper des questions nutritionnelles n'est pas un luxe. Une alimentation équilibrée et une activité physique suffisante sont la base d'une bonne santé et du bien-être. Je suis convaincue que les prescriptions de médicaments et les visites chez le médecin diminuent et que la qualité de vie augmente lorsque les institutions misent sciemment sur la promotion de la santé.

**Concrètement, comment une institution peut-elle contribuer à une alimentation plus saine?**

À Bernaville, j'ai commencé par

développer un nouveau concept alimentaire auquel notre chef de cuisine se réfère depuis lors. Désormais, les plats sont cuisinés avec moins de graisse et plus de légumes. Les portions des collations disponibles à la cafétéria ont également été revues: elles ne comptent plus que 200 kilocalories. La consultation nutritionnelle est une autre offre importante que tous les professionnels et résidents connaissent aujourd'hui. Je donne des conseils en fonction des besoins, je conduis une fois par année

**«Il n'est pas rare de voir des personnes en surpoids intérioriser l'idée que manger confère un sentiment de bien-être.»**

des entretiens avec chaque équipe sur les questions alimentaires et j'organise des formations continues pour les professionnels et pour les personnes accompagnées.

**Est-ce que le personnel gère différemment la question de l'alimentation aujourd'hui?**

La prise de conscience d'une alimen-

tation saine s'est renforcée. Les professionnels de l'accompagnement me contactent quand ils ont besoin d'aide et tentent de comprendre ce qui peut se jouer derrière certains comportements alimentaires.

**Durant longtemps, les régimes prescrits par le médecin étaient la panacée.**

Oui, mais cela n'a ni fonctionné ni permis de responsabiliser les résidents. Les interdits ne stimulent pas la prise de conscience. Cela ne peut réussir qu'avec une information adaptée, l'implication active de la personne concernée et la recherche de solutions attrayantes.

**Quelles sont les difficultés auxquelles les nutritionnistes sont confrontés en institution?**

L'une des difficultés, par exemple, est d'accompagner des seniors qui ne mangent plus correctement. Les institutions aimeraient leur assurer une bonne vie jusqu'à un âge avancé mais peinent souvent à y parvenir avec leurs propositions. Nous cherchons comment nous inviter malgré tout ces personnes à manger. Pour les personnes vivant avec de troubles cognitifs sévères, nous avons élaboré des cartes-images qui évoquent la nourriture avec des illustrations simples. Pour ce qui est du surpoids, nous tentons également de motiver ces personnes à bouger davantage.

Choisir une alimentation saine avec des repas légers et des légumes frais: la cuisine de Bernaville. | Photo: M. Luggen

**Quels sont les ingrédients d'un accompagnement réussi?**

L'accompagnement doit être pensé sur mesure, pour motiver de façon ludique la personne à changer son comportement. Que ce soit avec plus de légumes, des portions plus petites, des snacks plus sains ou davantage de sport. Chez les jeunes, la collaboration avec les proches est importante, afin que tous tirent à la même corde. Il est aussi bon d'examiner la biographie alimentaire. Il n'est pas rare de voir des personnes en surpoids intérioriser l'idée que manger console, rassure et confère un sentiment de bien-être. Il faut alors rechercher ce que cette personne pourrait faire d'autre.

**Pour les professionnels, la question de l'alimentation reste un numéro d'équilibre entre protection et autodétermination.**

À long terme, une mauvaise alimentation nuit à la santé. Il faut donc déployer beaucoup de créativité pour motiver une personne à s'alimenter plus sainement. Il est parfois judicieux d'associer un psychologue. Mais si une personne refuse, nous devons respecter sa décision. Les professionnels ne sont pas des policiers, mais des coaches qui doivent guider au mieux les personnes sur leur chemin.

| Interview: Barbara Lauber

[www.bernaville.ch](http://www.bernaville.ch)

## Pratique

### La pyramide alimentaire suisse

La pyramide alimentaire à six étages de la Société Suisse de Nutrition (SSN) montre la composition équilibrée des aliments, qui vaut aussi pour les personnes handicapées. À noter: 1) principalement des boissons non sucrées, 2) des légumes 3 x par jour, et des fruits 2 x par jour, 3) 3 portions par jour de produits céréaliers, légumineuses et pommes de terre, 4) 3 portions par jour de produits laitiers, 1 portion par jour de viande, poisson, œuf ou tofu, 5) pour les matières grasses et fruits à coque, 20 à 30 grammes de chaque par jour, 6) sucreries et snacks salés avec modération. Plus d'info sur: [www.sge-ssn.ch](http://www.sge-ssn.ch)

### Maladies liées à l'alimentation

Selon la nature du handicap, des maladies liées à l'alimentation peuvent apparaître, comme la maigreur ou le surpoids, les maladies cardio-vasculaires, les douleurs gastro-intestinales chroniques, l'hypertension, les troubles du comportement alimentaire, les dérèglements du métabolisme, etc. Par ailleurs, la perception de la faim et de la satiété peut être altérée et la dépense énergétique plus élevée (spasticité) ou plus basse (fauteuil roulant). Les personnes concernées ne sont pas toujours en mesure de faire part de leurs troubles. Dans ces cas, un monitoring du poids et des symptômes peut être utile: variations importantes du poids, reflux, diarrhée/constipation, changements d'humeur et de comportement, etc. Source: Principes de base et recommandations. Alimentation – santé et handicap. À télécharger gratuitement sur: [www.procrap-bouge.ch](http://www.procrap-bouge.ch)

Beatrice Sterren est diététicienne à la Fondation Bernaville, à Schwarzenburg.



d'emploi. Ainsi, depuis 2013, je conseille à Bernaville des personnes en situation de handicap, des accompagnants ainsi que des proches.

**Le surpoids est une préoccupation dans de nombreuses institutions. Pourquoi?**

# L'alimentation et moi

L'alimentation est un élément très important du quotidien tant privé que professionnel.

Quels sont les mécanismes qui rendent l'alimentation centrale dans nos vies? Deux spécialistes\* nous aident à faire le point entre nourriture, bien-être et santé.

## Pour tous nos besoins

«Bien manger est bâtisseur. Manger, c'est faire rentrer dans notre corps des choses qui nous font grandir, au niveau physique et psychologique. La nourriture répond à tous nos besoins», dit Kilien Stengel en citant la pyramide de Maslow qui, justement, définit les besoins de l'homme, selon cinq niveaux : physiologie, sécurité, appartenance, estime et accomplissement.

## Un marqueur social

L'alimentation est un élément de distinction culturelle et sociale et participe à l'identité de chacun d'entre-nous. «Quand vous préparez un dîner pour des invités, vous engagez votre identité: vous calculez ce qui vous fait plaisir, ce qui devrait leur faire plaisir, et ce que vous pouvez exécuter avec vos capacités culinaires. Avec l'espoir de recevoir l'approbation et avec le risque de tomber totalement à côté», explique Kilien Stengel.

## Pour se faire du bien... ou du mal

La nourriture est un moyen de s'apaiser qui remonte à notre tendre enfance: quand un bébé a faim, il pleure et quand il reçoit à manger, il se calme. Mais il y a certainement d'autres explications, plus psychologiques, au fait de consommer certains aliments pour se reconforter, par exemple l'éducation: «Si dans notre enfance, certains aliments étaient utilisés comme récompense ou réconfort ou leur interdiction comme punition, leur consommation plus tard peut rester associée à de la récompense ou du réconfort», explique Muriel Jaquet.

