

Face aux SCPD : l'occupation !

*Plonger au cœur des manifestations comportementales
et psychologiques associées aux troubles neurocognitifs
et découvrir le pouvoir des activités*



Ce guide d'activités est une production de l'équipe ambulatoire symptômes comportementaux et psychologiques de la démence (SCPD), direction du programme soutien à l'autonomie des personnes âgées (DPSAPA) et de la mission universitaire sur la gériatrie et le vieillissement, Institut universitaire de gériatrie de Montréal (IUGM), direction de l'enseignement universitaire et de la recherche (DEUR), CIUSSS du Centre-Sud-de-l'Île-de-Montréal (CCSMTL).

ADRESSE

Institut universitaire de gériatrie de Montréal (IUGM)
CIUSSS du Centre-Sud-de-l'Île-de-Montréal
4565, Chemin Queen-Mary
Montréal (Québec) H3W 1W5

DÉPÔT LÉGAL

Bibliothèque et Archives nationales du Québec
Bibliothèque et Archives Canada, 2025

ISBN : 978-2-555-01235-6

Tous droits réservés pour tous pays.

La reproduction, par quelque procédé que ce soit, la traduction ou la diffusion de ce document, même partielles, sont interdites sans l'autorisation préalable de l'IUGM, CIUSSS du Centre-Sud-de-l'Île-de-Montréal. Cependant, la reproduction de ce document ou son utilisation à des fins personnelles, d'étude privée ou de recherche scientifique, mais non commerciales, est permise à condition d'en mentionner la source.

Pour citer ce document : AQUIN, C., VERITE-AUBRY C., NELSON-DROLET S., CARTER M., GOYET-LEROUX L. (2025). *Guide pour les occupations des personnes vivant avec des symptômes psychologiques et comportementaux de la démence*.

Montréal, Québec : Institut universitaire de gériatrie de Montréal, CIUSSS du Centre-Sud-de-l'Île-de-Montréal.

RÉVISION LINGUISTIQUE ET MISE EN PAGE

- Services linguistiques Véronique Boily
- Annie Webb, artsciencedesign.org

AUTRICES

- Chloé Aquin, M. Sc., ergothérapeute, équipe SCPD, SAPA, CCSMTL
- Claudé Vérité-Aubry, M. Sc., ergothérapeute, équipe SCPD, SAPA, CCSMTL
- Sandrine Nelson-Drolet, stagiaire en ergothérapie, équipe SCPD, SAPA, CCSMTL
- Marianne Carter, stagiaire en ergothérapie, équipe SCPD, SAPA, CCSMTL
- Laurence Goyet-Leroux, M. Sc., ergothérapeute, CLSC Plateau-Mont-Royal, SAPA, CCSMTL

REMERCIEMENTS

Les autrices remercient toutes les personnes qui ont collaboré de l'élaboration jusqu'à la validation de ce guide. Les travaux réalisés dans le cadre de ce projet ont bénéficié du soutien particulier de plusieurs personnes et les autrices tiennent particulièrement à remercier :

- Intervenantes de l'équipe SCPD, SAPA, CCSMTL : Caroline Ménard, Lynne Landry, Laurence Villeneuve, Anemarie Niculescu, Marie-Pier Lefebvre, Ladda Vongsavath, Marie-Josée Richer, Erika Meere et Stéphane Suppervielle
- Personne proche aidante-ressource : Serge Deschamps
- Préposée cheffe d'équipe, CCSMTL : Sylvie Lessieur
- Équipe de la mission universitaire sur la gériatrie et le vieillissement, IUGM, DEUR, CCSMTL : Maude Sussest et Marie Allio

Ce projet a été réalisé grâce à un financement ministériel dans le cadre du déploiement d'une équipe nationale d'expertise en SCPD.

Table des matières

1. Comprendre les troubles neurocognitifs majeurs (TNCM) et les symptômes comportementaux et psychologiques de la démence (SCPD)	13
2. Les préalables à l'occupation	18
3. Le pouvoir des occupations	34
4. Guide d'activités	40
5. Suggestions d'activités selon le SCPD	94



Table des matières des activités

4.1 Activités productives	41
• Tâches ménagères :	41
– Nettoyer des surfaces	42
– Épousseter	42
– Trier des ustensiles	43
– Passer le balai	43
– Nettoyer la vaisselle	44
– Essuyer la vaisselle	44
– Étendre des vêtements sur la corde à linge	45
– Plier des serviettes et des vêtements	45
• Cirer des chaussures	46
• Trier le contenu d'un coffre	47
• Classer des billets d'argent et de la monnaie	47
• Créer des enveloppes avec des montants variés (20 \$, 40 \$, 75 \$) et demander à la personne de mettre le bon montant dans chacune des enveloppes	47
• Faire une commission	48
• Simuler la conduite automobile	48
• Brosser des cheveux	49
• Prendre soin d'un bébé (poupée)	50

• S'occuper d'un animal	51
• Empotage	52
• Arroser/vaporiser les plantes	53
• Créer un arrangement floral	53
• Meuble de fouille	55

4.2 Activités de loisirs **56**

• Casse-tête	56
• Jeux de société	57
• Jeux de cartes	57
– Bataille	58
– Pige dans le lac	59
• Collage	60
• Peinture	61
• Dessin et coloriage	62
• Jeu de quilles	62
• Jeu de ballon	63
• Jeu de poches	63
• Se promener à l'intérieur ou à l'extérieur	64
• Techniques de respiration	65
• Lecture	66
• Regarder la télévision	66

4.3 Activités sensorielles	68
<i>Activités sensorielles auditives</i>	<i>69</i>
• Écouter un livre audio ou un balado	69
• Écouter une boîte à musique	69
• Message enregistré par une personne proche aidante	70
• Livre audio enregistré par une personne proche aidante	71
• Jouer d'un instrument	71
• Écouter de la musique	72
• Jouer du bâton de pluie	76
• Carte musicale	77
<i>Activités sensorielles tactiles</i>	<i>77</i>
• Jeux de style fidget	77
• Manchons	78
• Livre texturé	78
• Pâte à modeler	78
• Massage de mains	79
• Massage avec un masseur vibrant	79
• Manucure	79
• Peluche ou animal robotisé	80
• Bac sensoriel	81

<i>Activités sensorielles olfactives</i>	81
• Crème odorante	81
• Jeu des odeurs	82
• Livre odorant	83
• Diffuseur d'odeurs	83
<i>Activités sensorielles buccales</i>	84
• Mâchouille	84
• Faire des grimaces	84
• Faire des bulles	85
• Mâcher de la gomme	85
• Boire une boisson pétillante	86
• Manger des aliments croquants	86
• Lampe à lave	87
<i>Activités sensorielles visuelles</i>	87
• Lampe à fibre optique	87
• Autocollants fluorescents	88
• Album photos	88
• Projecteur étoilé	89
• Regarder des vidéos immersives	89
• Guirlande de lumières colorées	90

4.4 Activités sociales

91

Activités sociales de groupe

91

- Danser

91

- Karaoké

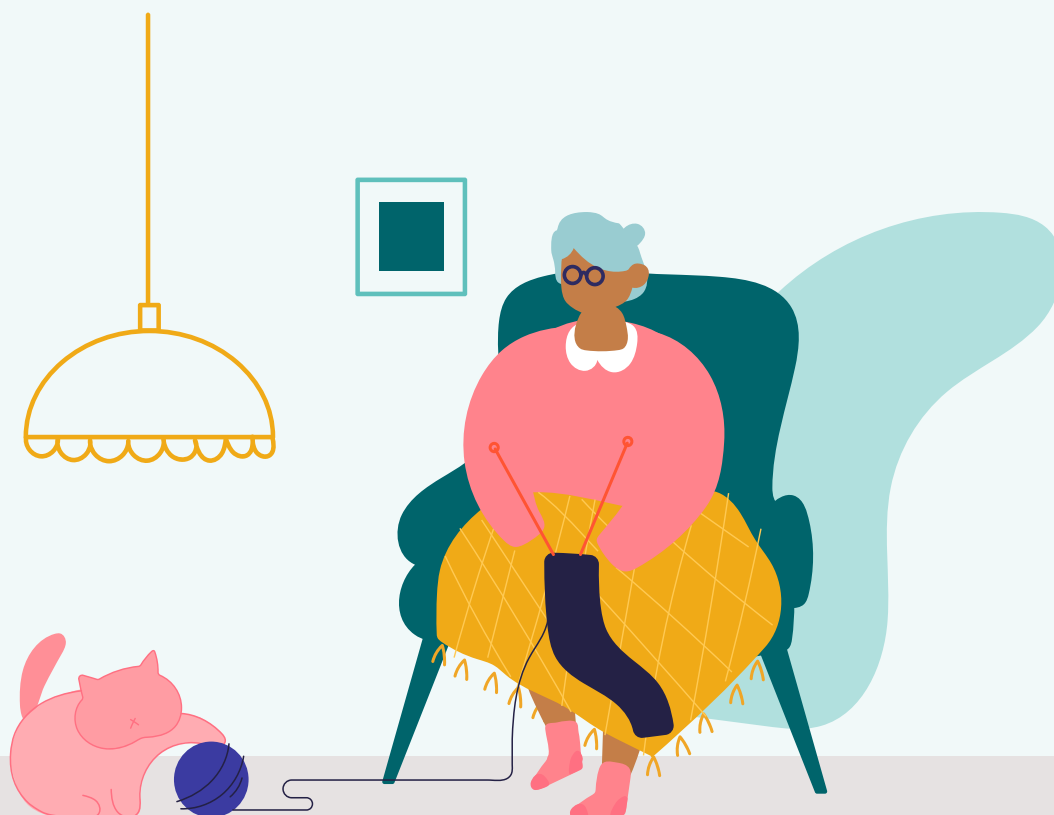
92

- Zoothérapie

92

- Jeu-questionnaire

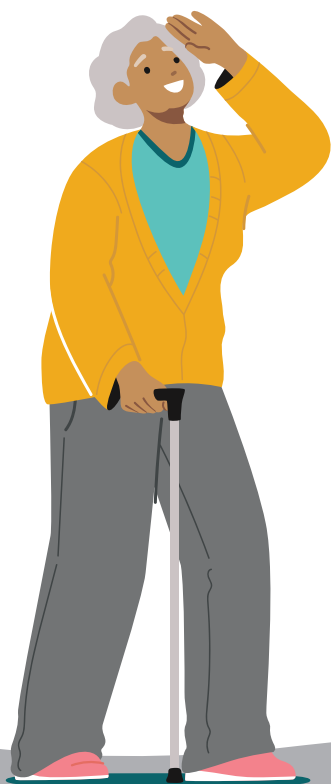
93



Préambule

Vivre ou travailler avec des personnes vivant avec un trouble neurocognitif est une expérience toute particulière.

Elle exige une capacité d'adaptation continuelle et constitue un défi pour la gestion de nos émotions. La personne vivant avec un trouble neurocognitif peut susciter des émotions contradictoires chez l'entourage : de l'empathie, de l'amour, de l'inquiétude, de l'exaspération, de la colère ou même de la peur. Avec l'évolution de la maladie, la personne est à la fois elle-même, à la fois une nouvelle personne avec de nouveaux besoins à découvrir. Permettre à la personne de rester engagée dans des occupations adaptées et significatives pour elle est un moyen privilégié de vivre avec elle des expériences positives, de favoriser le maintien des liens et de la communication.



À qui s'adresse ce guide?

Ce guide s'adresse à toute personne qui passe du temps avec une personne vivant avec un trouble neurocognitif. Cela peut être un conjoint, un enfant, un ami, un accompagnateur, un voisin, ainsi que tout intervenant du domaine de la santé que la personne côtoie activement.

Liste des termes et acronymes fréquemment utilisés :

TNCM: Trouble neurocognitif majeur

SCPD: Symptômes comportementaux et psychologiques de la démence.

