

3

6

# S'épanouir

Ici et maintenant

Notre concept  
d'accompagnement



## **Pour commencer**

Depuis plus de 50 ans, la Fovahm agit aux côtés des personnes avec une déficience intellectuelle. Chaque jour, nous avançons avec elles, en plaçant leur bien-être, leur participation et leur autonomie au cœur de nos actions.

Notre accompagnement s'adresse à des adultes dès 18 ans, dans toutes les étapes de leur vie. Nous sommes présents dans les régions francophones du Valais et proposons un accompagnement diversifié dans le travail et l'habitat, qui répond à la diversité des besoins, des niveaux d'autonomie et des préférences des personnes.

Ce que nous construisons avec elles repose sur une idée simple, mais essentielle :

**Chaque personne**  
**– quels que soient son âge, son genre, ses besoins de soutien –**  
**dessine et est actrice de son parcours de vie.**

Ses envies, ses forces, ses préférences, ses besoins et ses choix sont respectés et valorisés. Ensemble, en collaboration étroite avec ses proches, nous construisons un quotidien qui a du sens.

Pour cela, notre personnel d'accompagnement s'engage avec respect, écoute et transparence. Dans un environnement rassurant et soutenant, chaque personne peut avancer à son rythme, développer ses ressources, découvrir ses intérêts et prendre sa place.

Notre démarche est souple, participative et profondément humaine. Nous croyons en un accompagnement qui évolue avec la personne, qui s'ajuste à ce qu'elle vit ici et maintenant, et qui lui donne les moyens d'exercer ses choix et de prendre ses responsabilités.

Chaque jour, dans nos ateliers, nos centres de jour, nos lieux de vie, au sein du mARTigny boutique-hôtel ou dans les entreprises partenaires, nous mettons en lumière les talents et les contributions de celles et ceux que nous accompagnons.

C'est ainsi que notre Fondation participe activement à la vie locale, en créant des liens concrets avec la société. Reconnaisante de la confiance qui lui est accordée, la Fovahm continue d'évoluer avec conviction, dans un esprit d'ouverture, de durabilité et d'innovation.



Fruit d'une réflexion collective, éclairée par des repères issus de la recherche et de la pratique, ce concept d'accompagnement est une création originale protégée ©. Il est conçu pour être appliqué dans sa globalité : une utilisation partielle ou isolée risquerait d'en altérer le sens. Toute adaptation, reproduction ou diffusion doit se faire en concertation avec la Fovahm.



## **Table des matières**

Un nouveau regard sur notre accompagnement.....	4
Agir dans le respect des droits.....	5
La qualité de vie comme boussole.....	6
Soutenir l'épanouissement au quotidien.....	7
Écrire et vivre sa vie, selon ses choix.....	8
Un accompagnement agile, ici et maintenant .....	8
Des outils pour mieux accompagner chaque parcours .....	9
En résumé.....	10
Références .....	11



## **Un nouveau regard sur notre accompagnement**

Depuis plusieurs années, notre travail s'appuie sur une approche appelée la Valorisation des Rôles Sociaux (VRS).

Cette approche nous aide à accomplir notre mission : **accueillir, accompagner et former** des personnes adultes qui présentent une déficience intellectuelle.

Aujourd'hui, forts de nos expériences, nous continuons à avancer ensemble dans cette direction, en mettant encore plus l'accent sur **trois idées** importantes :



### **1. La qualité de vie**

*Permettre à chaque personne de*

Se sentir bien dans sa vie, son corps, son cœur et son environnement.



### **2. L'épanouissement**

Se sentir vivant, en forme, bien avec soi, avec les autres et évoluer.



### **3. L'autodétermination**

Pouvoir choisir, décider et agir pour ce qui compte vraiment pour soi.

Notre objectif est que chaque personne puisse **s'épanouir ici et maintenant**, à 360°, c'est-à-dire dans tous les domaines de sa vie – qu'ils soient personnels ou professionnels.