La nourriture peut aussi être un poison. Par exemple quand on mange trop. Le stress, le manque de temps, le grignotage tendent à perturber notre sentiment de rassasiement. Quant à une nourriture déséquilibrée, elle augmente, à long terme, le risque de développer des maladies. L'offre des supermarchés est ici à surveiller: certains produits, très présents dans les rayons, sont trop riches (en gras, en sucre ou en sel).

### Pour aller plus loin

Les professionnels de la SSN vous donnent les premiers renseignements en matière d'alimentation.

[www.sge-ssn.ch/nutrinfo](http://www.sge-ssn.ch/nutrinfo)

Procap offre un service de conseil pour les institutions ainsi que de nombreux documents utiles à télécharger.

[www.procap-bouge.ch](http://www.procap-bouge.ch)

Le label de l'alimentation équilibrée pour les restaurants.

[www.fourchetteverte.ch](http://www.fourchetteverte.ch)

Le site de bonnes pratiques pour la restauration collective.

[www.gp-gemgastro.ch](http://www.gp-gemgastro.ch)



## Pour les neurones

Si la nourriture est essentielle pour le fonctionnement de notre corps, elle agit aussi sur nos neurones: «Globalement, on peut dire qu'il y a parfois une interaction entre les aliments ingurgités et notre cerveau», dit Muriel Jaquet. Ainsi certains nutriments agissent comme stimulants au niveau du système nerveux central, à l'exemple de la caféine. D'autres nutriments ont une influence sur la production de certains neurotransmetteurs (substance chimique qui délivre des messages à notre cerveau). Les sucres, par exemple, favorisent la production de sérotonine, un messager plutôt apaisant. Mais il existe bien d'autres stratégies pour se faire du bien: le sport, la lecture, la méditation, etc.

## Un moment de partage

Manger est un acte profondément social. Lors d'un repas de famille ou en communauté, par exemple, la nourriture tient le second rang: elle n'est qu'un prétexte pour une rencontre. Ce qui compte, c'est l'interaction entre les convives qui permet le partage et l'échange (ce qui se passe chez les uns et les autres). C'est aussi un moment de transmission, où les anciens enseignent aux plus jeunes. Dans toutes les ethnies, manger est un moment familial, social, politique ou économique. Manger en compagnie est donc un acte qui engage: «Il faut faire avec le discours des autres, la manière dont ils mangent, et ce qu'ils mangent. Cela peut, il est vrai, provoquer des sentiments de malaise chez certaines personnes», souligne Kilien Stengel.

## Les dictatures du goût

Autrefois, le «pouvoir» manger dictait tout. Aujourd'hui, le «comment» manger est important. Et les messages sont contradictoires. Il faut manger bio et de saison, mais en même temps, il faut manger cinq fruits et légumes par jour. Il faut manger local tout en acceptant la mondialisation. Les politiques de santé disent de baisser le nombre de calories ingurgitées, mais l'offre commerciale dit de manger le plus possible. Parallèlement, via les médias (par exemple l'émission de télévision «Top chef») certains tentent de «dicter» le bon goût. Un mouvement contre lequel il faut résister selon Kilien Stengel: «Le bon goût est variable. Il dépend de la personne, du contexte et des produits disponibles. Au lieu d'éduquer «le goût» il faudrait éduquer «les goûts». Et permettre à chacun d'entre nous de construire sa propre identité gustative.»

| France Santi

\*Nos interlocuteurs. Nous remercions Kilien Stengel, enseignant à l'université de Tours (F) pour les informations culturelles et ontologiques et Muriel Jaquet, de la Société Suisse de Nutrition SSN pour les informations d'ordre psychologique et physiologique.

## Savoir commencer petit

Même les petites institutions peuvent développer une promotion durable de la santé. La Fondation Birkenhof à Berg (ZH) en est un bon exemple. Avec peu de moyens, beaucoup d'enthousiasme et l'implication systématique des résidentes et résidents, Birkenhof a réussi à susciter un engouement pour le fitness et une alimentation saine.

Le projet de la petite Fondation Birkenhof, à Berg dans le canton de Zurich, a convaincu le jury: en janvier, elle a reçu l'award monéquilibré 2016. Un jour de fête pour les 18 résidentes et résidents. À leur demande, la fondation a investi le montant du prix dans une nouvelle salle de fitness.

«Depuis, les appareils sont utilisés tous les jours», affirme, ravi, Marius Ritzhaupt, le directeur adjoint. D'ailleurs, il n'en doutait pas. Car depuis que Birkenhof a lancé son projet «En forme comme Federer» en 2015, le mouvement et une alimentation équilibrée sont l'ordre du jour.

«L'engouement pour la thématique était et est encore très fort», relève Marius Ritzhaupt. Aujourd'hui, le large éventail des offres autour des activités physiques et de l'alimentation est bien ancré dans le quotidien. Une séance de gymnastique hebdomadaire est organisée dans le centre de jour, une formation continue sur le thème de la santé a lieu chaque semaine et une soirée sportive est au programme deux fois par mois. Durant les week-ends, les résidents peuvent participer à des cours de cuisine. Et ils ont leur mot à dire sur le plan des menus.

«Entre-temps, nos résidents ont aussi voulu faire du sport en individuel», raconte Marius Ritzhaupt. Deux personnes ont fréquenté le club de fitness de la commune. D'autres ont voulu se mettre au yoga ou faire du vélo plus souvent. «Jamais nous nous attendions à tant d'enthousiasme.»

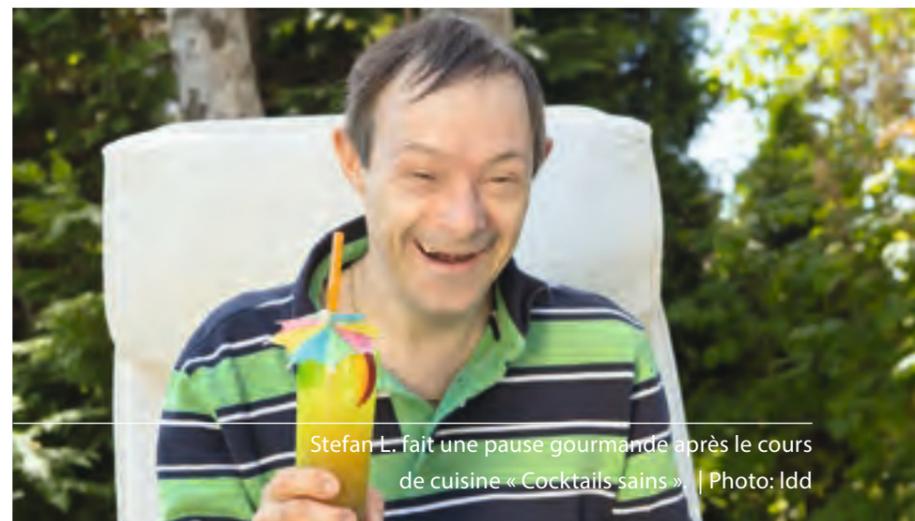
### Nouveau site Internet

Marius Ritzhaupt en est convaincu: «Pour réussir, il n'est pas nécessaire de voir grand, mais de commencer petit. Ensuite, une chose en appelle une autre.»