À noter que les termes “manifestations comportementales et psychologiques” associées aux troubles neurocognitifs majeurs sont également utilisés dans certaines publications récentes notamment dans la Politique québécoise sur la maladie d’Alzheimer et les autres troubles neurocognitifs (MSSS, 2025). L’appellation SCPD utilisée dans ce guide est privilégiée par soucis de cohérence des termes utilisés dans les milieux cliniques et de recherche.

La personne: personne vivant avec un TNCM avec ou sans SCPD.

Aidant: personne qui prend soin d’une personne vivant avec un TNCM. Il peut s’agir d’une personne proche aidante (famille, amis, etc.), d’un membre du personnel de la santé ou de toute autre personne (ex: accompagnant).

Objectif de ce guide

Ce guide vise à sensibiliser les aidants et aidantes aux différentes stratégies utiles et efficaces au quotidien, dont l’importance de maintenir la personne active dans des occupations.





1. Comprendre les troubles neurocognitifs majeurs (TNCM) et les symptômes comportementaux et psychologiques de la démence (SCPD)

Qu'est-ce qu'un TNCM ?

Un trouble neurocognitif majeur est une atteinte irréversible des capacités cognitives de la personne (p. ex., mémoire, langage, résolution de problèmes, etc.) qui impacte de façon importante son autonomie et son fonctionnement. Concrètement, il devient de plus en plus difficile pour la personne touchée de faire ses activités courantes sans aide. Par exemple, elle peut ne plus être capable de faire ses courses, de cuisiner un repas ou d'entretenir son domicile. Il existe plusieurs types de TNCM, et la maladie d'Alzheimer est la plus fréquente. Le terme « démence » est souvent utilisé dans le langage courant pour parler des TNCM.

(MSSS, 2022)

Exemples de manifestations d'un TNCM au quotidien :

- Madame Villeneuve se perd régulièrement dans son quartier
- Madame Ménard oublie d'éteindre son four
- Madame Landry a de la difficulté à planifier sa liste d'épicerie
- Monsieur Vong n'arrive plus à enfiler seul ses vêtements



Quelques exemples de types de TNCM :

- La maladie d'Alzheimer, 60 % à 80 %
- La maladie vasculaire, 15 % à 25 %
- La maladie à corps de Lewy, 5 % à 10 %
- La maladie fronto-temporale, 5 % à 6 %
- Mixte
- Et bien d'autres...



(Société Alzheimer, s.d.)

Qu'est-ce que les symptômes comportementaux et psychologiques de la démence (SCPD) ?

Les symptômes comportementaux et psychologiques de la démence (SCPD) sont des états et des comportements apparaissant au cours d'un TNCM et qui perturbent la manière d'agir et de se sentir. Il peut s'agir de symptômes comportementaux (p. ex., marcher sans arrêt ou sans but, être agressif) ou de symptômes psychologiques (p. ex., être anxieux, triste, irritable) (Lyketsos et al., 2002). Ils affectent autant le bien-être et la qualité de vie de la personne que de ses proches (Finkel et coll., 1996). La majorité des personnes vivant avec un TNCM expérimenteront un ou plusieurs SCPD au cours de la maladie. Les symptômes peuvent varier à travers le temps. En effet, ils peuvent apparaître et disparaître à différents moments de la maladie, se transformer (p. ex., symptômes dépressifs au début de la maladie qui s'améliorent, puis apparition d'un comportement d'errance par la suite) et varier en intensité selon les jours et les semaines (Robert et coll., 2005).

Catégories de SCPD

Symptômes comportementaux

- Errance (circuler sans but)
- Agitation/agressivité verbale et/ou physique (insulter, frapper, etc.)
- Vocalisations (p. ex., cris, faire des sons répétés)
- Résistance aux soins (refuser de se laver, refuser la médication, etc.)
- Désinhibition (faire des commentaires vulgaires, gestes inappropriés etc.)

Symptômes psychologiques

- Délires (être convaincu d'une histoire fausse et irrationnelle)
- Hallucinations (voir, sentir ou entendre des choses qui ne sont pas réelles)
- Dépression (perte d'appétit, pleurs, etc.)
- Apathie (manque de motivation pour les activités)
- Anxiété (être nerveux, inquiet)

Voici quelques exemples de SCPD en action

La personne :

- Marche toute la journée ;
- Ouvre à répétition ses tiroirs pour regarder ce qui s'y trouve et fouiller dans ses affaires. Elle ne fait que du désordre ;
- A toujours été pudique, mais depuis quelque temps, elle se déshabille dans les espaces communs ;
- Devient agressive lors des soins d'hygiène, alors qu'elle était calme et douce au quotidien ;
- Insulte les gens lorsque les choses ne sont pas faites à sa manière ;
- Reste assise sans rien faire toute la journée. Elle ne démontre plus aucun entrain pour les activités qu'elle aimait faire auparavant.

Pourquoi s'intéresser aux SCPD?

Les SCPD cachent en général un besoin non comblé. La personne peut avoir de la douleur, avoir faim/soif, s'ennuyer, être inconfortable ou avoir tout autre besoin qu'elle ne parvient pas communiquer ni à identifier clairement en raison des atteintes cognitives. Il est donc important de chercher la cause du SCPD afin de tenter d'y répondre et, ainsi, de la soulager.

De plus, les SCPD peuvent être perturbants et engendrer des difficultés importantes, voire de la détresse. Ceci est vrai tant pour la personne elle-même, pour ses personnes proches aidantes, pour l'équipe de soins ainsi que pour les personnes résidant dans le même milieu de vie (autres usagers).

En agissant sur les causes se cachant derrière l'expression des différents comportements, on augmente le bien-être de la personne et on réduit le stress qu'ils génèrent dans l'entourage, ce qui améliore la qualité de vie de tous. Cela contribue à maintenir la personne dans son milieu de vie plus longtemps.

(MSSS, 2014)

Est-il possible d'éliminer complètement les SCPD?

Dans la plupart des cas, les SCPD ne disparaîtront pas complètement malgré de bonnes approches. Par contre, si les SCPD diminuent, même légèrement, il est probable que l'approche essayée fonctionne, et il est souhaitable de la poursuivre.

La section 2 du guide, « Les préalables à l'occupation » (voir page 18), comporte plusieurs outils à utiliser de manière générale pour prévenir l'apparition et réduire l'intensité des SCPD.



2. Les préalables à l'occupation

Avant d'aborder pleinement les occupations, il est important d'avoir quelques outils et connaissances de base pour assurer une gestion efficace des SCPD.

Comme discuté précédemment, la présence de SCPD suggère généralement un ou des besoins non comblés. Le rôle de l'aidant ou de l'aidante est de tenter de comprendre quel est ce besoin pour essayer d'y répondre. Ces besoins peuvent être variés, mais certains reviennent plus fréquemment.

Les 5 besoins de base à vérifier en tout temps sont :

- La **faim**
- La **soif**
- L'absence de fatigue
- L'**élimination** (urine et selles)
- L'absence de douleur

Il existe aussi 2 autres besoins essentiels qui sont :

- Socialiser
- Être stimulé/être occupé



Bien comprendre les besoins de socialiser et d'être stimulé/de s'occuper

Comme aidant ou aidante, il est parfois tentant de prendre en charge toutes les activités de la personne à sa place. Cependant, pour la personne vivant avec un TNCM, il peut être difficile de ne plus être autonome et de ne rien faire. Voici un exemple pour vous aider à vous représenter ce que peut ressentir la personne :

Vous êtes seul·e à l'aéroport, votre vol est retardé de 10 heures et vous ne parlez pas la langue du pays où vous vous trouvez. Vous n'avez pas faim, pas soif, vous n'êtes pas fatigué·e, vous n'avez pas de douleur ni d'envie d'aller aux toilettes. Malgré que vos 5 besoins de base soient comblés, vous pourriez vivre un sentiment de malaise et d'ennui.

Il est probable que vous trouviez des façons de vous occuper et de vous stimuler, par exemple en vous promenant sans but précis dans l'aéroport ou en allant toucher les objets à vendre dans les boutiques. Il se peut que vous vous sentiez irritable. Avoir quelque chose à faire ou être avec quelqu'un de confiance pourrait vous aider à vous sentir mieux.

C'est la même chose pour une personne vivant avec un TNCM !



2.1 Détective en action



Avec le déclin des capacités cognitives, la personne peut avoir de la difficulté à comprendre, à identifier et à exprimer ses besoins. Elle ressent un malaise, mais ne peut pas dire clairement d'où il vient. Elle peut alors agir de façon inappropriée en réaction à ce malaise : elle manifeste des SCPD!

C'est donc l'entourage qui doit tenter de découvrir quels sont les besoins compromis. C'est pourquoi la posture du **DÉTECTIVE** est importante. Être détective, c'est regarder la situation en détail, en l'examinant sous toutes ses facettes.

Voici quelques étapes pour être un bon détective :

- Décrire la situation difficile le plus précisément possible (voir le tableau à la page suivante)
- Se poser des questions (p. ex., Pourquoi réagit-elle ou réagit-il mal lorsque je lui propose la douche ? Ai-je utilisé une bonne approche ?)
- Questionner la personne et son entourage (p. ex., « Avez-vous remarqué s'il est ou si elle est souvent triste ? »)
- Connaître l'histoire de vie de la personne, sa personnalité avant d'avoir un TNCM, ses habitudes passées, ses préférences actuelles (voir page 22)
- Faire des hypothèses sur les besoins qui ne sont pas satisfaits (p. ex., A-t-elle ou a-t-il faim ? Cherche-t-elle ou cherche-t-il à s'occuper ?)
- Tester des solutions auprès de la personne (p. ex., offrir une collation)
- Observer comment la personne réagit pour évaluer l'efficacité des solutions identifiées

Décrire la situation

Exemple

Consulter p. 105
pour une grille vierge.

Quoi	Quels sont les comportements? Qu'est-ce que la personne pose comme actions, gestes?	La personne circule sans arrêt, entre dans différentes pièces et se montre irritable (hausse le ton, insulte)
Où	À quel endroit la situation a-t-elle eu lieu (dans quelle pièce)?	Dans le corridor
Quand	À quel moment la situation a-t-elle eu lieu (durant quelle activité/quel soin)?	À 10 h, après la collation
Qui	Qui est impliqué dans cette situation/vers qui sont dirigés les comportements?	Sa conjointe
Hypothèse/ Cause	Qu'est-ce qui a déclenché le comportement (élément déclencheur)?	La personne avait envie d'aller aux toilettes et ne savait pas où elles se trouvaient
Intervention/ Comment	Qu'est-ce que vous avez fait?	La personne est guidée vers la toilette, est soulagée et retourne s'asseoir au salon
Résultat	L'intervention a-t-elle permis de diminuer le comportement?	Oui

L'histoire de vie : essentielle à connaître

Connaître les habitudes antérieures et les préférences de la personne permet de créer un lien plus facilement avec elle et d'adapter les activités proposées.

Voici des exemples de choses à savoir pour mieux intervenir :

- Quelle était sa personnalité? (p. ex., sociable, discrète, anxieuse, etc.)
- D'où vient la personne?
- Quel était son travail?
- Qui sont les personnes importantes de sa vie?
- Quels étaient ses intérêts et activités préférées? (p. ex., musique, sport, arts, soins aux animaux, cinéma, etc.).
- Est-elle matinale? Quelle était sa routine?

Il est important d'utiliser l'histoire de vie pour adapter les interventions en conséquence. Par exemple :

- Si la personne aimait le hockey, lui parler de ce sport ou intégrer une activité en lien avec cet intérêt pourrait aider à détourner son attention lors d'une activité qu'elle juge moins agréable (p. ex., la prise des médicaments).
- Si la personne se levait toujours en fin de matinée, respecter sa routine et ne pas tenter de la faire se lever à 8 h pour déjeuner.
- Si la personne préférait prendre une douche au cours de sa vie, privilégier de lui offrir une douche au lieu d'un bain.