Pour cela, nous adoptons une **démarche souple** et **participative**, qui tient compte du moment présent et qui permet de construire ensemble le projet de vie.

Nous voyons l'accompagnement comme une relation où la personne est auteure et actrice de son parcours de vie, avec des moyens concrets pour faire ses choix, dans un environnement soutenant, sécurisant et qui évolue avec elle.

Cette approche repose sur :

- L'attention portée à chaque personne, l'écoute et le soutien ;
- La liberté d'essayer, de se tromper et d'apprendre ;
- La mise en valeur des ressources individuelles et du collectif.

Nous réaffirmons ainsi notre volonté de proposer un **accompagnement respectueux, inclusif** et **porteur de sens**.



## Agir dans le respect des droits

Nos actions s'appuient sur un cadre légal et réglementaire solide.

Ce cadre garantit le **respect des droits** des personnes, la **qualité** de nos **services** et notre engagement pour le **développement durable**.



Nous suivons notamment les lois et normes suivantes :

### Au niveau international :

- La Convention des droits des personnes handicapées (CDPH, RS 0.109).  
*Cette Convention, ratifiée par la Suisse en 2014, engage les institutions à favoriser l'inclusion, l'égalité et l'exercice effectif des droits des personnes en situation de handicap dans tous les aspects de la vie.*

### Au niveau fédéral :

- La Loi sur l'égalité pour les personnes handicapées (LHand, RS 151.3) ;
- La Loi sur l'assurance invalidité (LAI, RS 831.20) ;
- La Loi fédérale sur les institutions destinées à promouvoir l'intégration des personnes invalides (LIPPI, RS 831.26) ;
- La Loi fédérale sur la protection des données (LPD, RS 235.1).

### Au niveau cantonal :

- La Loi sur les droits et l'inclusion des personnes en situation de handicap (LDIPH, RS 850.6).

### Qualité/Labels :

- Les critères de qualité requis pour les institutions sociales latines (Critères CLASS) ;
- ISO 9001 et ISO 14001 ;
- Le label Valais excellence.

Ces références nous permettent de garantir que nos actions respectent :

Les droits fondamentaux.

La dignité et la pleine participation de chaque personne.

La bienveillance.

Une approche durable et responsable.



## La qualité de vie comme boussole

Nous souhaitons que chaque personne accompagnée puisse être **satisfaite** de ses conditions de vie, **se sentir bien** et tirer un **sentiment positif** des expériences vécues. C'est cela que nous cherchons à atteindre à travers nos actions.