Pour favoriser le lancement du thème, Birkenhof a créé un site internet sur lequel les institutions peuvent télécharger gratuitement des outils de planification, des check-lists, des questionnaires, etc. «Le nombre de clics est déjà étonnamment élevé.» De l'avis de Marius Ritzhaupt, le facteur de succès décisif a été d'impliquer en permanence les résidents: «C'était leur projet dès le début. Ça les motive aujourd'hui encore.»

| Barbara Lauber

[www.stiftung-birkenhof.ch](http://www.stiftung-birkenhof.ch)  
[www.gesundheitsfoerderung-kleine-institutionen.ch](http://www.gesundheitsfoerderung-kleine-institutionen.ch)



Stefan L. fait une pause gourmande après le cours de cuisine « Cocktails sains ». | Photo: Idd

### Un tournoi qui fait «tilt»

Tout a commencé en 2015 avec un tournoi sportif

dans la commune, auquel les résidents de Birkenhof ont participé. «Après cet événement sportif, ça a fait «tilt», se souvient Marius Ritzhaupt. «À partir de là, nos résidentes et résidents répétaient souvent qu'ils voulaient être en forme.» Pour en savoir plus, la direction a questionné les personnes accompagnées sur ce qu'elles entendaient par «être en forme» et ce qu'elles désiraient concrètement. Suite au sondage, des entretiens ont eu lieu chaque semaine avec les résidents. Petit à petit, les mesures à prendre dans les domaines de l'activité physique et de l'alimentation ont pris forme et se sont multipliées.

GOOD PRACTICE

GOOD PRACTICE

Le projet de promotion de la santé ALTO favorise le bien-être comme la rencontre entre des personnes avec et sans handicap. | Photo: Idd



## Pour le corps et l'esprit

Au CIS Fribourg, le bien-être passe par le corps, la tête, l'assiette...et l'inclusion. Depuis 2013, l'entreprise sociale héberge un espace santé, également ouvert au public. Un menu particulièrement équilibré lui fait écho.

En semaine, durant la pause de midi, les abords du CIS Fribourg ont un petit air de Silicon Valley: rares ne sont pas les collaborateurs actifs dans le quartier d'innovation voisin BlueFACTORY qui viennent déguster les plats frais mitonnés par l'équipe du Voisin, le restaurant de l'entreprise sociale. Depuis 2010, l'ancienne cantine de l'institution est en effet aussi ouverte au public. «Chaque jour, nous proposons quatre menus à choix, dont un végétarien, un 'Fourchette verte' et un 'ALTO Santé', détaille la maîtresse des lieux, Laure Carrard.

Alors que l'acronyme 'Fourchette verte' renvoie à un label santé bien connu aux quatre coins du pays, le menu 'ALTO Santé' est une invention maison, qui fait écho à l'espace novateur du même nom inauguré en 2013 par le CIS.

### Bien-être et confiance

«L'espace santé ALTO envisage le bien-être dans son ensemble, selon une approche holistique de l'être humain», précise sa responsable, Vanessa Vadillo. Pilates, spinning, relaxation, méditation pleine conscience ou encore thérapie verbale et corporelle y sont

réunis sous le même toit. Environ 20 des 120 employés en travail adapté du Centre d'Intégration Socioprofessionnelle (CIS), ainsi que plus de 30 personnes en stage d'évaluation-réinsertion, fréquentent l'espace ALTO. Outre des bienfaits purement physiques, ils en retirent d'autres avantages, tels que la prise de confiance dans leur potentiel et la diminution de la stigmatisation, constate Mme Vadillo.

### Défi financier

Malgré l'accueil très positif réservé à ce projet, les responsables d'ALTO ont été confrontés à un défi de taille, celui du financement. «Il est de trois ordres. L'AI d'une part, dans le cadre des mesures de réadaptation. Des organismes externes d'autre part, que nous démarchons chaque année. Nous avons par exemple été soutenus lors de la phase de lancement par le BFEH et la Loterie romande», note Vanessa Vadillo. Troisième manne financière? L'ouverture au public. «Actuellement, entre 80 et 90 clients externes au CIS profitent de notre offre sur une base régulière.» A terme, l'objectif est d'ailleurs l'autofinancement complet. Il faut dire que la structure a de sérieux

atouts pour séduire les habitants ou travailleurs du quartier: outre la riche palette de suivis individuels, elle propose une bonne vingtaine de cours collectifs hebdomadaires.

Mais attention, que les adeptes des centres de fitness classiques passent leur chemin: «Nous sommes une institution de promotion de la santé. Chez nous, les clients de spinning portent des montres qui mesurent leurs capacités cardiaques. Si ça monte trop haut dans les tours, on leur demandera de baisser le rythme, pas de l'augmenter encore!»

La recherche de fonds constitue certes l'une des principales préoccupations actuelles de Mme Vadillo, mais cela ne l'empêche pas d'envisager un élargissement de la palette des prestations offertes. Le conseil en nutrition pourrait notamment être développé, «par exemple sous la forme d'ateliers théoriques et pratiques en collaboration avec le restaurant Le Voisin.»

| Patricia Michaud

[www.cisf.ch](http://www.cisf.ch)



La cuisine avec des aliments issus de la production biologique fait partie de la philosophie de KORN.HAUS. | Photo: Idd

## Éveiller la curiosité et faire confiance

À KORN.HAUS, à Dussnang (TG), l'alimentation saine et l'exercice physique ont toujours été des éléments essentiels du travail d'accompagnement dans les domaines de l'habitat, du travail et de la formation. KORN.HAUS mise sur la connaissance plutôt que sur les interdits.

L'histoire de KORN.HAUS à Dussnang (TG) et le thème de l'alimentation sont indissociablement liés. La coopérative a été fondée en 1976 par un groupe de jeunes qui partageaient un rêve: proposer des aliments issus de l'agriculture biologique et biodynamique. Une ambition idéaliste dans les années 1970. Pourtant, ils ont réussi: rapidement, ils ont commercialisé leurs produits bio auprès des grossistes, des détaillants et des particuliers sur l'ensemble du territoire suisse.

### Sport et bonus non-fumeur

En 1990, lorsque KORN.HAUS a décidé d'étendre son engagement et de proposer des mesures d'ordre professionnel, tout le monde a été d'accord pour dire que les thèmes de l'alimentation, du mouvement, de l'écologie et de la durabilité devaient être des piliers à la fois importants et indéniables du travail d'accompagnement. En 2012, l'offre a été complétée par des places de travail et d'hébergement pour des personnes touchant une rente AI.

Depuis, KORN.HAUS est restée fidèle à ses valeurs. La cuisine utilise exclusivement des produits biologiques. Chaque semaine, les apprentis FPra pratiquent une heure de sport qui est aussi ouverte aux collaborateurs des places de travail protégées. Chaque mois, un forum ouvert à tous invite au débat sur des sujets liés à la politique, à l'écologie, à la société et à la santé. Et chaque année, KORN.HAUS parvient à motiver ses collaborateurs pour qu'ils participent à l'action «bike to work». Au printemps et à l'automne, les semaines thématiques font la part belle à l'activité sportive, l'alimentation, le bien-être, l'art et la culture. De plus, celle ou celui qui est prêt à arrêter de fumer et qui tient au moins une année, reçoit une récompense de cinq cents francs. Les non-fumeurs devraient eux aussi bientôt être récompensés.

### Respecter le libre choix

«Par notre travail, nous voulons faire en sorte que les jeunes prennent leur vie en mains, qu'ils assument leurs responsabilités et qu'ils prennent librement leurs propres décisions», explique le directeur Maurizio Ciardo. Pour les

collaborateurs, il est important d'approcher les personnes sur un pied d'égalité et de respecter leur besoin de libre choix. «Nous ne voulons contraindre personne à quoi que ce soit, mais faire prendre conscience en montrant les éventuelles conséquences de certains comportements. C'est bien plus durable que les règles et les interdits», affirme Maurizio Ciardo.