(MSSS, 2014)

2.2 L'approche de base : stratégies à utiliser en TOUT TEMPS

L'approche de base est un ensemble de stratégies qui facilitent les interactions avec une personne vivant avec un TNCM.

Communication

- Appeler la personne par son **nom** (celui qu'elle reconnaît le mieux).
- Se présenter en se nommant (selon le contexte).
- Avoir un ton de voix **doux et rassurant**.
- Utiliser des phrases courtes, simples et concrètes.
- **Parler lentement** et bien prononcer les mots.
- S'intéresser à la personne en lui parlant d'un **sujet qu'elle apprécie**.
- Donner **une consigne à la fois**. P. ex., 1) Prenez la débarbouillette, 2) Frottez votre visage.
- **Laisser le temps** à la personne de répondre (cela peut prendre plusieurs secondes).
- **Expliquer** à la personne vos intentions (p. ex: "Je viens pour vous aider à...")
- Éviter d'utiliser une attitude ou un vocabulaire **infantilisants**.
- Remercier la personne de sa participation.



Communication (suite)



Formulations à éviter!

- **Ne pas donner d'ordres**

Personne n'aime recevoir des ordres! Malgré les différents changements cognitifs et défis engendrés, les personnes vivant avec un TNCM n'apprécient pas non plus recevoir des ordres.

Par exemple, si une personne se trouve dans une pièce où elle ne devrait pas être, plutôt que de lui demander de sortir, lui dire :

« Oh! je vous cherchais justement! Voulez-vous m'accompagner à la salle à manger? »

- **Éviter les mots qui peuvent amener des réactions négatives**, p. ex., « bain », « douche », « faire sa toilette », etc. Utiliser plutôt « se rafraîchir », « se mettre beau/belle », etc.
- **Éviter de confronter ou de corriger**. P. ex., « Ce n'est pas vrai », « Ce n'est pas comme ça qu'on fait ça », « Tu ne t'en souviens plus? »
- **Éviter de dire « non »**, utiliser davantage un « oui, mais... »
- **Éviter de raisonner la personne.**
- **Éviter de reprendre des mains** un objet. Si un objet doit être repris des mains d'une personne, faire un échange avec un autre objet intéressant (p. ex., un biscuit).

Entrer en contact

- Arriver calmement et lentement.
- Se positionner de manière à ce que la personne vous voit.
- Se mettre à sa hauteur. Établir un contact visuel.
- Respecter l'espace personnel de la personne.
- Adopter une attitude bienveillante (p. ex., mentionner que vous êtes là pour aider, pour veiller à sa sécurité).
- Si vous ne comprenez pas ce que la personne dit, l'encourager à continuer de s'exprimer en hochant la tête et en lui répondant selon ce que vous avez compris. Le non-verbal de la personne peut vous donner des indices sur ce qu'elle souhaite exprimer.

Gestes et toucher

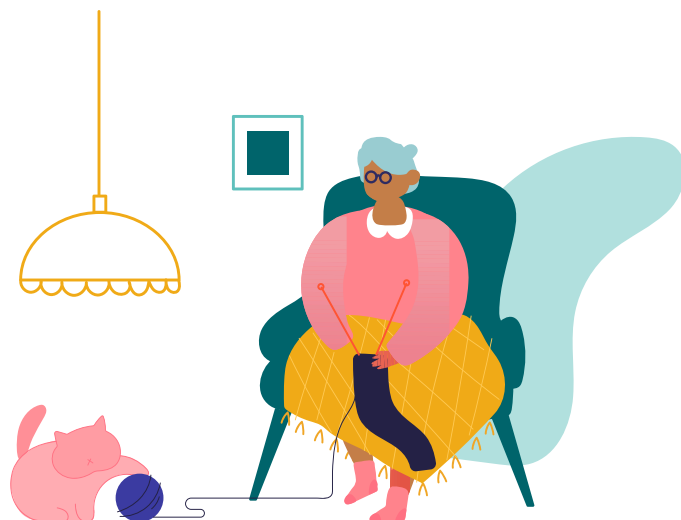
- Utiliser des gestes pour se faire comprendre (p. ex., imiter le geste de boire pour demander à la personne si elle a soif).
- Pointer ou montrer les objets pour vous faire comprendre (p. ex., montrer le chandail). Demander à la personne de vous montrer ou de pointer son choix ou ce dont elle parle.
- Toucher la personne doucement. Utiliser un toucher doux et enveloppant.
- Éviter de la tenir en la serrant (p. ex., serrer le poignet).

(MSSS, 2014)



Participation

- Encourager la personne à participer à des activités selon ses capacités et à son rythme (loisirs, cuisine, ménage, etc.).
- S'assurer que la personne utilise ses aides techniques et porte ses lunettes et appareils auditifs (dans la mesure où elle accepte).
- Tenir la personne loin des situations ou des individus qui peuvent provoquer des réactions négatives (p. ex., télévision avec les nouvelles).
- Intervenir en prévention dès que la personne manifeste un inconfort, comme être inquiète ou agitée (p. ex., en faisant diversion, en changeant d'activité).



Stratégies à utiliser au besoin

Faire diversion :

Le but est de détourner l'attention de la personne vers un autre sujet important ou stimulant pour elle.

- Par exemple : offrir à monsieur de jouer une partie de cartes alors qu'il fait mine de vouloir quitter.
- Par exemple : chanter une chanson que madame aime alors qu'elle montre des signes d'anxiété.

Stratégies à utiliser au besoin (suite)

Présenter la demande de façon différente :

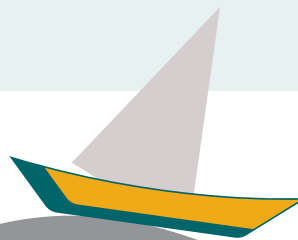
Ne pas répéter la même phrase plusieurs fois si la personne refuse.

- P. ex : au lieu de « Je vais vous aider à vous laver », utiliser « Vous allez vous rafraîchir » ou « Vous allez vous mettre belle ».
- P. ex : au lieu de « Il faut sortir de cette pièce », utiliser « Oh! je vous cherchais! Pourriez-vous me rendre un service? » ou « Et si on allait prendre une marche par ici? »

Reconnaître et valider le ressenti (les émotions) :

- Être attentif aux expressions corporelles qui peuvent exprimer des émotions. Inviter la personne à s'exprimer (P. ex., « Comment vous sentez-vous? Avez-vous peur? » Etc.).
- Refléter les émotions de la personne (P. ex., « Je comprends que vous êtes en colère. »).
- En présence d'idées délirantes (p. ex., elle pense que son voisin veut la voler), éviter de la contredire et essayer de comprendre l'émotion derrière le discours (p. ex., « C'est normal d'être inquiet et fâché quand on se fait voler »).
- Adopter une attitude rassurante (p. ex., « Je suis avec vous, je vais vous aider »).

(MSSS, 2014)



Stratégies à utiliser au besoin (suite)

Adapter l'environnement

Si la personne est dérangée par :

- L'éclairage : augmenter ou réduire l'éclairage ;
- Les sons : ajouter un fond sonore (bruit blanc), mettre de la musique ou aller dans une pièce moins bruyante ;
- Le visuel : allumer/éteindre la télévision, aller dans une pièce moins encombrée/plus stimulante ;
- Utiliser un amplificateur de sons avec une personne ayant une perte auditive.

Utilisation de la réminiscence

Principe par lequel on amène une personne à se plonger dans de vieux souvenirs.

- P. ex., poser des questions sur l'animal de compagnie que la personne avait dans son enfance pendant un soin ;
- P. ex., parler d'un événement historique qui s'est déroulé quand la personne était jeune (p. ex., l'Expo 67).



Comment agir face à un refus?

Les refus sont fréquents chez les personnes ayant un TNCM. La personne peut refuser de prendre un médicament, de participer à une activité, de se laver, etc. En premier lieu, il faut tenter de comprendre ce qui motive le refus de la personne (p. ex., un besoin de contrôle sur sa vie, un besoin d'intimité, etc.). Les stratégies mentionnées aux pages précédentes (p. 26 à 28) sont souvent aidantes. Parfois, il faut aussi accepter que la personne refuse ce qu'on lui offre.

Exemple de stratégies lors d'un refus

1. Présenter l'offre autrement, changer les mots utilisés, faire des phrases plus simples ou utiliser un indice visuel.
 - P. ex., au lieu de dire « Il faut s'habiller », essayer « Vous allez vous préparer pour la journée ».
2. Réessayer plus tard (p. ex., après 20 minutes).
3. Si la résistance est toujours présente, tenter de changer d'aidant.e pour offrir l'activité en question (si possible selon votre contexte).

Si le refus ou la résistance persiste :

4. Se questionner à savoir si l'activité est essentielle ici et maintenant. Pour les personnes à domicile, il peut être pertinent d'en discuter avec un professionnel ou une professionnelle de la santé (p. ex., l'intervenant ou l'intervenante pivot). Dans un milieu de soins de longue durée, il est suggéré d'en discuter avec l'infirmier ou l'infirmière et/ou l'équipe interdisciplinaire.

(MSSS, 2014, p.7)

- **Si l'intervention n'est pas essentielle** : la remettre à plus tard.
- **Si l'intervention est essentielle** :

Élaborer une marche à suivre qui respecte le mieux possible le consentement exprimé par la personne.

Comment juger si un soin est essentiel ?

- Y a-t-il un risque important pour la sécurité de la personne ou autrui?
- Y a-t-il un risque imminent (maintenant)?
- Les bénéfices à outrepasser le refus surpassent-ils les risques à le respecter?

Si vous répondez non à l'une de ces 3 questions, il ne s'agit pas d'un soin essentiel.



EN RÉSUMÉ, avant même les occupations, il est important :

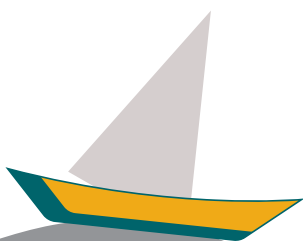
- De vérifier si les **besoins de base** (faim, soif, fatigue, élimination, absence de douleur) et les besoins essentiels (socialiser et être occupé/stimulé) sont satisfaits ;
- De **communiquer de manière adaptée**: se présenter, appeler la personne par son nom, utiliser des phrases courtes, avoir un ton de voix doux et rassurant ;
- **D'encourager** la personne ;
- **D'établir le contact** et de le maintenir par le regard, la voix et le toucher ;
- De **se positionner** de manière à ce que la personne vous voit (être à sa hauteur) ;
- D'utiliser des **formulations alternatives** (p. ex., « se rafraîchir » au lieu de « se laver ») ;
- **D'éviter de confronter** (p. ex., utiliser « oui, mais » au lieu de « non ») ;
d'encourager la personne à participer selon ses capacités et à son rythme ;
- De la **rassurer** régulièrement ;
- D'utiliser la **diversion** : détourner l'attention de la personne ;
- D'utiliser la **validation** : reconnaître les émotions ;
- De s'assurer de connaître **l'histoire de vie** de la personne ;
- **D'adapter l'environnement** : en augmentant ou en diminuant des stimulations (p. ex., lumière, etc.) ;
- De s'adapter en cas de **refus** ou de **résistance aux soins**
 - Changer la formulation de la phrase ;
 - Faire une pause et reprendre plus tard ;
 - Changer de personne ;
 - Discuter avec l'infirmier ou l'infirmière de la nécessité de l'intervention.



Il se peut que, malgré les interventions mises en place, une intervention médicale soit nécessaire pour améliorer le confort de la personne vivant avec des SCPD, ou pour favoriser son bien-être.



Quand vous découvrez des approches ou des stratégies qui fonctionnent bien, n'hésitez pas à en faire part à vos proches et/ou aux équipes de soins. Le travail de détective, c'est un travail d'équipe!





