

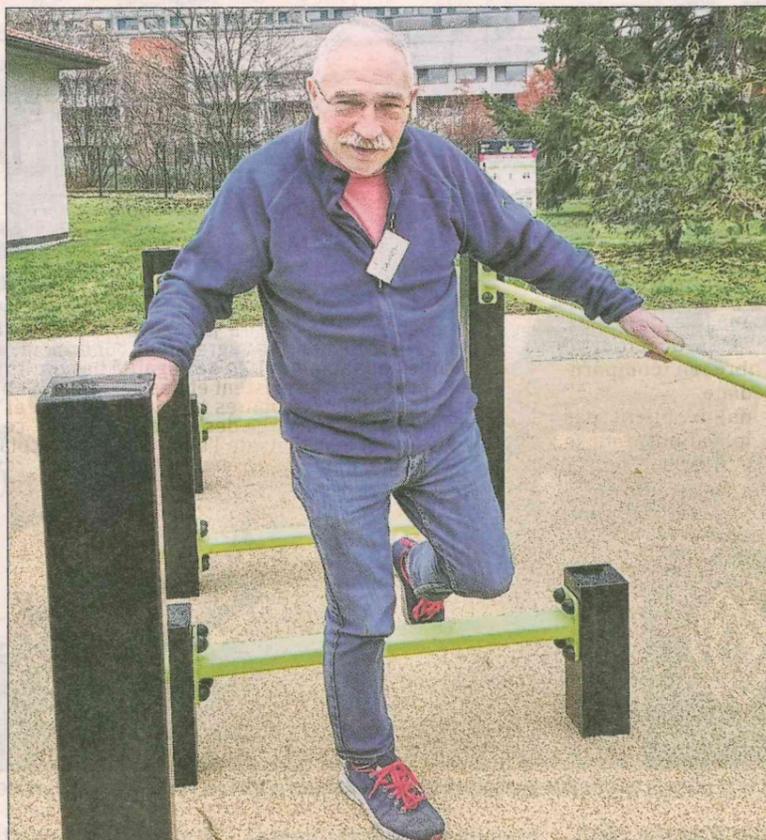
LYON

AVC : « J'ai recouvré la confiance qui seule permet de progresser »

Ouvert depuis juin 2022 sur le site de l'hôpital du Vinatier, l'accueil de jour de l'Arrpac (Accompagnement, réadaptation, répit post AVC et cérébrolésés) propose aux patients, après leur retour à domicile, de l'activité physique adaptée ainsi qu'un soutien psycho-social. Rencontre avec l'un de ces patients, Daniel Chatain.

Ce matin du 11 avril 2021, Daniel Chatain, 69 ans, se lève de son lit, tombe à terre et s'entend « parler de travers »... Son épouse Maryse soupçonne immédiatement un AVC et compose le « 18 ». « J'ai bien expliqué qu'il ne bougeait plus et était inconscient, mais j'ai dû le répéter je ne sais combien de fois ! On m'a envoyé sur une plateforme alors que les pompiers de Sainte-Foy-lès-Lyon sont juste à côté ! Maintenant, je sais que, pour un AVC, il faut appeler le 15 », se souvient-elle.

Passés les couacs de l'alerte, Daniel Chatain est transporté à l'hôpital neurologique de Bron où il bénéficie d'une thrombolyse. Il y reste hospitalisé onze jours avant de regagner son domicile. « Avant l'AVC, j'étais très actif. J'étais président de la copropriété, je faisais partie d'une association, je bricolais », se souvient Daniel Chatain. À son retour, il peine à marcher 1 kilomètre - « je m'arrêtais 5 ou 6 fois » - et n'arrive pas à tenir une conversation. Les séances de kiné et



Daniel Chatain, victime d'un AVC en avril 2021, a suivi un programme de l'Arrpac. Photo Progrès/Sylvie MONTARON.

d'orthophoniste s'enchaînent. Puis, lors d'une visite de suivi à l'hôpital neurologique, on l'oriente sur l'Arrpac. Le sexagénaire est sceptique : « Je me disais qu'est-ce qu'on peut faire de plus. Dans les années 68, j'ai vu beaucoup de charlots... »

Et pourtant, il ressent les bienfaits dès la première séance après avoir réalisé des assouplissements et des exercices avec la psychomotricienne : « Je venais en voiture de la Mulatière au Vinatier : j'ai vu tout de suite que je débrayais mieux. » Au fil des 8 semaines, il « reconstruit » ses gestes de manière normale. « J'ai d'abord recouvré la confiance qui, seule, permet de progresser. La confiance entraînant la confiance, j'ai recouvré beaucoup des gestes perdus. Quand vous bataillez pour vous habiller et que vous arrivez à nouveau à le faire seul, vous poussez un « ouf », raconte Daniel, avant de conclure, « je ne suis pas revenu à la normale mais je m'en approche ».