### Ne pas devoir, mais vouloir

Celui qui vit ou travaille à KORN.HAUS ne doit pas apprendre en premier lieu ce qu'il doit faire, mais ce que lui-même veut faire. Cela requiert de la part des professionnels une grande confiance dans la capacité des personnes à s'organiser elles-mêmes, mais aussi une aptitude à détecter quand une personne a besoin d'aide, assure le directeur. Dans l'accompagnement, il importe de considérer la personne dans sa globalité. «Nous essayons de trouver de quoi le corps, l'esprit et l'âme ont besoin. Et quel soutien nous pouvons offrir à quel niveau», ajoute Maurizio Ciardo. | Barbara Lauber

[www.korn.haus](http://www.korn.haus)

## Assurer la sécurité au travail

Assurer la sécurité et la santé au travail ne se fait au bon vouloir des employeurs. Il existe pour cela des lois, des ordonnances et de nombreuses directives à respecter. Et il ne s'agit pas d'une mince affaire, selon Rolf Glaus, responsable d'INSOS SECURIT.

Voie de secours, casques et gants de protection, plan incendie, mais aussi grandeur des fenêtres, largeur des escaliers, ergonomie de la place de travail ou limite des nuisances sonores, tout cela et bien plus encore sont cadrés par des directives pour la santé et la sécurité sur le lieu de travail contre les incendies.

La Loi sur le travail et la Loi sur l'assurance maladie, ainsi que diverses ordonnances dictent les grandes lignes de la protection de la santé et de la sécurité des employés. «Il n'est pas toujours facile de s'y retrouver. Elles sont certes complémentaires, mais aussi parfois redondantes ou contradictoires», dit Rolf Glaus, responsable d'INSOS SECURIT, la solution de branche d'INSOS pour la sécurité et la santé au travail.

### Elaborer un concept de sécurité

Pour fédérer tout cela, il existe la Commission fédérale de coordination pour la sécurité au travail (CSFT). Elle coordonne les mesures de prévention, les tâches des organes d'exécution et l'application uniforme des prescriptions. Les directives de la CSFT permettent aux entreprises d'élaborer un concept de sécurité conforme à la loi. Loin de ne concerner que les grandes entreprises ou celles avec des métiers à risques, ces directives s'appliquent

à toute entreprise dès 50 employés pour les métiers dit sans danger (par exemple les bureaux) et dès 10 personnes employées pour tout métier dits dangereux. Par exemple: boulanger, cuisinier, boucher, jardinier...

### Concerne toutes les entreprises

Autant dire que cela concerne sans doute toutes les institutions de personnes avec un handicap. «En fait, même les entreprises qui ne sont pas concernées par les règles de la CFST doivent avoir un concept minimal de sécurité. C'est pourquoi nous disons qu'il vaut mieux faire un concept de sécurité et de santé de qualité et pérenne dès le départ», ajoute Rolf Glaus. Il précise aussi que les directives ne concernent pas que le travail, mais aussi les loisirs. Les activités de bricolage ou les sorties en groupe doivent, elles aussi, respecter certaines mesures de sécurité.

Quels sont les dangers particuliers en institution? Partant de sa longue expérience Rolf Glaus explique que les dangers sont parfois différents, parce que les personnes ont un handicap, physique ou psychique. Il propose de

porter une attention particulière aux dangers de chute (suite à un trébuchement), à l'ergonomie des machines et outils, à la fatigabilité et à la résistance au stress des personnes.

La pièce maîtresse de ces concepts sont les coordinateurs et coordinatrices. «Ils assurent que l'information circule et que les normes soient appliquées», dit Rolf Glaus qui souligne que la dénomination de «coordinateur» et non de «responsable» permet de rappeler que la sécurité et la protection de la santé est avant tout l'affaire de la direction et des responsables (de secteur, de groupe, d'équipes). Et l'application correcte des directives est l'affaire de toutes et tous.

L'investissement en vaut la peine. Les statistiques le prouvent: la mise en place d'un concept CSFT réduit fortement les accidents.

| France Santi

INSOS SECURIT est la solution de branche d'INSOS Suisse pour la sécurité et la protection de la santé au travail. Elle est certifiée par la CFST. Découvrez les tarifs et les prestations:

[www.insos-securit.ch](http://www.insos-securit.ch)



La sécurité exige un concept clair.

| Photo: Robert Hansen

## En bref

### Conférence en faveur de l'intégration sur le marché du travail: INSOS Suisse participe

INSOS Suisse a participé à la première conférence nationale en faveur de l'intégration sur le marché du travail de personnes en situation de handicap. La conférence a pour objectif d'élaborer d'ici à la fin de l'année un plan directeur permettant de renforcer l'intégration de personnes en situation de handicap sur le marché du travail. Une déclaration commune a été adoptée lors de cette première conférence. INSOS se réjouit de constater que l'emploi protégé n'est pas remis en question. INSOS Suisse met désormais tout en œuvre pour que les institutions INSOS soient largement reconnues comme des acteurs importants de l'intégration sur le marché du travail. Les prochaines conférences auxquelles INSOS Suisse participera également sont prévues en mai et en décembre.

[www.insos.ch](http://www.insos.ch) > Publications > Actualités (actualités du 27 janvier 2017)

### «Monéquilibré» cherche à nouveau des projets de promotion de la santé

Les mesures classiques de promotion de la santé et de prévention du surpoids ne répondent pas vraiment aux besoins des personnes en situation de handicap qui souffrent de problèmes de poids. Pour cette raison, le Pour-cent culturel Migros a décidé de lancer, en collaboration avec INSOS Suisse, le projet «monéquilibré». Avec des prix d'une valeur totale de 25'000 francs, «monéquilibré» a pour objectif d'encourager les projets en faveur de la promotion de la santé dans les institutions et de sensibiliser à la question (lire en page 8 le projet de la Fondation Birkenhof qui a remporté le premier prix 2016). Les institutions intéressées peuvent annoncer leur projet jusqu'à fin novembre 2017. Au besoin, «monéquilibré» propose également aux institutions des conseils et des ateliers «d'impulsion» (s'annoncer via le site Internet).

[www.meingleichgewicht.ch](http://www.meingleichgewicht.ch) > FR

# Davantage de clarté dans la Formation pratique

**Les apprentis FPra peuvent respirer: avec la suppression de la lettre circulaire 299, l'AI finance de nouveau la formation sur deux ans. Et le message relatif à la révision de l'AI ne remet pas non plus en question les formations en milieu protégé. INSOS Suisse reste cependant vigilante.**

La lettre circulaire 299 de l'AI appartient au passé. Elle avait conduit chaque année plus de 200 jeunes à interrompre leur Formation pratique (FPra) parce que les chances d'intégrer le marché primaire de l'emploi étaient inexistantes ou insuffisantes. Sur le terrain, cela avait généré une grande insécurité. INSOS Suisse, Insieme, Procap et l'Association Cerebral avaient d'emblée vivement critiqué la lettre circulaire de l'AI et remis en question sa légitimité. Pour en savoir plus, le conseiller national Christian Lohr avait déposé avec succès un postulat, suite auquel l'Office fédéral des assurances sociales (OFAS) a mandaté une expertise juridique. Elle n'a toujours pas été publiée.

C'est finalement un arrêt du Tribunal fédéral du 23 novembre 2016 qui a clarifié la situation et confirmé le caractère illicite de la lettre circulaire. Auparavant, une apprentie avec une trisomie 21 avait obtenu du Tribunal cantonal de Bâle Campagne le droit à une deuxième année de formation et c'est l'office AI qui avait porté le cas jusque devant le Tribunal fédéral pour avoir une clarification définitive.