3. Le pouvoir des occupations

Pourquoi aider la personne à rester occupée ?

Les occupations quotidiennes **répondent à plusieurs besoins humains et sont essentielles au bien-être et à la santé** d'une personne (Moll et al., 2015).

Voici des exemples de besoins satisfaits par les occupations :

- **Être stimulé** : activer son corps et/ou son esprit aide à diminuer l'anxiété, la douleur perçue par la personne et donne une sensation d'énergie.
- **Créer des liens** avec les autres brise l'isolement et favorise le bien-être.
- Les activités s'apparentant au travail donnent le sentiment de **contribuer à la communauté et d'être utile**.
- **Prendre soin de soi**, par des soins d'hygiène ou en allant au salon de coiffure (p. ex., donne un sentiment d'autonomie et de bien-être).
- Certaines activités permettent **d'exprimer son identité** et de maintenir un sens de soi (ses préférences, son histoire de vie, ses qualités, etc.).
- Les activités qui permettent de **développer ses capacités** ou d'apprendre de nouvelles choses donnent confiance en soi et sont stimulantes.
- Les activités qui procurent du plaisir et de la joie améliorent l'état de santé général et donnent un **sentiment de bien-être**.
- La variété des activités permet d'avoir un **sentiment de contrôle**, d'avoir une **routine** et de maintenir un **équilibre**.

Toutefois, comme les capacités cognitives de la personne diminuent, il est généralement nécessaire d'aider la personne pour adapter ou modifier les activités afin qu'elle puisse continuer à les pratiquer.

Adapter une activité, ça veut dire quoi ?

Il s'agit de simplifier l'activité pour que la personne soit capable de participer. Par exemple, on peut donner des indices à la personne, retirer des étapes plus difficiles ou ralentir le rythme. **Le but n'est généralement pas de « réussir » correctement l'activité, mais plutôt de participer et d'avoir du plaisir.**

Pour aider à garder des traces des activités essayées et de l'appréciation de la personne, une grille est disponible en annexe (p.102).



Comment adapter une activité?

Diviser l'activité	P. ex., pour cuisiner des crêpes, séparer l'activité en 2 moments. Premièrement, préparer tous les ingrédients secs la veille. Le matin suivant, ajouter les ingrédients mouillés et faire cuire les crêpes.
Adapter le matériel	• Si la personne a de la difficulté à tenir un stylo dans sa main, essayer avec un crayon plus large. • Si la personne a de la difficulté à lire les petits caractères, utiliser du matériel avec une écriture plus grosse (p. ex., cartes à jouer avec des plus gros chiffres). • Utiliser des cartes à jouer plastifiées pour qu'elles glissent mieux. • Choisir un livre avec plus d'images et moins de texte.
Faire du <i>main sur main</i>	Pour faire le <i>main sur main</i>, mettre votre main sur la main de la personne pour guider son mouvement. Par exemple, si la personne fait du coloriage, mettre votre main sur la main de la personne qui tient le crayon et guider le mouvement du crayon pour colorier entre les lignes (Shepherd J. et coll., 2019). C'est une façon d'accompagner une personne dans la réussite d'une activité. Ceci est applicable à presque toutes les activités.
Miser sur les forces de la personne, les capacités qu'elle possède	Exemple de forces ou de capacités : • Voir/regarder • Entendre/écouter • Se concentrer quelques minutes (ou secondes) • Retenir une consigne • Entrer en contact avec quelqu'un d'autre • Compter/trier • Se déplacer

Comment adapter une activité? (suite)

Donner des choix	P. ex., offrir 2 choix à la personne en lui montrant un crayon feutre et un crayon de bois et lui demander lequel elle veut utiliser.
Simplifier les consignes	P. ex., au lieu de dire « Peux-tu faire la vaisselle? », donner une consigne simple à la fois : « Peux-tu mettre du savon dans l'évier? » Une fois que c'est fait, « Peux-tu faire couler de l'eau? », etc.
Ralentir	Les personnes ayant un TNCM prennent souvent plus de temps pour faire une même activité. Il est important de leur laisser suffisamment de temps pour comprendre et répondre à ce qui est demandé.
Démontrer l'activité plutôt que de l'expliquer verbalement	P. ex., démontrer la manière de brosser les poils d'un animal (vivant ou peluche). P. ex., démontrer sur soi comment s'essuyer le visage.
Donner des indices visuels	P. ex., mettre une photo de verres et d'assiettes sur les armoires pour que la personne identifie facilement où les ranger et les récupérer.
Miser sur les activités qui étaient importantes pour la personne	P. ex., inviter un musicien ayant pratiqué le piano classique à écouter de la musique classique dans une salle. P. ex., donner de fausses dictées à corriger à une ancienne enseignante.

Rappel



L'essentiel n'est pas de réussir l'activité, mais d'y prendre plaisir. Par exemple, une personne peut avoir du plaisir à manipuler de la pâte à modeler même si elle ne crée aucune forme concrète.

Si la personne n'a pas de plaisir ou se sent en échec, il est pertinent de simplifier davantage l'activité ou de changer d'activité.

Exemple d'adaptation pour faire un casse-tête selon le niveau d'atteinte cognitive

Atteinte légère

- Laisser la personne faire un casse-tête de 50 morceaux ou moins
- Aider à planifier les étapes : assembler les morceaux de même couleur, identifier les coins

Atteinte modérée

- Donner un morceau de casse-tête et pointer pour indiquer à la personne où elle peut le placer

Atteinte sévère

- Toucher les morceaux de casse-tête
- Montrer le casse-tête
- Main sur main avec le morceau de casse-tête



4. Guide d'activités

Cette section du guide contient de nombreuses activités pour aider à trouver des idées diversifiées et intéressantes dans différents contextes. Puisque chaque personne atteinte d'un TNCM a des capacités différentes, il peut être nécessaire d'adapter les activités proposées.

Lors du choix d'une activité, il est important de prendre en considération le sens que la personne accorde à cette activité.

Est-ce que cette activité permettra à la personne :

- D'avoir du plaisir?
- De se sentir utile?
- D'exprimer une partie de son identité?
- D'être stimulée?
- Etc.



Certaines activités peuvent avoir l'air infantilisantes. Par exemple, offrir une poupée ou une peluche à un adulte. De même, une activité de vaisselle ou de balai peut sembler absurde si la personne n'est pas en mesure de compléter la tâche adéquatement. Il faut toutefois se rappeler que c'est l'émotion et le sens qu'évoque cette activité pour la personne qui sont importants, et non le fait qu'elle complète l'activité.

Si la personne a du plaisir ou démontre un intérêt, le but est atteint!

En effet, bercer une poupée peut avoir un effet rassurant et apaisant.

Passer le balai ou faire la vaisselle, même si c'est inefficace, peut donner le sentiment d'être utile.

La prochaine section est divisée par grands types d'occupation :

- Activités productives (p. 41)
- Activités de loisirs (p. 56)
- Activités sensorielles (p. 68)
- Activités sociales de groupe (p. 91)



4.1 Activités productives

- Tâches ménagères :
 - Nettoyer des surfaces
 - Épousseter
 - Trier des ustensiles
 - Passer le balai
 - Nettoyer la vaisselle
 - Essuyer la vaisselle
 - Étendre des vêtements sur la corde à linge
 - Trier le contenu d'un coffre
 - Plier des serviettes et des vêtements
- Cirer des chaussures
- Classer des billets d'argent, de la monnaie
- Aller faire une commission
- Simuler la conduite automobile
- Brosser des cheveux
- Prendre soin d'un bébé (poupée)
- S'occuper d'un animal
- Mettre une plante en pot
- Arroser/vaporiser les plantes
- Créer un agencement floral
- Cuisiner
- Chercher dans un meuble de fouille

Nettoyer des surfaces

Étapes

- Mouiller la serviette
- Offrir la serviette à la personne
- Inviter la personne à laver la surface seule ou avec vous

Variante

- En position debout : laisser la personne se promener et épousseter ce qu'elle trouve OU lui indiquer quels éléments épousseter
- En position assise : rassembler sur une table des objets à épousseter (p. ex. : bibelots)



Astuce



La surface peut être propre ou sale

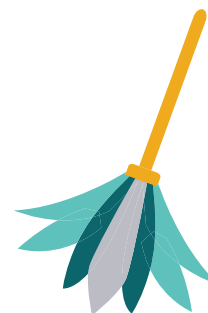
Épousseter

Étapes

- Offrir un plumeau à la personne
- Trouver des objets à épousseter

Variantes

- En position debout : laisser la personne se promener et épousseter ce qu'elle trouve OU
- Lui indiquer quels éléments épousseter En position assise : rassembler sur une table des objets à épousseter (p. ex., bibelots)



Trier des ustensiles

Étapes

- Fournir des ustensiles variés à la personne
- Fournir des compartiments dans lesquels ranger les ustensiles (plusieurs bacs ou un support à ustensiles) OU utiliser le tiroir à ustensiles s'il est accessible



Variante

- La personne peut être assise ou debout

Sécurité

Éviter les couteaux avec des dents ou coupants

Passer le balai

Étapes

- Étape facultative : étaler des débris sur le sol (p. ex., des bouts de papier)
- Offrir le balai et laisser la personne balayer les planchers

Variantes

- Si la personne peut se pencher sans douleur ni pertes d'équilibre, offrir un porte-poussière. Mettre la poubelle en évidence
- Utiliser un balai de table pour le passer sur les surfaces comme une table, un comptoir, etc.



Nettoyer la vaisselle

Étapes

- Remplir un bac ou un évier d'eau tiède et savonneuse
- Préparer une surface ou un bac pour recueillir la vaisselle propre
- Déposer la vaisselle à nettoyer dans l'eau savonneuse
- Facultatif : encourager la personne à mettre les gants de vaisselle
- Inviter la personne à nettoyer la vaisselle avec ou sans aide



Astuce



Utiliser des
plats de plastique
ou de la vaisselle
incassable

Variantes

- Sans lavabo à proximité, utiliser un bac rempli d'eau savonneuse
- Utiliser une éponge avec un long manche pour faciliter la prise
- Avoir des objets variés (assiette, verre, ustensiles, etc.)

Essuyer la vaisselle

Étapes

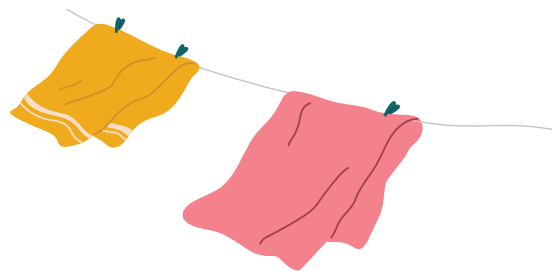
- Fournir un linge propre et sec à la personne
- Inviter la personne à essuyer la vaisselle (démontrer au besoin)



Étendre des vêtements sur la corde à linge

Étapes

- Rassembler les vêtements à suspendre
- S'assurer que les pinces sont à proximité
- Accompagner la personne pour étendre le linge sur la corde



Variantes

- Sans accès à une corde à linge, fabriquer une corde en collant ou en enroulant une corde entre 2 chaises ou sur un mur. Utiliser des vêtements moins lourds à suspendre (p. ex., bas)
- Pour ajouter un défi : demander à la personne de placer les vêtements selon un ordre de couleurs

Plier des serviettes et des vêtements

Étapes

- Présenter une pile de vêtements non pliés
- Au besoin, démontrer à la personne comment plier certains morceaux de vêtements



Astuce



Si la personne fait l'activité debout, assurez-vous que la surface de travail est assez haute pour éviter qu'elle ait des douleurs au dos ou au cou

Cirer des chaussures

Matériel

- Brosse à chaussures
 - Crème à chaussures
 - Cire à chaussures
 - 1 applicateur de cire (éponge ou serviette douce)
 - 1 serviette douce
 - Paire de chaussures en cuir
- Crémer l'entièreté de la chaussure en faisant des mouvements circulaires à l'aide de la serviette et de la crème
 - Appliquer un peu de cire sur la seconde serviette et cirer la chaussure
 - Brosser l'entièreté de la chaussure à nouveau
 - Refaire le processus pour la seconde chaussure

Étapes

- Rassembler tout le matériel
- Passer la brosse sur l'entièreté de la chaussure pour enlever les saletés
- Retirer les lacets
- Mettre une petite quantité de crème sur une serviette



Trier le contenu d'un coffre

(p. ex., bijoux, boutons de différentes couleurs, bobines de fil)

Étapes

- Étaler les objets sur la table
- Demander à la personne de trouver un objet à la fois et de le classer dans un compartiment (p. ex., trouver toutes les bobines de fil)

Classer des billets d'argent et de la monnaie



Matériel

- Billets fictifs
- Monnaie de jeu de différentes valeurs

Étapes pour les billets

- Étaler les billets sur la table
- Demander à la personne de classer les billets dans des piles selon leur couleur ou selon leur valeur

Étapes pour les pièces de monnaie

- Étaler les pièces sur la table
- Demander à la personne de les classer dans des piles selon leur taille ou leur valeur

Variantes

- Créer des enveloppes avec des montants variés (20 \$, 40 \$, 75 \$) et demander à la personne de mettre le bon montant dans chacune des enveloppes

Faire une commission

Étapes

- Proposer à la personne de vous accompagner pour faire une commission
- Lors de la commission, lui donner des responsabilités telles que : pousser le panier d'épicerie, prendre les aliments et les mettre dans le panier, ramener un sac, etc.