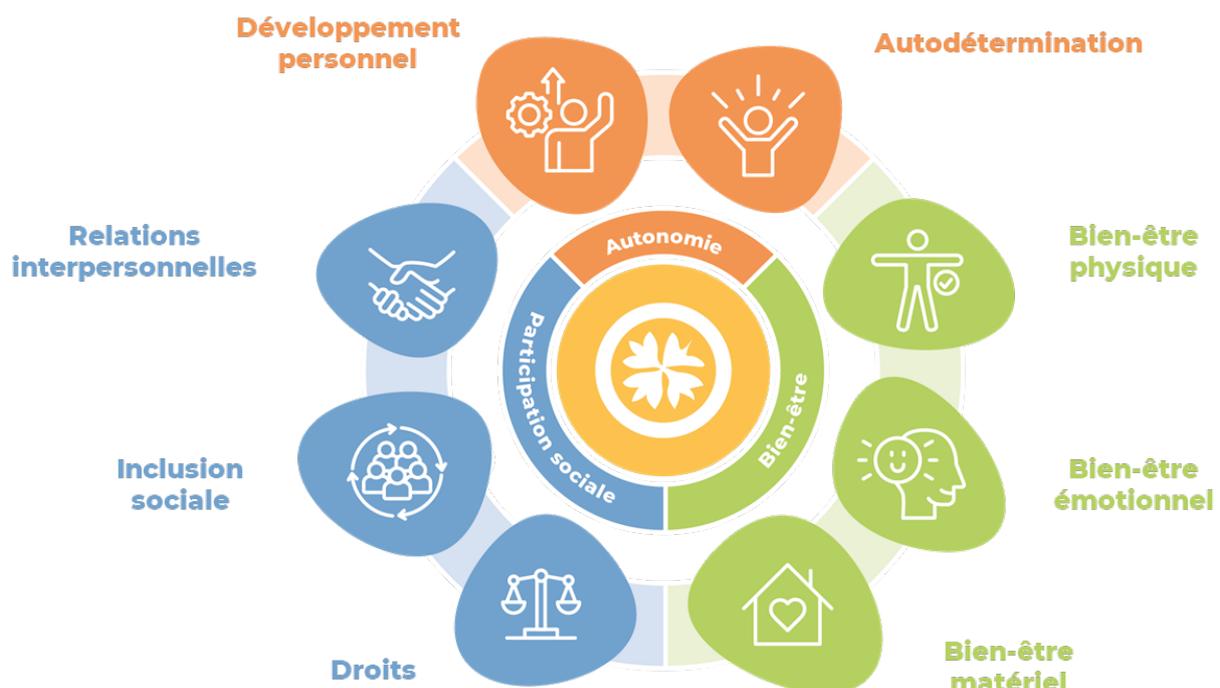
Pour nous guider, nous utilisons le modèle de la qualité de vie de Schalock et Verdugo (2002). Ils la définissent comme :



« Un phénomène multidimensionnel composé de domaines fondamentaux influencés par des caractéristiques personnelles et des facteurs environnementaux. Ces domaines sont les mêmes pour tous les individus, bien qu'ils puissent varier individuellement en termes de valeur relative et d'importance » (Schalock & Verdugo, 2013, p. 38).

Ce modèle repose sur *huit domaines*, regroupés en **trois** grands **facteurs** :

1. L'**autonomie** : avec le *développement personnel* et l'*autodétermination* ;
2. La **participation sociale** : qui comprend les *relations interpersonnelles*, l'*inclusion sociale* et les *droits* ;
3. Le **bien-être** : dont le *bien-être physique*, *émotionnel* et *matériel*.





Ces domaines nous aident à mieux comprendre le vécu et le cheminement des personnes, à travers une approche :

- Objective : avec des **indicateurs** observables ;
- Subjective : avec le **ressenti** de la personne.

Cela nous permet d'ajuster en continu notre accompagnement, selon l'évolution des besoins, des envies, les retours des personnes accompagnées et de leurs proches.



Ce modèle nous sert donc de **boussole** : il nous aide à orienter, suivre, ajuster et évaluer nos actions au quotidien.

## **Soutenir l'épanouissement au quotidien**

L'épanouissement est un élément central de notre approche.

Voici deux définitions qui l'expliquent :



« L'état psychologique dans lequel les individus éprouvent à la fois un sentiment de vitalité et un sentiment d'apprentissage » (Spreitzer et al., 2005, p. 538).

« Une réponse situationnelle (...) qui se manifeste par des interactions sociales satisfaisantes et des liens avec les autres, l'absence de douleur et d'anxiété, le maintien de l'appétit et du poids, une activité physique régulière comme moyen de maintenir l'indépendance, une communication volontaire, la défense de ses intérêts, l'autonomie et la contribution, dans un environnement qui répond à ses besoins et à sa personnalité » (Sullivan & Willis, 2018, p. 395).

Ces définitions montrent que l'épanouissement est un processus dynamique et global. Il ne s'agit pas seulement de se sentir bien, mais de **se sentir vivant**, plein d'**énergie** pour agir, d'**apprendre** et d'avoir la possibilité de **s'investir** dans ce qui compte pour soi, tout en étant soutenu.



Notre approche cherche donc à proposer des lieux, des moments et des occasions concrètes, dans la vie de tous les jours, pour que chacun et chacune puisse s'épanouir **ici et maintenant**, aussi bien sur le plan personnel que professionnel.