### Retour au calme dans le quotidien de la formation

Se référant à l'arrêt du Tribunal fédéral, l'OFAS a abrogé début décembre la lettre circulaire 299 avec effet immédiat. Cela signifie que l'office AI finance les deux années des Formations pratiques en cours et nouvelles. Le droit à la deuxième année de formation sera également examiné rétroactivement. Les anciens apprentis qui ont dû interrompre leur FPra du fait de la lettre circulaire peuvent donc déposer une demande dans ce sens auprès de l'office AI. Mais étant donné que les pratiques continuent de différer d'un office AI à l'autre malgré la suppression de la lettre circulaire, INSOS Suisse est intervenue auprès de l'OFAS en début d'année. L'association a demandé un document officiel constitu-

ant une base de négociation harmonisée et compréhensible. Une lettre circulaire révisée est désormais disponible depuis la mi-avril. Concrètement, la lettre circulaire ramène le calme dans le quotidien de la formation. Un apprentissage en deux ans offre davantage de marge de manœuvre. Ce temps est essentiel pour que le potentiel de chacun puisse s'exprimer et que les compétences soient durablement acquises. L'intégration professionnelle réussira ainsi d'autant mieux. Les offices AI doivent malgré tout mener des entretiens de suivi vers la fin de la première année de formation. Ces entretiens n'ont pas pour but d'évaluer l'intégration future sur le marché primaire du travail, mais d'apprécier le potentiel de développement. Si ce potentiel devait faire défaut et si un salaire horaire minimal de 2.55 francs à la fin de la formation n'était pas réaliste, alors seulement une interruption pourrait être provisoirement envisagée.

### Nouvel instrument d'évaluation en vue

Pour évaluer le potentiel de développement, il faut un nouvel instrument. Un groupe de travail de l'OFAS et de la Conférence des offices AI (COAI) a élaboré un guide à ce propos, qualifié d'utile par les entreprises formatrices FPra. En raison de la nouvelle situation, ce document a été modifié. L'outil doit permettre d'évaluer le potentiel de développement et d'examiner objectivement le cadre de formation optimal de chacun. Tous les apprentis n'ont pas besoin du même environnement de formation. Pour certains, un simple partenariat de formation peut être adéquat. Pour la plupart des jeunes, un job coaching est de plus indiqué. Pour de nombreux jeunes avec des difficultés d'apprentissage, une formation en milieu protégé leur assure toutefois un bon départ. Pour INSOS Suisse, les affirmations parfois avancées selon lesquelles une FPra serait trop chère ne sont pas fondées. Les formations professionnelles initiales reconnues au niveau fédéral coûtent elles aussi, mais sont financées par les cantons, la Confédération et les communes, notamment.

**«Selon le message relatif à la révision de l'AI, les formations en atelier protégé sont toujours possibles.»**

Pour ce qui est de la FPra, il s'agit du financement d'une compensation des désavantages, que les établissements de formation spécialisés peuvent proposer de façon professionnelle et sur la durée. Pour ce faire, INSOS suisse assure l'élaboration et l'actualisation des plans de formation dans cinquante branches, ainsi que l'assurance qualité et le développement continu de la FPra.

### Le message relatif à la révision de l'AI inquiète

Le 15 février 2017, le Conseil fédéral a transmis au Parlement le message relatif au développement continu de l'AI. En substance, il est dit que la formation doit si possible avoir lieu sur le marché primaire du travail. Cette décision est à saluer, mais elle ne doit pas se faire au détriment de lieux de formation alternatifs tels que les institutions, par exemple. INSOS Suisse est soulagée de voir que le Conseil fédéral garantit en même temps dans son message les possibilités de formations en atelier protégé. Comme par le passé, la préparation à une activité d'auxiliaire ou à un travail dans un atelier protégé doit correspondre à une formation professionnelle initiale.

Un point est encore inquiétant, cependant: toujours selon le message, le Conseil fédéral doit pouvoir définir les conditions d'octroi des mesures en termes de nature, de durée et d'étendue (art. 16, ch.

4). En procédant de la sorte, la lettre circulaire de l'AI pourrait être réintroduite sans problème. INSOS Suisse reste vigilante et s'engage fermement à divers niveaux pour que le développement continu de l'AI ne signe pas un retour en arrière de la nouvelle pratique et afin que l'accès à la FPra ne soit pas inutilement limité. | Annina Studer, responsable du domaine Monde du travail, INSOS Suisse

**Circulaire:** [www.bsvlive.admin.ch/vollzug](http://www.bsvlive.admin.ch/vollzug) > FR > AI > Données de base AI > Prestations individuelles > Circulaires

**Guide:** [www.insos.ch/formation-pratique/documentation](http://www.insos.ch/formation-pratique/documentation) > Documents de base



Les apprentis FPra peuvent compter sur une formation en deux ans. | Photo: M. Luggen Matthias

# Un nouvel examen, pour un meilleur accompagnement

**Le nouvel examen professionnel de spécialiste en accompagnement de personnes en situation de handicap comble une lacune du système de formation. Alors que la première volée débute à l'automne 2017 en Suisse alémanique la formation rencontre déjà un grand intérêt sur le terrain.**

La qualité de vie, la participation et l'autodétermination sont à la base de l'accompagnement de personnes en situation de handicap. Une analyse des besoins réalisée en 2012 montre parallèlement que les professionnels doivent faire face à des situations exigeantes lorsqu'ils accompagnent des personnes en situation de handicap complexe, qui peinent à s'exprimer verbalement ou qui traversent des moments de vie difficiles. Le nouvel examen professionnel de Spécialiste en accompagnement de personnes en situation de handicap met l'accent exactement sur ces éléments-là. Le profil de qualification a été élaboré en étroite collaboration avec les spécialistes de la pratique. De nombreuses organisations responsables sont derrière cet examen professionnel: INSOS Suisse, Curaviva Suisse, Agogis, Insieme et Savoirsocial.

## Professionnalisation de l'équipe

Silvia Pressner, de l'institut Agogis chargé de la formation pour la préparation à l'examen, a déjà présenté le dispositif dans plusieurs institutions. Elle parle de réactions positives. «Pour les institutions, un tel approfondissement se traduit par une professionnalisation au sein de l'équipe», assure-t-elle. En même temps, la formation garantirait une solution optimale pour

les professionnels disposant d'un CFC d'assistant socio-éducatif: ils améliorent leurs capacités méthodologiques dans l'accompagnement quotidien, ils acquièrent des techniques favorisant la communication, ils apprennent à analyser leur attitude par rapport à la position de pouvoir et la dépendance et à la proximité et distance dans les relations. Ils se familiarisent également avec les procédés permettant une désescalade des situations critiques.

## Une formation nécessaire

Rosey Schär, co-directrice de la Fondation Faro, sait ce que sont des situations difficiles. Les cinq sites de la fondation, répartis dans le canton d'Argovie, accueillent des personnes avec de troubles cognitifs ou psychiques. Les situations complexes font partie du quotidien. Actuellement, sur les 87 places d'hébergement, 80 sont réservées aux personnes en situation de grande dépendance. Une quinzaine d'entre elles ont besoin d'un accompagnement intensif.

Les professionnels de la Fondation Faro vivent régulièrement des comportements tels que les cris incessants, les griffures, les coups ou les injures. «De telles situations mettent le groupe et le personnel à rude épreu-

ve et peuvent pousser une institution dans ses derniers retranchements», fait remarquer Rosey Schär. Elle estime que la nouvelle formation est nécessaire et appropriée pour prévenir, par un accompagnement diligent, l'escalade des crises et pour gagner en assurance dans la gestion de telles situations. Parallèlement, cette formation tend à valoriser la formation de base des assistants socio-éducatifs. «Cette spécialisation est une opportunité idéale d'évolution professionnelle justement pour ceux qui souhaitent rester dans leur domaine d'activité sans nécessairement prétendre à un diplôme d'une école supérieure.» La co-directrice espère aussi que l'approfondissement des connaissances débouchera sur des opportunités d'interventions nouvelles et plus diversifiées pour les étudiants.