Simuler la conduite automobile

Description

- Simuler la conduite automobile sur route à l'aide d'un volant d'auto et d'une projection

Matériel

- Projecteur ou tablette/téléphone cellulaire
- Volant (p. ex., volant de jeu vidéo)



Environnement suggéré

- Proposer à la personne de s'asseoir à une table ou dans un fauteuil confortable
- Si une salle sensorielle est disponible, installer la personne devant l'écran avec une projection. Donner le volant à la personne pour qu'elle le tienne dans ses mains

Simuler la conduite automobile (suite)

Étapes pour l'activité avec projection

- Aller sur YouTube et cliquer sur une vidéo d'une simulation de route (p. ex., California Scenic Bike Ride with Music — Coleman Valley Road, California — 5 Hours)
- 2 options :
 - Projecteur : allumer le projecteur et projeter la vidéo
 - Cellulaire ou tablette : installer la tablette ou le cellulaire sur la table, face à la personne
- Donner le volant à la personne et l'encourager à faire comme si elle conduisait sur la route projetée sur l'écran

Variantes

- Si l'accès à un projecteur, une tablette ou un cellulaire n'est pas possible, simplement offrir le volant à la personne

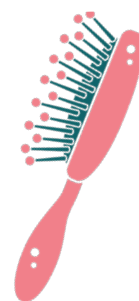
Brosser des cheveux

Matériel

- Une poupée avec des cheveux ou une personne désirant se faire brosser les cheveux
- Un peigne ou une brosse
- Des élastiques

Variantes

- Masser le cuir chevelu
- Tresser les cheveux
- Laisser la personne manipuler les objets de coiffure
- Échanger les rôles



Prendre soin d'un bébé (poupée)

Matériel nécessaire

- Une poupée à l'effigie d'un bébé

Matériel optionnel

- Une couche pour bébé
- Des vêtements pour bébé
- Un biberon
- Une couverture
- Une poussette

Astuce



Des poupées qui mesurent environ 30-40 cm peuvent avoir un air plus réaliste.

Variantes

- Encourager la personne à bercer la poupée dans ses bras ou bercer la poupée dans ses bras avant de lui remettre
- Habiller la poupée (enfiler et retirer les vêtements)
- Mettre une couche et / ou changer la couche
- Installer la poupée dans la poussette et se promener
- Installer la poupée dans la poussette et se promener



Comment présenter la poupée :

- Prendre la poupée et la bercer, montrer la poupée à la personne et demander si elle veut la prendre
- Vous pouvez dire :
« Regardez le beau bébé »
- Si vous ne savez pas si la personne va aimer se faire présenter le bébé, laisser le bébé sur la table ou dans vos bras et observer si la personne s’y intéresse d’elle-même.

Astuce



Si la personne pense que c’est un vrai bébé, ne pas la contredire. Si elle réalise que c’est une poupée, ne pas lui mentir. Il se peut qu’elle ait tout de même du plaisir à bercer la poupée.

S’occuper d’un animal

Matériel nécessaire

- Toutou animal
- Alternative : chat ou chien robot (ces animaux réagissent au toucher en ronronnant, en levant la patte, etc.)
 - À noter que ceux-ci coûtent plus cher que des toutous en peluche
- Alternative : prévoir la visite de vrais animaux si cela est accessible

Matériel optionnel

- De la nourriture
- Un collier pour le toutou ou un harnais
- Un sac à chien
- Une brosse



S'occuper d'un animal (suite)

Comment présenter l'animal (toutou ou chien-chat robot) ?

- Prendre le toutou et le flatter, le montrer à la personne et lui demander si elle veut le prendre
- Vous pouvez dire : « Regardez le beau chien/chat que j'ai amené »
- Si vous n'êtes pas certain ou certaine que la personne va aimer se faire présenter le toutou, le laisser sur la table et observer si la personne s'y intéresse d'elle-même.

Astuce

Si la personne pense que c'est un vrai animal, ne pas la contredire. Si elle réalise que c'est un toutou, ne pas lui mentir. Il se peut qu'elle ait tout de même du plaisir à flatter le toutou.



Empotage

Matériel

- Pot
- Petite pelle ou grosse cuillère
- Terre
- Plantes
- Eau



Étapes

- Mettre de la terre dans les pots
- Avec les mains ou la cuillère, faire un trou dans la terre pour placer une plante
- Mettre une plante dans le pot de terre
Recouvrir les racines de la plante avec de la terre et taper légèrement la terre
- Arroser la plante

Arroser/vaporiser les plantes

Matériel

- Vaporisateur
- Contenant pour arroser



Étapes

- Demander à la personne de vous aider à arroser les plantes
- Demander à la personne de vous aider à vaporiser le feuillage des plantes

Créer un arrangement floral

Matériel

- Bloc en mousse
- Fleurs en plastique
- Pot



Étapes

- Avec la personne, placer un bloc de mousse dans le pot
- Laisser la personne choisir les fleurs qu'elle souhaite agencer
- Piquer les tiges des fleurs dans le bloc de mousse



Cuisiner

Cuisiner est une activité qui peut procurer des sentiments de fierté et d'utilité. Cela permet d'être en relation avec les personnes de son entourage. C'est aussi une activité qui stimule différents sens (toucher, goût, odorat, etc.).

Matériel

- Pour le matériel, utiliser les instructions de la recette choisie

Étapes

- Suivre les étapes de la recette choisie

Variantes

- Pour une activité de groupe, séparer les étapes pour que chaque personne puisse participer (P. ex., une personne mesure la farine, une personne brasse le mélange, etc.)

- Pour l'ensemble des activités :

- Assister avec une aide physique les personnes qui ont de la difficulté à manipuler les objets

Sécurité

Pour les recettes demandant d'utiliser des objets coupants ou chauds, accompagner la personne lors des manipulations. Vous pouvez également faire ces manipulations seul.e. Des couteaux en bois peuvent aussi être utilisés par la personne pour couper certains aliments (p. ex., des légumes)

Astuces



- Idées de recettes plus simples :
 - Pudding du commerce
 - Gâteau dans une tasse
 - Smoothie
- Idées de recettes plus complexes :
 - Gâteau aux bananes
 - Biscuits (à faire et à décorer)
 - Sandwich

Meuble de fouille

Prendre soin d'une personne vivant avec un TNCM peut mener à devoir sécuriser son environnement, par exemple en empêchant l'accès à des objets et produits dangereux (p. ex., produits ménagers toxiques, objets coupants, etc.).

Toutefois, il est important que la personne puisse accéder à du matériel sécuritaire, ce que le meuble de fouille permet.

Le principe d'un meuble de fouille consiste à libérer un meuble de son contenu pour y ranger du matériel sécuritaire pouvant être manipulé et déplacé par la personne vivant avec un TNCM. Il est conseillé de ne pas y mettre d'objets de valeur puisqu'il est possible que du matériel soit égaré.

Astuces



- Installer le meuble dans un endroit facilement accessible pour la personne
- Laisser le meuble ouvert pour offrir un rappel visuel et encourager la personne à s'y rendre

Matériel suggéré

(à adapter selon les préférences de la personne)

- Vêtements
- Serviettes
- Débarbouillettes
- Peluches
- Objets à manipuler et stimulant les sens (voir p. 77 pour les jeux de style fidget)
- Etc.

Étapes

- Vider le meuble de son matériel
- Installer le nouveau matériel dans les différentes sections du meuble
- Présenter le meuble à la personne et démontrer qu'elle peut y prendre les objets

4.2 Activités de loisirs

- Casse-tête
- Jeu de société
- Jeux de cartes :
 - Bataille
 - Pige dans le lac
- Artisanat :
 - Enfilage de perles
 - Collage
 - Peinture
 - Dessin et coloriage
- Jeu de quilles
- Jeu de ballon
- Jeu de poches
- Se promener à l'intérieur et à l'extérieur
- Relaxation :
 - Techniques de respiration
 - Yoga adapté
 - Lecture
- Regarder la télévision

Casse-tête

Étapes

- Commencer par des casse-têtes faciles (p. ex., 12 morceaux) et augmenter le nombre de morceaux selon la capacité de la personne à faire le casse- tête
- Commencer par des gros morceaux, puis diminuer la taille selon la réussite
- Privilégier une image qui intéresse la personne.



Variantes

- Varier la texture et le matériel des pièces (bois, carton, mousse)
- Laisser la boîte avec l'image du casse-tête comme référence
- Utiliser des formes à encastrer

Astuce



Pour faciliter l'activité, privilégier des images avec des contrastes de couleurs

Jeux de société

Étapes

- Utiliser les intérêts passés de la personne.
Par exemple, si la personne était passionnée d'échecs, opter pour un jeu d'échecs
- Opter pour des jeux ayant moins de consignes (p. ex., tic-tac-to)

Astuce



Prioriser les jeux que la personne connaît bien. Il se peut que la personne prenne plaisir à simplement manipuler les pièces.