## **Écrire et vivre sa vie, selon ses choix**

Au cœur de notre démarche, il y a une conviction forte : **chaque personne** – quels que soient son âge, son genre, ses besoins de soutien – est l'**auteure de son projet de vie**.

Pour cela, nous nous appuyons sur le concept d'autodétermination, que nous résumons ainsi (Lachapelle et al., 2022 ; Shogren et al., 2017 ; Wehmeyer, 2005) :



La capacité d'une personne à faire des choix libres et éclairés, sans influence externe excessive, afin d'exercer du contrôle et d'agir comme la principale auteure de sa vie, selon ce qui est important pour elle, tout en maintenant ou améliorant sa qualité de vie.

Nous voulons permettre à chaque personne, à l'aide d'outils adaptés si nécessaire :

- D'**exprimer** ou de **manifester** ses préférences, ses envies et ses besoins ;
- De **participer** activement à la construction de son parcours et des actions d'accompagnement ;
- De prendre des **décisions éclairées** afin de les assumer, en recevant des informations adaptées à sa compréhension.

Cette dynamique, ancrée dans un environnement sécurisant et respectueux de la vulnérabilité, vise à renforcer le pouvoir d'agir et de décider pour soi-même. Elle favorise ainsi l'émergence d'un sentiment de **liberté** et de **responsabilité** dans les choix et les décisions personnels.

## **Un accompagnement agile, ici et maintenant**

La vie est pleine d'imprévus.

Il est difficile, voire impossible, de toujours tout prévoir.

Pour cette raison, nous choisissons d'adopter une **démarche agile**, c'est-à-dire une façon de faire qui s'adapte **en temps réel**, à partir de ce qui se passe **ici et maintenant**.



La méthode agile s'appuie sur **six principes** à mettre en pratique sur le moment (Nanty, Gobet et Bailly, 2021) :



1. S'appuyer sur les **ressources disponibles** dans chaque situation.



2. Chercher à comprendre le **sens** que la personne accompagnée donne à ce qu'elle vit.



3. **Réfléchir ensemble** à ce qui se passe, partager les observations et ajuster l'accompagnement selon le vécu réel.



4. Voir les **imprévus** comme des **opportunités** : utiliser les aléas pour trouver de nouvelles pistes d'action.



5. Évaluer ensemble, avec la personne et ses proches, les **bénéfices** et les risques, identifier les **risques acceptables** et définir des mesures de **soutien** adaptées.



6. Mobiliser toutes les ressources du **réseau** : la personne, ses proches, le personnel d'accompagnement, les partenaires internes et externes. Chacun peut enrichir l'accompagnement.

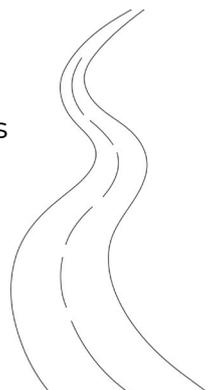
Cette démarche permet de réagir avec **souplesse** et intelligence aux situations de la vie réelle, en restant toujours à l'écoute et centré sur la personne.

## **Des outils pour accompagner chaque parcours**

Pour assurer un accompagnement de qualité, dans la durée, nous testons actuellement des outils conçus pour suivre le **parcours unique** de chaque personne.

Nos outils se veulent clairs, accessibles et faciles à comprendre.

Nous souhaitons soutenir la **participation** des personnes accompagnées.





## **En résumé**

Notre concept s'inscrit dans la **continuité** de notre expérience. Il oriente nos pratiques vers plus de souplesse, afin de répondre aux réalités et aux aspirations de chaque personne, ici et maintenant.

Il articule trois repères complémentaires : la **qualité de vie**, l'**autodétermination** et l'**épanouissement**. Ces repères traduisent les principes de la CDPH et les recommandations Inserm (2016) en pratiques concrètes, centrées sur la personne. L'objectif est de permettre à chacun et à chacune de **s'engager** activement dans son parcours, de vivre pleinement le présent et de maintenir ou améliorer sa qualité de vie.