## Intérêt manifeste du terrain

Nicole Marti, professionnelle du secteur socio-éducatif auprès de la Fondation pour les personnes sévèrement handicapées à Lucerne (SSBL), s'est d'abord montrée plutôt sceptique quant à l'utilité d'une telle formation continue. Un scepticisme qui a fléchi lorsque plusieurs collaborateurs de la fondation au bénéfice d'un CFC ont manifesté un intérêt évident pour cette formation. «Ap-

paremment, ce dispositif a réussi à combler une lacune dans l'offre de formation», se réjouit-elle. Nicole Marti attend de la nouvelle formation un fort ancrage dans la pratique et des outils applicables au quotidien. Elle espère aussi que le travail sur le thème de la participation, qui est au programme de la formation continue, apporte son lot de nouvelles idées pour mieux encore tenir compte des souhaits des résidents.

## Un risque de violence moindre

Les personnes qui montrent des comportements dits difficiles ont souvent derrière elles une longue histoire de souffrances avec des séjours en clinique psychiatrique, des professionnels et proches surmenés. «Si le personnel est débordé par le comportement d'un résident, le risque de recours à la violence ou aux mesures de contrainte augmente», affirme Heidi Lauper, co-responsable de l'association de parents Insieme. Une bonne formation pourrait réduire ce risque, dans la mesure où elle enseigne diverses réactions possibles.

Heidi Lauper salue également le fait que la collaboration avec les parents fasse partie intégrante de la nouvelle formation. «Les situations difficiles touchent le personnel et les proches de la même manière. Par conséquent, ce n'est qu'ensemble que des solutions vraiment bonnes peuvent être trouvées.» | Tanja Aebli

[www.insos.ch](http://www.insos.ch) > **Thèmes** > **Formation du personnel**



Le nouvel examen professionnel répond à un besoin de la branche. | Photo: Idd

## L'examen professionnel

INSOS Suisse, Curaviva Suisse, Agogis, Insieme et Savoirsocial, en collaboration avec des experts du terrain et des spécialistes de la formation ont conçu ce nouvel examen professionnel. Ce nouvel examen professionnel est ouvert aux assistants socio-éducatifs et, si certaines compétences sont attestées, aux assistants en soins et santé communautaire. Les candidats doivent disposer d'une expérience professionnelle de deux ans au minimum. Le cursus de formation proposé par Agogis prépare à l'examen dure une année et est organisé en cinq blocs. Il comporte vingt-cinq jours d'enseignement en classe et quelque cinq cents heures d'apprentissage. Il devrait être proposé dès l'automne 2017 en Suisse alémanique. D'autres prestataires se disent aussi intéressés. Nous ne savons pas encore quand ce cours pourra être proposé en Suisse romande.

L'accompagnement de personnes en situation de polyhandicap, les transitions entre les différentes phases de la vie ou les événements marquants tels que le décès d'un proche font l'objet de ce cursus qui couvre un vaste champ thématique. Les crises doivent être identifiées suffisamment tôt et les accompagnants capables d'adapter leur soutien aux besoins des personnes pour favoriser leur participation et leur qualité de vie. Les futurs spécialistes se familiarisent avec les instruments de création des processus socio-éducatifs, ils apprennent à mettre en place diverses mesures pour l'organisation de la vie quotidienne et à ajuster leur comportement. L'adoption du règlement d'examen pourrait avoir lieu durant l'été 2017.

Comme ce nouvel examen professionnel est né de la volonté des institutions de la branche, le centre de formation Agogis s'attend à ce qu'il rencontre un vif intérêt. Pour s'assurer une place dans la première volée, mieux vaut s'inscrire tôt!

# Vivre sa sexualité

**L'exigence de la CDPH relative au droit à une vie autonome s'étend également, dans les institutions, au domaine de la sexualité des personnes accompagnées. La sexualité est hautement personnelle et intime. Son approche requiert par conséquent une attention particulière. Dans une nouvelle brochure, INSOS Suisse et Santé Sexuelle Suisse livrent quelques idées pour se confronter au sujet.**

Découvrir et vivre sa sexualité, son intimité et avoir des relations: tous les êtres humains y ont droit. Et cela indépendamment de leur situation de vie personnelle. Pourtant, de nombreuses personnes en situation de handicap ne peuvent vivre leur sexualité que peu ou pas du

tout, notamment en raison des préjugés et idées fausses. Dans le contexte institutionnel, la thématique est par conséquent une tâche importante de l'accompagnement socio-éducatif. Les questions touchant à la liberté personnelle et à l'autodétermination peuvent être exacerbées dans un contexte d'habitat collectif. Cette situation particulière interpelle non seulement les personnes concernées, mais également les prestataires institutionnels et leurs professionnels.

## Priorité à l'éducation sexuelle

Pour la plupart des individus, la sexualité joue un rôle très important durant toute l'existence. Son développement et son évolution font partie d'un processus tout au long de la vie, dans lequel la santé sexuelle contribue au bien-être de la personne. La santé sexuelle ne se définit pas uniquement par

l'absence de maladies, de troubles fonctionnels et d'infirmités. Elle implique aussi une approche positive et respectueuse de la sexualité et des relations sexuelles. Au chapitre de la santé sexuelle, la prévention des violences sexuelles et l'éducation sexuelle occupent une place prépondérante dans le contexte institutionnel.

Aujourd'hui encore, de nombreuses personnes vivant en institution n'ont pas été correctement informées. Les professionnels ne peuvent se contenter de supposer que les personnes handicapées disposent du savoir et des compétences en matière de sexualité. Leur devoir est bien plutôt de proposer une éducation sexuelle proactive. La condition est d'avoir les connaissances nécessaires. Outre le maté-

riel didactique spécifique, les institutions peuvent solliciter les services d'éducatrices et d'éducateurs en santé sexuelle ou d'organisations spécialisées telles que Santé Sexuelle Suisse.