Jeux de cartes

Variantes

Si la compréhension des consignes est compliquée pour la personne, voici quelques alternatives :

- Donner le paquet de cartes à la personne et lui demander de les brasser ou de les distribuer
- Demander à la personne de faire des piles de cartes par couleurs (rouge et noir) ou symboles (cœur, pique, trèfle, carreau)

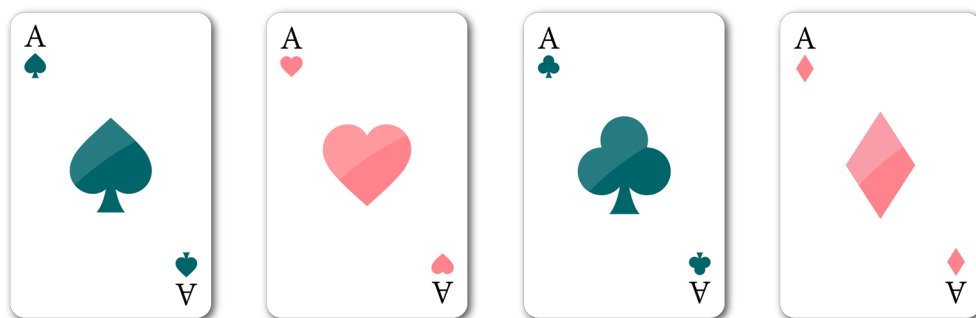
Bataille

But

Gagner toutes les cartes du paquet

Étapes du jeu

- Se joue à 2 personnes
- Diviser le paquet de cartes en deux piles égales
- Mettre un paquet face cachée devant chaque joueur
- Tourner la carte du dessus en même temps : la carte ayant la valeur la plus élevée l'emporte ; le gagnant ramasse les deux cartes qui viennent d'être tournées
- Jouer ainsi jusqu'à ce que le gagnant ait toutes les cartes
- Si 2 cartes de même valeur sont retournées (p. ex., 8 de cœur et 8 de trèfle), c'est une bataille. Les joueurs retournent en même temps une autre carte. Celui qui retourne la carte ayant la valeur la plus élevée gagne toutes les cartes impliquées dans la bataille



Pige dans le lac

But

Avoir 4 cartes pareilles

Étapes du jeu

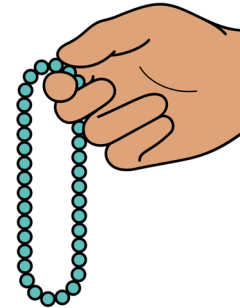
- Distribuer 5 cartes à tous les joueurs
- Placer le reste des cartes au centre, faces cachées, étalées sur la table
- Prendre connaissance de ses 5 cartes
- Demander à 1 joueur de son choix s'il a une carte identique à l'une de ses cartes
 - Si le joueur a la carte demandée, le joueur qui s'est fait poser la question doit obligatoirement la donner à son adversaire. P. ex., Mario demande à Céline : « As-tu une reine? » Céline a 2 reines dans son jeu de 5 cartes. Elle donne ses 2 reines à Mario
 - Si le joueur n'a pas la carte demandée, la personne ayant posé la question doit piger une carte au centre de la table. P. ex., Mario demande à Céline : « As-tu une reine? » Céline n'en a pas. Mario doit donc piger une carte sur la table



Pour avoir d'autres idées de jeux de cartes simples, rechercher sur Internet « jeu de cartes facile ».



Plusieurs sites offrent de belles suggestions et les règles associées.



Enfilage de perles

Matériel

- Billes/perles
- Fil

Variantes

- Débuter par des plus grosses billes et diminuer la grosseur des billes
- Débuter par des fils plus rigides et larges (p. ex., lacets) et diminuer la grosseur du fil
- Si la personne a de la difficulté à tenir le fil d'une main et à enfiler une bille de l'autre main, tenir le fil à la place de la personne pour qu'elle tienne la bille avec ses deux mains

Astuce



- Varier la taille des billes, leur texture (bois, mousse, etc.).
- Varier le diamètre des fils (plus rigide, plus mince, etc.).

Collage

Matériel

- Colle (en bâton ou liquide)
- Ciseaux
- Magazines, images, photos
- Tout matériel d'art qui vous inspire (papier de soie, brillants, etc.)
- Feuilles vierges

Étapes

- Choisir des images, des lettres, des mots et les découper
- Placer les images, lettres et mots sur une feuille et coller le tout dans n'importe quelle disposition

Variantes

- Choisir un thème pour le collage (p. ex., l'espace, ce qui est vert, etc.)
- Trouver les images et les mots avec la personne

Peinture

Matériel

- Peinture (acrylique, gouache, aquarelle)
- Toile ou feuilles de papier
- Images à peindre
- Pot rempli d'eau

Étapes

- Installer la personne avec tout le matériel
- Présenter des canevas vierges et des images à peindre ; laisser la personne choisir ce qui l'inspire

Variantes

- Utiliser de la gouache si la personne souhaite peindre avec ses mains
- Si la personne souhaite peindre debout, installer le canevas sur un chevalet ou coller la feuille sur un mur
- Trouver une image que la personne trouve inspirante et lui permettre de la regarder pendant qu'elle peint
- Utiliser des ensembles de peinture adaptés à l'eau (nommés « aquapaint » en anglais) (en appliquant de l'eau sur le canevas, une image apparaît ; une fois sec, le canevas peut être réutilisé)



Dessin et coloriage



Étapes

- Présenter des dessins à colorier, des mandalas et/ou des feuilles blanches à la personne ; laisser la personne choisir ce qui l'inspire
- Choisir avec la personne un paysage ou un dessin sur Internet à imprimer
- Trouver une image que la personne trouve inspirante et l'installer pour qu'elle soit visible pendant l'activité

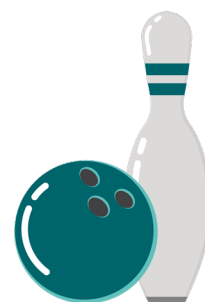
Variantes

- Utiliser un grossisseur de manche pour aider les personnes qui ont de la difficulté à tenir le crayon
- Mettre du papier collant sous le dessin ou sur les contours de la feuille pour la maintenir en place

Jeu de quilles

Matériel

- Jeu de quilles en plastique ou bouteilles d'eau en plastique vides
- Une boule de quilles ou un ballon



Étapes

- Créer des équipes s'il y a plusieurs joueurs
- Lancer la boule vers l'amas de quilles pour les faire tomber. Deux essais sont possibles
- Inscrire le nombre total de quilles tombées comme pointage
- Relever l'ensemble des quilles et donner la boule à la prochaine personne

Jeu de quilles (suite)

Variantes

- Utiliser un petit matelas pour créer une rampe sur laquelle laisser rouler le ballon; cela facilitera la précision

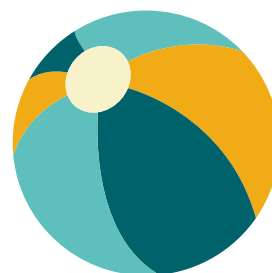
Jeu de ballon

Étapes

Échanger le ballon en le lançant dans les airs ou en le faisant rouler sur une table

Variantes

- Diminuer ou augmenter la taille du ballon
- Un plus petit ballon sera plus difficile à manipuler
- Diminuer ou augmenter le poids du ballon
- Utiliser une balloune gonflée sera plus facile à manipuler



Jeu de poches

But

Accumuler le plus de points possible en lançant des poches dans des trous indiquant un pointage

Matériel

- Planche à jeu de poches
- Poches

Étapes

- Placer le jeu de poches à environ 5 mètres de distance
- Lancer toutes les poches en visant les trous indiquant un pointage élevé



Variantes

- La personne peut se tenir assise ou debout
- Réduire ou augmenter la distance entre la personne et le jeu de poches pour adapter le niveau de difficulté
- En l'absence de planche de jeu de poche, prendre un seau ou un bol
- Utiliser de grands contenants pour que ce soit plus facile, et utiliser des contenants plus petits pour augmenter le niveau de difficulté
- Aider la personne à lancer en prenant sa main pour guider le mouvement

Se promener à l'intérieur ou à l'extérieur

But

Permettre à la personne de se promener et de changer d'environnement. La durée peut être plus ou moins longue selon les besoins de la personne et le temps disponible.

Étapes

- S'assurer que la personne ait son aide technique
- Inviter la personne à se promener avec vous

Variantes

- Trouver un objectif à la marche, par exemple, aller manger une crème glacée ou faire une course
- La promenade peut aussi se faire si la personne est en fauteuil roulant. Au besoin, pousser le fauteuil de la personne à une vitesse qui permet de socialiser et d'explorer son environnement



Techniques de respiration

Description

Favoriser une respiration profonde en encourageant la personne à souffler sur une plume, une fleur, un doigt ou un vire-vent

Matériel optionnel

- Plume
- Fleur
- Vire-vent



Ressources

Une variété d'applications et de vidéos Internet permettent de guider une séance de respiration. En voici quelques-unes :

- Headspace
- RespiRelax
- Rechercher « cohérence cardiaque » sur YouTube

Étapes

- Présenter la fleur ou le vire-vent à la personne, lui faire une démonstration
- Avec la personne, inspirer longtemps et ensuite souffler lentement et profondément sur le vire-vent ou sur la fleur pour lui « donner du vent »
- Continuer pendant quelques minutes ou autant de fois que la personne le souhaite

Variantes

Sans matériel, utiliser un doigt ou imprimer une image de fleur ou de vire-vent

Lecture

Étapes

- Présenter un livre à la personne
- Laisser la personne feuilleter le livre, ou feuilleter le livre avec elle
- Encourager la personne à vous lire l'histoire (p. ex., « Pouvez-vous me lire ce qui est écrit ? »)



Variantes

- Tourner les pages pour la personne
- Lire le début de la phrase et demander qu'elle continue
- Lire tranquillement chaque mot avec la personne, à son rythme
- Graduer la complexité des livres lus (p. ex., avec plusieurs images et peu de texte)
- Choisir des livres ayant de plus gros caractères
- Lire l'histoire à la personne pendant qu'elle écoute
- Regarder des catalogues ou des revues
- Regarder et commenter des livres d'art, de voyage, de paysages

Regarder la télévision

Voici quelques **suggestions** de contenu télévisuel qui pourrait interpeller la personne, car elles font référence aux époques passées. Leur visionnement peut évoquer un sentiment de familiarité et rappeler des souvenirs.

Astuce

Beaucoup de contenu audiovisuel est disponible sur internet (p. ex., ici.tou.tv, téléquebec.tv, crave.ca, Youtube, etc.).



Regarder la télévision (suite)

Documentaires, reportages :

L'Expo 67, les Canadiens de Montréal, les Jeux olympiques de 1976, les animaux, sujet selon l'intérêt de la personne

Films :

Nos belles-sœurs, La grande vadrouille (Louis de Funès), J'ai mon voyage (Dominique Michel), La mélodie du bonheur, Autant en emporte le vent, Chantons sous la pluie, Casablanca, West Side Story, My Fair Lady

Séries télévisées :

Cormoran, Les filles de Caleb, Les belles histoires des pays d'en haut, Le temps d'une paix, Symphorien, La petite maison dans la prairie, Terre humaine, Rue des Pignons, Nos étés

Matches mémorables :

Hockey : finales de la coupe Stanley (1960, 1976, 1977, 1979), La série du siècle (1972 et 1974), Armée rouge vs Canadien de Montréal (31 décembre 1975), match du vendredi saint (20 avril

1984), Soccer : finale de la coupe du monde 1970 Brésil-Italie

Séries jeunesse d'antan :

Les joyeux naufragés (Gilligan's Island), Bobino, Les Pierrafeu, Mary Poppins

Émissions de variétés

Jeunesse d'aujourd'hui, Piment fort, La guerre des clans, La poule aux œufs d'or, Ni oui ni non, Soirées canadiennes, Les Couche-tard

Films/séries biographiques

La passion d'Augustine, La même, La Bolduc, Louis Cyr, Maurice Richard, Chaplin, Spartacus, Elvis Ray, Bohemian Rhapsody, The Buddy Holly Story, Coal Miner's Daughter

Comique

Ti-zoune (Olivier Guimond père), Moi et l'autre, La petite vie, Symphorien, RBO, La Poune Les Charlots, Cré Bazile (Olivier Guimond fils)

4.3 Activités sensorielles

Stimulations auditives

- Écouter un livre audio ou un balado
- Écouter une boîte à musique
- Message enregistré par une personne proche aidante
- Livre audio enregistré par une personne proche aidante
- Jouer d'un instrument
- Écouter de la musique
- Jouer du bâton de pluie
- Carte musicale

Stimulations tactiles

- Jeux de style fidget
- Manchons
- Livre texturé
- Pâte à modeler
- Massage des mains
- Massage avec un masseur vibrant
- Manucure
- Peluche ou animal robotisé
- Bac sensoriel

Stimulations olfactives

- Crème odorante
- Jeu des odeurs
- Livre odorant
- Diffuseur d'odeurs

Stimulations buccales

- Mâchouilles
- Faire des grimaces
- Faire des bulles
- Mâcher de la gomme
- Boire une boisson pétillante
- Manger des aliments croquants

Stimulations visuelles

- Lampe à lave
- Lampe à fibre optique
- Autocollants fluorescents
- Album photos
- Projecteur étoilé
- Regarder des vidéos immersives
- Guirlande de lumières colorées
- Regarder des catalogues ou des revues
- Livres d'art, de voyage, de paysages

Activités sensorielles auditives

Écouter un livre audio ou un balado

Étapes

- Choisir un livre ou un balado avec la personne ou selon ses intérêts
- S'assurer que la personne est confortablement installée
- La personne peut écouter le récit avec un haut-parleur ou avec des écouteurs

Variantes

- Pour l'écoute d'un livre audio, il est possible de se procurer le livre physique pour que la personne lise le livre en même temps que d'écouter l'audio
- Certains balados sont aussi disponibles en format vidéo sur Internet

Astuce

Des balados sont disponibles sur plusieurs plateformes. Voici quelques suggestions :

- [Ohdio](#)
- [baladodiffusion.telequebec.tv](#)
- [audible.ca](#) (livre audio)
- [Bibliothèque et archives nationales du Québec](#)
- [Spotify](#)
- [Balado](#) (application sur iPhone)

Écouter une boîte à musique

Matériel

- Une ou des boîtes à musique

Étapes

- Présenter la boîte à musique à la personne
- Faire une démonstration, puis aider la personne à l'activer
- Laisser la personne explorer la boîte à musique



Message enregistré par une personne proche aidante

Matériel

- Appareil qui permet d'enregistrer : tablette, téléphone cellulaire, etc.
- Optionnel : Pop Phone : un combiné de téléphone rétro que l'on peut brancher sur l'appareil pour y écouter l'enregistrement. Cela donne l'impression qu'on parle au téléphone.