Accompagner, c'est avancer aux côtés d'une personne, à son **rythme**, en la laissant choisir son chemin. Comme le dit Maela Paul (2012, p. 14), accompagner, c'est « se joindre à quelqu'un/pour aller où il va/en même temps que lui ».

Dans cette vision, la **relation**, portée par une **posture** professionnelle soutenante, est essentielle. L'accompagnement devient un processus vivant, qui évolue en permanence selon les situations et qui favorise le pouvoir d'agir de chaque personne.

Pour cela, nous nous appuyons sur :

La transparence, le respect et la confiance réciproque, entre toutes les personnes impliquées.

L'écoute, l'observation et une attention constante au vécu, aux manifestations, aux envies et aux besoins de la personne, sans jugement.

L'ajustement continu des actions, en fonction de ce qui se passe réellement au quotidien.

La co-construction d'un parcours personnalisé, où la personne peut prendre des responsabilités, faire des choix et en assumer les conséquences, dans un environnement soutenant et sécurisant.

La mise en commun des ressources et de l'expertise mutuelle, grâce à une collaboration solide entre toutes les personnes impliquées.



## Références

Inserm (2016). *Déficiences intellectuelles. Expertise collective*. EDP Sciences. <https://www.ipubli.inserm.fr/handle/10608/6815>

Lachapelle, Y., Fontana-Lana, B., Petitpierre, G., Geurts, H., & Haelewyck, M.-C. (2022). Autodétermination : Historique, Définitions et Modèles Conceptuels. *La nouvelle revue - Éducation et société inclusives*, 94(2), 25-42. <https://doi.org/10.3917/nresi.094.0025>.

Nanty, I., Gobet, P., & Bailly, N. (2021). La méthode agile, une nouvelle méthode pour promouvoir l'accompagnement inclusif. *Psychologie du travail et des organisations*, 27(1), 43-52. <https://doi.org/10.1016/j.pto.2021.01.004>

Paul, M. (2012). L'accompagnement comme posture professionnelle spécifique : L'exemple de l'éducation thérapeutique du patient. *Recherche en soins infirmiers*, (110), 13-20. <https://doi.org/10.3917/rsi.110.0013>

Spreitzer, G., Sutcliffe, K., Dutton, J., Sonenshein, S., & Grant, A. M. (2005). A socially embedded model of thriving at work. *Organization Science*, 16(5), 537-549. <https://doi.org/10.1287/orsc.1050.0153>

Sullivan, L., & Willis, D. G. (2018). Towards changing the long term care (LTC) paradigm: Explicating the concept of thriving in older adults living in LTC. *Issues in Mental Health Nursing*, 39(5), 388-397. <https://doi.org/10.1080/01612840.2017.1390021>

Schalock, R. L., & Verdugo, M. A. (2002). *Handbook on quality of life for human services practitioners*. American Association on Mental Retardation.

Schalock, R. L., & Verdugo, M. A. (2013). The Impact of the Quality of Life Concept on the Field of Intellectual Disability. In M. L. Wehmeyer (Ed.), *The Oxford Handbook of Positive Psychology and Disability* (pp.37-48). <https://doi.org/10.1093/oxfordhb/9780195398786.013.013.0004>

Shogren, K. A., Wehmeyer, M. L., & Palmer, S. B. (2017). Causal Agency Theory. In Wehmeyer, M. L., Shogren, K. A., Little, T. D., Lopez, S. J. (Eds.) *Development of Self-Determination Through the Life-Course* (pp. 55-67). Springer.

Wehmeyer, M. L. (2005). Self-determination and individuals with severe disabilities: Re-examining meanings and misinterpretations. *Research and Practice for Persons with Severe Disabilities*, 30, 113-120. <https://doi.org/10.2511/rpsd.30.3.113>