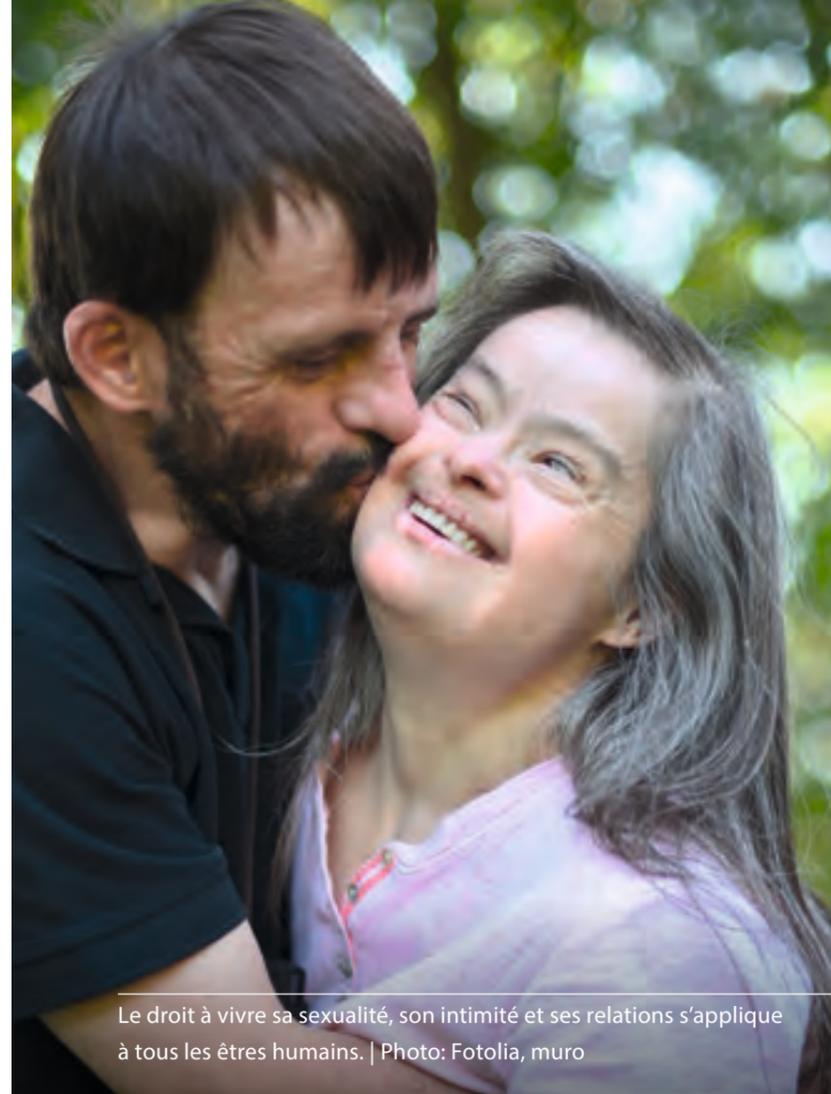
## Le cadre socio-éducatif

Le droit à l'autodétermination, aussi quand il se réfère à la sexualité, est un élément central de l'accompagnement socio-éducatif. Les personnes avec de handicap doivent pouvoir vivre leur sexualité selon leurs propres désirs. Dans les formes d'habitat collectif, les relations amoureuses, par exemple, ont toujours une influence sur la structure du groupe; des sentiments positifs aussi bien que négatifs peuvent se manifester de façon violente. Les professionnels favorisent

## Nouvelle brochure

INSOS Suisse et Santé Sexuelle Suisse publient une nouvelle brochure sur le thème «Sexualité, intimité et couple» dans les structures d'habitat institutionnelles. Elle sera disponible dans le shop INSOS en automne 2017 (mais déjà au mois de juin 2017 en allemand). Ce guide décrit le cadre professionnel et juridique de l'accompagnement et constitue une base pour approfondir la discussion sur la façon de traiter le thème avec compétence. La brochure a pour ambition d'inciter les institutions et les professionnelles et professionnels à adopter une posture claire.

Le vernissage de la publication allemande aura lieu le 6 juin 2017, à Zurich.



Le droit à vivre sa sexualité, son intimité et ses relations s'applique à tous les êtres humains. | Photo: Fotolia, muro

l'instauration d'un climat dans lequel les relations amoureuses peuvent être vécues positivement. Par ailleurs, en cas de besoin, ils apportent une aide compétente au couple, par exemple pour les questions touchant à l'éducation sexuelle, à la contraception et à un éventuel désir d'enfant. Dans une perspective de prévention des violences sexuelles, il importe de reconnaître suffisamment tôt les constellations de dépendance et de domination/soumission et de les thématiser. Il s'agit également de permettre aux personnes accompagnées de fixer leurs propres limites et de les faire connaître.

## Clarté et transparence

Les prestataires institutionnels et leur personnel interviennent au carrefour d'attentes et de besoins les

plus divers des parties impliquées, ce qui génère inévitablement des tensions. Un accompagnement socio-éducatif réussi a besoin de conditions cadres adaptées et de concepts en conséquence. La clarté et la transparence qui s'en dégagent profitent à toutes les personnes en présence. Il importe avant tout de clarifier quelle tâche incombe à quel niveau dans l'institution. Il est évident, cependant, que la création d'une culture qui salue la sexualité comme une force de vie positive ne peut réussir sans l'initiative de la direction. Les professionnels sont invités à réfléchir aux différents aspects de la thématique et à leur propre attitude. Ils doivent être capables de parler de sexualité au sein de leur équipe ainsi qu'avec les personnes accompagnées.

## Sexualité vécue

La sexualité comporte de multiples facettes et n'implique pas forcément un ou une partenaire. Les personnes accompagnées vivent généralement dans un rapport de dépendance puisqu'elles ne peuvent pas vivre leur sexualité sans aide. Dans le contexte institutionnel, les réflexions et discussions doivent donc aussi porter sur les questions telles que la masturbation, la consommation de pornographie, l'assistance sexuelle et le sexe tarifé.

En tous les cas, ce sont les besoins des personnes accompagnées qui doivent guider les actions et non les représentations personnelles des professionnels. Et la frontière est clairement tracée: le personnel de l'institution ne s'investit jamais lui-même. Si cela se justifie, il peut cependant apporter son soutien à l'organisation de services sexuels. Au besoin, il défend les intérêts des personnes accompagnées vis-à-vis des proches, des représentants légaux et de l'institution.

## Sensibilité et respect

Le thème de la sexualité, intimité et couple dans le contexte institutionnel est complexe et multiple. Il mérite donc d'être traité avec soin, sensibilité et respect, sans appréhension et comme une force vitale positive. Chaque individu a droit à la plus grande autonomie de vie possible. Cela suppose également d'être considéré et respecté en tant qu'être sexuel. | Samuel Häberli, responsable du domaine Cadre de vie, INSOS Suisse

## En bref

### Le congrès INSOS 2017 à Montreux place le changement au cœur des débats

Osons le changement: c'est sous ce titre que le congrès INSOS 2017 thématise les développements actuels qui font bouger le domaine institutionnel, la politique, l'économie et la société, et ouvrira des pistes pour négocier le changement avec compétence. Le congrès INSOS aura lieu à Montreux du 22 au 24 août 2017. Il offre une opportunité unique d'échanger avec d'autres professionnels et de bénéficier du savoir d'experts, dans un cadre naturel spectaculaire.

[www.insos.ch](http://www.insos.ch) > Événements

### Centrale d'achats INSOS: acheter des produits et services meilleur marché

INSOS Suisse propose à ses membres une centrale d'achats attrayante. Grâce à un partenariat avec CADES (Centrale d'achats des établissements sanitaires), les membres d'INSOS peuvent profiter de rabais sur des produits et des services dans les domaines suivants: cuisine et restauration (food et non-food), l'intendance, les soins, le mobilier, l'administration et les installations techniques

[www.achatinsos.ch](http://www.achatinsos.ch)

### Conseils juridique INSOS: conseil gratuit sur les questions juridiques

Le conseiller juridique d'INSOS Suisse, Christian Delaloye (Leuba Delaloye Avocats, Fribourg), répond aux questions d'ordre juridique des membres. Ces derniers bénéficient de trois conseils juridiques gratuits de trente minutes par année.

[www.insos.ch](http://www.insos.ch) > Prestations

### Offres bonus INSOS: réductions sur les licences de logiciels

Les membres INSOS peuvent économiser jusqu'à 90% du prix normal des licences de logiciels informatiques pour des produits de Microsoft, Adobe, Symantec, Citrix et VMware.

[www.insos.ch](http://www.insos.ch) > Prestations

## Conseils juridiques

**L'employeur a-t-il le droit de réduire vos vacances parce que vous avez été malade ou parce que vous avez eu un accident? Hans-Ulrich Zürcher décrit les situations dans lesquelles cette pratique est admise.**



Hans-Ulrich Zürcher est conseiller juridique pour INSOS Suisse.