Conseils pour l'enregistrement

Demander à un proche d'enregistrer quelques phrases d'une durée d'au moins 1 à 2 minutes qui seront appréciées par la personne. Le proche doit faire comme s'il s'adressait à la personne et marquer des pauses durant l'enregistrement pour laisser le temps à la personne de comprendre et d'échanger.

Le contenu des enregistrements doit être rassurant, et le ton de voix, doux et calme.

Voici des exemples de contenu :

- Mot de bonne nuit
- Mot rassurant
- Histoire/anecdote que la personne aime
- Chanson
- Souvenir heureux



Utilisation de l'enregistrement

- S'assurer que c'est un bon moment pour écouter l'enregistrement
- Présenter l'enregistrement (p. ex., le téléphone) à la personne en nommant qui parle
- Activer l'enregistrement
- Faire un retour avec la personne, s'assurer que l'enregistrement a eu un effet positif

Livre audio enregistré par une personne proche aidante

Étapes

- Choisir un livre en fonction des intérêts de la personne
- Enregistrer la voix d'un proche qui lit le livre
- Faire quelques pages à la fois
- Faire écouter l'enregistrement du livre à la personne

Entendre la voix d'un proche peut être réconfortant



Variante

- Au besoin, montrer le livre en même temps

Jouer d'un instrument

Matériel

- Instruments de musique disponibles. P. ex., flûte, guitare, tambourin, piano, maracas, etc.

Étapes

- Démontrer comment utiliser l'instrument
- Offrir l'instrument à la personne
- L'encourager à jouer!

Variantes

- Tenir l'instrument pour la personne au besoin
- Choisir un instrument que la personne pourra utiliser elle-même, p. ex., si elle ne peut pas tenir un objet dans sa main, lui offrir un tambour



Écouter de la musique

Étapes

- Faire jouer de la musique que la personne apprécie
- Si les goûts musicaux de la personne ne sont pas connus, faire l'essai des classiques de son époque (quand elle avait environ 20 ans)

Matériel

Plusieurs options s'offrent :

- Radio
- Lecteur CD
- Cellulaire
- Télévision
- Tourne-disque

Variantes

- Mettre un casque d'écoute pour favoriser l'immersion complète (si la personne a besoin d'un haut niveau de stimulation ou si elle est trop dérangée par les bruits ambiants)
- Chanter avec la personne

Suggestions musicales

Liste de chansons francophones populaires:

- Je reviens chez nous
- J'attendrai
- L'hymne à l'amour
- Le p'tit bonheur
- La vie en rose
- La chanson de Lara
- La mer
- Le temps des fleurs
- Les feuilles mortes
- Les Champs-Élysées
- Parlez-moi d'amour
- Plaisir d'amour
- Prendre un petit coup c'est agréable
- Partons, la mer est belle
- Quand le soleil dit bonjour aux montagnes



Liste de chansons anglophones populaires:

- Amazing Grace
- By the Light of the Silvery Moon
- Don't Fence Me In
- Blue Skies
- Blue Moon
- Edelweiss
- Fly Me to the Moon
- Goodnight Irene
- Let Me Call You Sweetheart
- My Bonnie
- My Favorite Things
- Que sera sera
- Ring of Fire
- Summertime
- Somewhere Over the Rainbow
- You Are My Sunshine



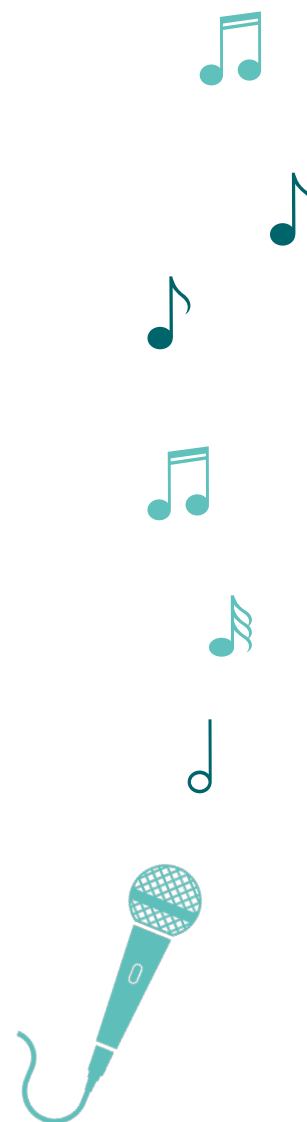
Par chanteur·teuse

Liste de chanteur·teuses francophones populaires

- Alys Robi
- Céline Dion
- Charles Trenet
- Dalida
- Édith Piaf
- Félix Leclerc
- Fernand Gignac
- Ginette Reno
- Joe Dassin
- Luis Mariano
- Michel Delpech
- Michel Louvain
- Roger Miron
- Tino Rossi
- Willie Lamothe

Liste de chanteur·teuses anglophones populaires

- Billy Murray
- Bob Dylan
- Chuck Berry
- Ella Fitzgerald
- Elvis Presley
- Frank Sinatra
- Johnny Cash
- Louis Armstrong
- Nat King Cole
- Paul Anka
- Ray Charles
- The Beatles



Par style

Classique

- Bach – Cello Suites
- Beethoven
 - Op.102 n° 1 et n°2
 - Symphonie n°1
 - Symphonie n° 3
 - Symphonie n°9
- Vivaldi – Les quatre saisons
- Brahms
 - Danse hongroise n°5
 - Symphonie n°3, 3e mouvement
 - Valse pour piano op. 39 n°15
- Chopin
 - Nocturne in E flat, op. 9, n° 2
 - Piano Sonata n° 2 in B flat minor, op. 35
 - 24 Preludes, op. 28
- Mozart
 - The Marriage of Figaro
 - Symphony n° 41 in C, K551
 - Requiem

Jazz

- Louis Armstrong
 - St. James Infirmary
 - I Ain't Got Nobody
 - Frankie and Johnny
- Frank Sinatra
 - Come Fly With Me
 - The Way You Look Tonight
 - Fly Me to the Moon
 - My Way
- Diana Krall
 - 'S Wonderful
 - Peel Me a Grape
 - Pick Yourself Up
- Ella Fitzgerald
 - Dreamer
 - You're Blase
 - Fine and Mellow



Country

- Dolly Parton – Jolene
- Johnny Cash
 - I Walk the Line
 - I Still Miss Someone
 - Don't Take Your Guns to Town
 - Ring of Fire
- Hank Williams
 - I Saw the Light
 - Lovesick Blues
 - Lost Highway
- Willie Nelson – Always on My Mind

Religieux

- Amazing Grace
- Hallelujah
- Oh Happy Day
- Tu es là au cœur de nos vies



Jouer du bâton de pluie

Étapes

- Faire une démonstration de l'utilisation du bâton de pluie : tourner le bâton à la verticale, attendre qu'il n'y ait plus de bruit avant de le retourner, et ainsi de suite
- Donner le bâton à la personne

Variantes

- Approcher le bâton de pluie de la personne et le déplacer autour d'elle (p. ex., près de son côté droit, puis gauche, ou le déplacer pendant qu'il fait du bruit autour d'elle)

Carte musicale

Matériel

- Une carte qui joue de la musique lorsqu'on l'ouvre

Étapes

- Présenter la carte à la personne
- Démontrer comment elle fonctionne et laisser la personne la découvrir



Activités sensorielles tactiles

Jeux de style fidget

Description

- Les fidget sont de petits jeux permettant des mouvements des mains. Ils peuvent créer du mouvement ou avoir des textures particulières

Étapes

- Montrer le jeu à la personne
- Laisser la personne découvrir le jeu
- Faire une démonstration



Exemples de jeux de type fidget

- Fidget spinner
- Balle de plastique avec des pics
- Balle antistress
- Objets sensoriels avec des bulles à enfoncer (Push Pop Bubble fidget)
- Tubes pouvant se rétracter et s'allonger

Manchons

Description

- Un manchon est un morceau de tissu en forme de tube dans lequel une personne peut glisser ses mains
- Dans le commerce, on peut acheter des manchons contenant des objets de stimulation cachés à l'intérieur

Étapes

- Montrer à la personne que les mains peuvent aller à l'intérieur du manchon
- Laisser la personne explorer

Livre texturé

Matériel

- Livre ayant différentes textures de tissus à l'intérieur

Étapes

- Présenter le livre à la personne et la laisser découvrir les textures

Pâte à modeler

Étapes

- Laisser la personne choisir les couleurs qui l'interpellent
- Faire des formes, des boules, des serpents, des bonshommes avec les personnes ; laisser aller sa créativité !
- La personne peut préférer simplement manipuler la pâte à modeler
- L'important est qu'elle ait du plaisir !

Astuce



Faire une recette de pâte à modeler maison et comestible ; une recherche sur Internet permettra de trouver plusieurs recettes

Massage de mains

Étapes

- Prendre une main de la personne et appliquer une pression pour masser la main
- Masser le bout des doigts, la paume de la main et éventuellement la main en entier
- Si la personne retire sa main à n'importe quel moment, cesser le massage
- Si la personne tolère bien le massage de mains, possibilité de poursuivre avec le massage des avant-bras

Massage avec un masseur vibrant

Matériel

Un masseur vibrant (certains sont en vente en pharmacie)

Étapes

- Mettre en marche le masseur vibrant
- L'offrir à la personne et l'amener sur ses bras ou ses jambes
- Laisser la personne se masser avec le masseur vibrant ou le faire pour elle

Manucure

Matériel

- | | |
|----------------------------------|------------------|
| • Vernis à ongles | • Lime à ongles |
| • Brosse à ongles | • Bloc polissoir |
| • Lingettes nettoyantes | • Dissolvant |
| • Bâton à cuticules ou émollient | • Coton-tige |



Manucure (suite)

Étapes

- Nettoyer : enlever soigneusement l'ancien vernis avec un dissolvant, puis nettoyer les ongles avec une brosse à ongles
- Limer les ongles avec une lime à ongles tout en respectant leur forme naturelle
- Assouplir les cuticules en les massant avec un bâton à cuticules ou un émollient que l'on applique à la base de l'ongle pour bien faire pénétrer le produit
- Tremper ensuite les ongles dans de l'eau tiède pendant quelques minutes
- Repousser délicatement les cuticules avec un bâton à cuticules et nettoyer avec un mouchoir
- Utiliser un bloc polissoir pour lisser les ongles et les rendre brillants
- Appliquer le vernis
- Corriger les bavures autour de l'ongle avec un coton-tige imbibé de dissolvant
- Laisser sécher quelques minutes

Peluche ou animal robotisé

Matériel

- Un animal robotisé en peluche (p. ex : chat, chien)
- Une peluche

Étapes — peluche

- Présenter la peluche à la personne
- Inviter la personne à la flatter

Étapes — animal robotique

- S'assurer qu'il y a des batteries fonctionnelles et mettre en marche l'animal robotisé
- Le présenter à la personne et observer ses réactions
- Inviter la personne à le flatter



Bac sensoriel

Matériel

Utiliser ce qui est à votre disposition!