Outre les ateliers proposés, ce participant a surtout apprécié le fait d'être en groupe : « On n'est pas seul et on est tous dans la même situation. Il y a de l'entraide, des encouragements. Faire en commun, c'est quelque chose de fantastique pour tout le monde. Seul, je ne sais pas si j'aurais eu la volonté. » Son enthousiasme l'a même poussé à adhérer à l'association « pour la faire connaître et que d'autres patients aient la chance d'en profiter. S. M.

Dix ans pour voir le jour

C'est en 2012, après avoir deux fois subi un AVC, que Nicole Sallet conçoit son projet d'accueil de jour pour des patients victimes d'AVC et contacte le Professeur Gilles Rode, chef de service à l'hôpital Henry-Gabrielle. Le projet a été soutenu dès le départ par Thierry Philipp, alors élu à la Ville et à la Métropole, ce qui lui vaut aujourd'hui de voir le gymnase de l'Arrpac porter son nom. La caserne Blandan est d'abord évoquée mais le projet échoue.

En 2014, l'association Arrpac est créée par deux associations de patients (France AVC 69 et Artant) et des médecins des Hospices civils de Lyon pour répondre à un appel d'offres de l'Agence régionale de santé. Bien que l'Arrpac, présidée par le Professeur Rode, décroche cet appel d'offres, les choses traînent encore. L'autorisation de l'ARS et la dotation pour les travaux (1,5 M€) arrivent finalement en juin 2020.

Le budget de fonctionnement est assuré par l'ARS (400 000 €) et la Métropole de Lyon (380 000 €). Avec de nouveaux partenaires : le centre hospitalier Le Vinatier, l'ADPEP 69/ML et Notre-Dame du Grand Port (Habitat et Humanisme Soins), le groupement de coopération sociale et médico-sociale Arrpac (GCSMS Arrpac) est créé pour installer l'accueil de jour au sein d'un bâtiment du Vinatier où il a ouvert en juin 2022.

AVC : un nouveau type d'accompagnement des patients

Ses deux AVC n'ont pas entamé la volonté et la persévérance de Nicole Sallet. Il aura en effet fallu dix ans à cette ancienne directrice d'IFSI (Institut de formation en soins infirmiers) pour que son projet voie le jour : créer un accueil de jour basé sur l'activité physique adaptée (APA) pour les personnes victimes d'un AVC. Sa propre expérience avait permis à Nicole Sallet de découvrir que « l'aval de l'hospitalisation est un désert ».

Si après l'hospitalisation en soins aigus, les patients les plus atteints bénéficient de soins de suite et de réadaptation (SSR), d'autres rentrent directement chez eux. « On s'attend alors à ce que la personne reprenne sa vie normalement or, après un AVC, on n'est plus la même personne. 75 % gardent des séquelles, mais c'est un handicap invisible », explique Nicole Sallet.

C'est à ces patients, stabilisés, que s'adresse l'accueil de jour de l'Arrpac (Accompagnement, Réadaptation, Répit Post AVC et Cérébrolésés), situé dans un bâtiment de plus de 1 000 m², dans le parc de l'hôpital du Vinatier. L'accès est gratuit pour les habitants de la Métropole et surtout direct : pas besoin de passer par la MDMPH (Maison départementale et métropolitaine des personnes handicapées) pour demander à bénéficier d'une prise en charge (1).

Depuis l'ouverture, le 7 juin, 48 patients ont suivi ces programmes, dont l'intensité varie de trois journées/semaine pendant huit semaines à une journée/semaine pendant seize semaines. À son arrivée, chaque patient rencon-



Valérie Debrouver, directrice de l'accueil de jour de l'Arrpac, bénévoles, et Nicole Sallet, vice-présidente de l'Arrpac.

Photo Progrès/Sylvie MONTARON

tre un médecin et une infirmière pour évaluer ses capacités puis il définit ses objectifs. Cet automne, certains voulaient ainsi arriver au bout du parcours de 5 km du Run in Lyon sans faire de pause.

« La première demande concerne le niveau physique, la deuxième porte sur la gestion des émotions, du stress, de la colère », remarque Valérie Debrouver, directrice de l'accueil de jour de l'Arrpac. Outre l'APA, des ateliers d'art-thérapie, de musique, de bricolage, de techniques de relaxation, de séances avec une psychologue clinicienne, etc. sont aussi proposés.

« L'équipe est jeune, composée de pe-

tits couteaux suisse ! C'est très boostant car tout est à construire », souligne la directrice. Pour Nicole Sallet, devenue vice-présidente de l'association, l'Arrpac doit être « en perpétuel mouvement » mais c'est aussi « un établissement médico-social expérimental, modélisable ». Des partenaires sont ainsi recherchés en Isère et au Puy. Mais le projet lyonnais fera aussi l'objet d'une évaluation scientifique réalisée par une équipe d'universitaire et une équipe de l'Inserm.

Sylvie MONTARON

(1) Pour tout renseignement : 04 82 90 54 83 ou contact@gcsms-arrpac.fr