**Les collaborateurs ont droit à des vacances** même s'ils ne peuvent pas travailler pendant plusieurs mois en raison d'une maladie ou d'un accident. Mais l'employeur a la possibilité de réduire ce droit aux vacances. C'est l'art. 329b CO qui s'applique ici: pour chaque mois complet d'absence, le droit annuel aux vacances peut être réduit d'un douzième. Dans certaines situations, il existe cependant un délai de protection qui renaît à chaque nouvelle année de service:

**Lorsque des collaborateurs sont empêchés de travailler pendant plus d'un mois au total par leur propre faute**, la durée des vacances peut être réduite déjà pour le premier mois complet d'absence. Il n'y a pas de délai de protection. Cela vaut pour une incapacité de travail due à la pratique d'un sport extrême ou à un accident de voiture causé sous l'emprise de l'alcool. Lorsque des collaborateurs sont empêchés de travailler **sans qu'il y ait faute de leur part** (maladie, service militaire, accident), la durée des vacances ne peut être réduite qu'après une absence de deux mois complets au minimum. Il y a donc un délai de protection d'un mois. **En cas de grossesse**, le droit aux vacances ne peut être réduit qu'après le troisième mois d'absence. Dans ce cas, le délai de protection est de deux mois. Après l'accouchement, aucune réduction ne peut être entreprise durant 14 semaines (durée légale du congé maternité).

**En cas d'incapacité de travail partielle**, il convient en tous les cas de tenir compte des absences au pro rata temporis, c'est-à-dire qu'elles sont converties en jours complets d'absence et servent de base pour le calcul de la réduction du droit aux vacances.

## Internet avec petit «plus»

**Arkadis plus, tel est le nom du nouveau site internet de la Fondation Arkadis. Sa particularité? Avoir été développé en collaboration avec des personnes en situation de handicap mental pour être le plus accessible possible.**

Une rencontre avec la Fondation «Accès pour tous» est à l'origine du projet. Cette fondation lutte contre les sites internet et les applications qui oublient les personnes en situation de handicap. «À la Fondation Arkadis, l'idée de développer un site accessible a immédiatement trouvé un terrain fertile», se souvient Urs Schäfer, responsable marketing et communication de la fondation à Olten. «Nous voulions créer une opportunité pour que nos bénéficiaires ainsi que les autres personnes intéressées par notre offre, puissent s'informer.»

### Travail de pionnier

Urs Schäfer parle d'un travail de pionnier, en particulier lorsqu'il évoque un atelier interne qui a réalisé une partie des travaux préparatoires. Durant plusieurs jours, huit personnes en situation de handicap mental sévère pour certaines – dont un relecteur des textes en facile à lire et à comprendre – ont travaillé sur le projet dans le cadre de l'atelier de communication. Ils ont examiné les textes du point de vue de leur compréhension et sorti les appareils de photo à plusieurs reprises pour illustrer les rubriques. Les symboles Boardmaker, une fonction de lecture et l'intégration de couleurs destinées à faciliter la navigation donnent au nouveau site une note fraîche et graphique.

En ligne depuis fin 2016, le site a été distingué par la Fondation «Accès pour tous» en tant que première organisation avec le plus haut niveau de certification AAA. Seule ombre au tableau, cependant, pour Urs Schäfer: «Le certificat, dont les critères tiennent surtout compte des personnes malvoyantes ou avec un handicap moteur, n'a pas pris en considération le facile à lire et les pictogrammes. Ces éléments servent pourtant de repères indispensables pour les personnes en situation de handicap mental.» Il espère qu'à l'avenir ces critères seront également évalués par un label. Malgré tout, il semble que ce nouveau site est très apprécié, comme l'attestent les commentaires.

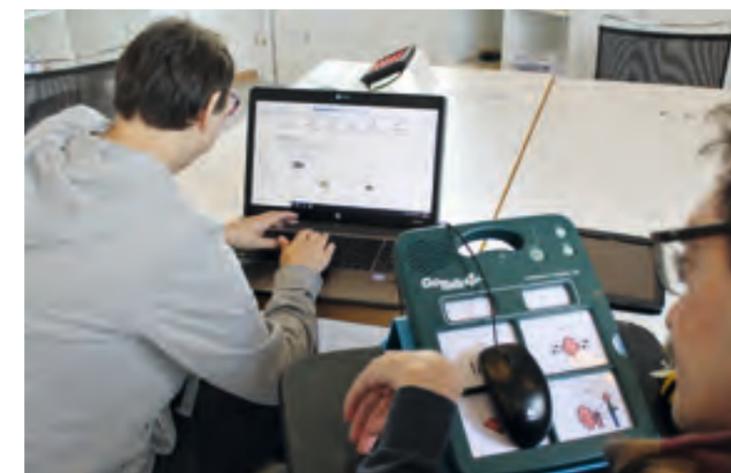
### Un projet de longue haleine

Depuis les premières offres jusqu'à la mise en ligne, en passant par les

tâches techniques et rédactionnelles, l'entier du projet aura pris plus d'une année. L'agence mandatée pour la mise en œuvre a dû elle aussi se familiariser avec les multiples directives applicables à la conception de sites accessibles, exigeant un effort particulier en temps et en argent. Si l'idée a pu se concrétiser, c'est grâce à une planification minutieuse ainsi qu'au soutien financier de fondations et d'entreprises, conclut Urs Schäfer. | Tanja Aebli

[www.arkadis-plus.ch](http://www.arkadis-plus.ch)  
[www.access-for-all.ch](http://www.access-for-all.ch)

Téléchargez le guide pour la création d'interfaces internet simples à utiliser (gratuit):  
[www.facileasurfer.ch](http://www.facileasurfer.ch)



Des personnes en situation de handicap ont participé à la conception du site Internet «Arkadis plus». | Photo: Idd

# Événements 2017

Les événements INSOS n'ont pas pour seul objectif de livrer des informations professionnelles. Ils offrent aussi l'opportunité d'être en lien, d'échanger et de débattre. Réservez d'ores et déjà les dates suivantes:

**16 mai 2017**

**Participer au monde de l'Internet**

Journée d'étude INSOS à Soleure

**22 au 24 août 2017**

**Osons le changement**

Congrès INSOS à Montreux

**16 novembre 2017**

**Les institutions à l'heure du tout économique**

Journée d'étude INSOS à Berne

Informations détaillées et inscriptions:

[www.insos.ch](http://www.insos.ch) > Événements

ClimatePartner<sup>o</sup>  
climatiquement neutre

**INSOS**

## Adresses

Association de branche nationale des institutions pour personnes avec handicap

**INSOS Suisse**  
Zieglerstrasse 53  
3000 Berne 14

031 385 33 00  
[info@insos.ch](mailto:info@insos.ch)  
[www.insos.ch](http://www.insos.ch)

**INSOS Suisse**  
Avenue de la Gare 17  
1003 Lausanne

031 385 33 00  
[info@insos.ch](mailto:info@insos.ch)  
[www.insos.ch](http://www.insos.ch)

## Impressum

**Éditeur**  
INSOS Suisse  
3000 Berne 14  
Paraît 3x l'an

**Rédaction**  
Barbara Lauber  
(responsable);  
France Santi

**Photo de couverture**  
Lisa Schär, Fondation  
Bernaville à Schwarzen-  
burg (Photo: Matthias  
Luggen)

**Prix**  
Abonnement CHF 30.–  
(compris dans la  
cotisation)  
Au numéro CHF 15.–

**Conception**  
Jordi AG, Belp

**Maquette, impression**  
Jordi AG, Belp

**Tirage**  
2000 allemand  
700 français