Les matériaux ci-dessous sont des suggestions :

- Riz
- Pâtes alimentaires de différents types
- Fèves sèches (p. ex., pois chiches, fèves noires, etc.)
- Roches
- Figurines
- Billes
- Pompons, etc.

Étapes

- Dans un bol, un contenant ou un bac, mélanger les articles choisis
- Laisser la personne toucher les éléments et mettre ses mains dans le bac
- Offrir des ustensiles à utiliser si la personne le désire (ceci offre une autre forme de manipulation)



Activités sensorielles olfactives

Crème odorante

Matériel

- Des crèmes corporelles ou à main de différents parfums

Étapes

- Faire sentir les crèmes à la personne
- La laisser choisir celle qu'elle préfère
- Mettre une petite quantité de crème dans sa main pour qu'elle l'étale
 - Mimer avec vos mains la façon d'étaler la crème pour que la personne vous imite
- Inviter la personne à sentir ses mains

Jeu des odeurs

Matériel

- Des contenants
- Toutes les épices disponibles!
- Voici quelques idées :
 - Cannelle
 - Menthe séchée
 - Clou de girofle
 - Fleur séchée
 - Basilic séché
 - Etc.

Étapes

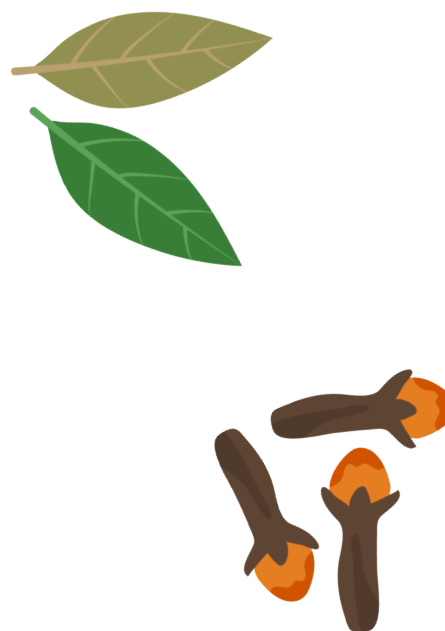
- Prendre un petit pot ou contenant par épice
- Mettre de chaque épice dans un petit pot
- Écrire le nom de chaque épice sous le pot
- Faire sentir les pots un à la fois et tenter de faire deviner l'odeur à la personne.

Variantes

- Pour augmenter le niveau de difficulté, choisir des contenants opaques afin que la couleur de l'épice soit cachée
- Donner des indices si la personne ne devine pas

Alternative

- Des jeux des odeurs se vendent aussi en magasin ou sur des plateformes Internet



Livre odorant

Matériel

- Un livre des odeurs

Étapes

- Présenter le livre à la personne et lui faire sentir les odeurs

Diffuseur d'odeurs

Matériel

- Un diffuseur d'odeurs
- Des huiles essentielles

Astuce

Utiliser le manuel d'instructions pour utiliser le diffuseur d'odeurs.



Étapes

- Mettre un peu d'eau dans le contenant prévu à cet effet du diffuseur d'eau
- Permettre à la personne de sentir les différentes odeurs en observant comment elle réagit à chaque odeur et/ou lui demander de choisir
- Ajouter quelques gouttes d'huile essentielle dans l'eau
- Installer le couvercle du diffuseur d'odeurs
- Mettre le diffuseur en marche (s'assurer qu'il est branché)

Variante

- Utiliser des bâtonnets d'encens ou des cônes

Activités sensorielles buccales

Mâchouille

Description

Des mâchouilles sont des jeux conçus pour être mastiqués; ils sont utiles lorsqu'une personne tente de se stimuler en mettant des objets dans sa bouche.

Étapes

- Offrir la mâchouille à la personne
- Si elle ne la porte pas à sa bouche, amener la mâchouille près de sa bouche

Variantes

- Pour que la mâchouille soit toujours accessible à la personne, utiliser un cordon sécuritaire et détachable pour créer un collier. De cette façon, la personne peut le porter autour du cou et l'avoir à disposition
- Utiliser des bâtonnets de légumes crus (p. ex., carottes)
- Utiliser des biscuits (p. ex., bretzels)

Faire des grimaces

Étapes

- Faire des grimaces devant la personne et lui demander de vous imiter
- Imiter la personne à votre tour si elle fait des grimaces



Faire des bulles

Matériel

- Une tige pour faire des bulles
- Liquide à bulles

Étapes

- Tremper la tige dans le liquide
- Montrer à la personne comment souffler doucement sur la tige pour faire des bulles
- Inviter la personne à faire de même
- Permettre à la personne de tremper la tige et de la tenir par elle-même

Variante

Faire des bulles dans un bac d'eau avec une paille

Astuce



- Recette de liquide à bulle maison :
 - 1/3 de tasse de savon à vaisselle
 - 2/3 de tasse d'eau
- Mélanger le tout

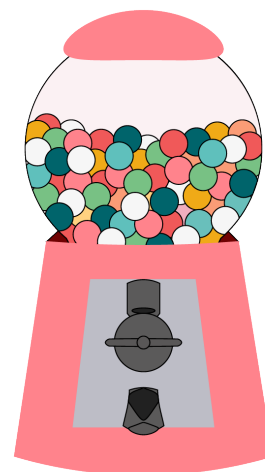
Mâcher de la gomme

Matériel

De la gomme à mâcher d'une saveur appréciée par la personne

Étapes

- En offrir une à la personne
- Possibilité de faire des bulles de gomme balloune



Boire une boisson pétillante

Étapes

- Offrir un choix de boissons pétillantes à la personne et la laisser choisir celle qui l'interpelle
- Les boissons pétillantes peuvent être des boissons gazeuses, de l'eau pétillante aromatisée ou autres

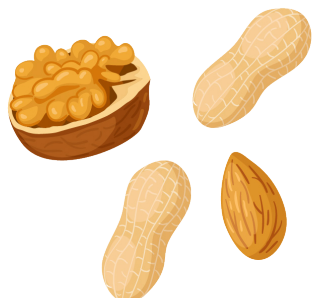


Manger des aliments croquants

Matériel

Suggestions d'aliments croquants :

- Bretzels
- Carottes
- Noix
- Etc.



Étapes

Offrir des aliments croquants à la personne et la laisser choisir ce qui l'intéresse

Sécurité

- Si la personne a des restrictions de textures d'aliments, s'assurer que les aliments offerts les respectent
- Attention aux allergies

Activités sensorielles visuelles

Lampe à lave

Matériel

Une lampe à lave

Étapes

- Installer la personne confortablement dans une pièce sombre
- Allumer la lampe à lave
- Laisser la personne observer les changements de couleurs de la lampe

Variantes

- Utiliser des lampes de types projecteurs, ampoules de couleur, boule disco, etc.



- Il est possible de créer une lampe à lave maison avec :
 - De l'eau
 - Des gouttes de colorant alimentaire
 - De l'huile végétale
 - Un comprimé effervescent (p. ex. : calcium effervescent) ou du bicarbonate de soude
- Une recherche sur Internet permettra de trouver des procédures détaillées.

Lampe à fibre optique

Matériel

Une lampe à fibre optique

Étapes

- Installer la personne confortablement dans une pièce sombre

- Allumer la lampe à fibre optique
- Permettre à la personne d'observer la lampe et de toucher les fibres optiques

Autocollants fluorescents

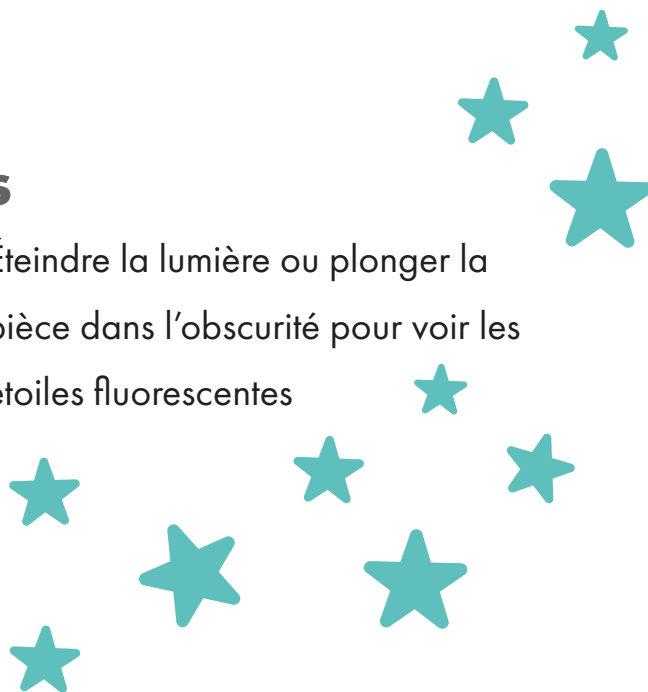
Matériel

Des collants fluorescents dans le noir

Étapes

- Coller les collants sur le mur ou sur le plafond dans la chambre de la personne

- Éteindre la lumière ou plonger la pièce dans l'obscurité pour voir les étoiles fluorescentes



Album photos

Matériel

- Un album photos
- Photos de personnes importantes pour la personne
- Photos de moments ou d'endroits marquants dans la vie de la personne
- Photos de jeunesse de la personne (reconnaîtra davantage les photos anciennes que récentes)

- La laisser s'exprimer sur le contenu des photos
- Commenter et complimenter les photos avec la personne même si elle ne se souvient pas des lieux ou des noms
- Selon le niveau de stimulation nécessaire, il peut être possible de laisser la personne feuilleter seule l'album

Étapes

- Installer la personne confortablement, dans une pièce bien éclairée
- Laisser la personne tourner les pages de l'album photos ou tourner les pages avec elle au besoin.

Variante

Adapter la grosseur de l'album selon les difficultés rencontrées (p. ex., choisir un album photos plus petit et léger ou avec des pages plus épaisses pour faciliter la manipulation des pages)

Projecteur étoilé

Matériel

Un projecteur pouvant projeter des étoiles

Étapes

- Installer la personne confortablement dans une salle sombre
- Projeter au mur ou au plafond les étoiles
- Laisser la personne observer et relaxer



Regarder des vidéos immersives

Matériel

Pour la projection, utiliser :

- un projecteur ou
- un téléviseur, un cellulaire, une tablette ou un ordinateur

Étapes

- Installer la personne devant la projection
- Pour la projection, rechercher un thème qui intéresse la personne (p. ex., animaux, paysages de plage, etc.) et rechercher la vidéo en format 4K
- Laisser la personne visionner la vidéo

Guirlande de lumières colorées

Matériel

Guirlande avec des petites lumières colorées

Étapes

- Installer la personne dans une pièce peu éclairée
- Allumer la guirlande de lumières et permettre à la personne de pouvoir tenir des lumières et de les regarder

Variantes

Décorer une salle avec la ou les guirlandes de lumières en incluant la personne dans le processus (p. ex., l'accompagner pour qu'elle colle des crochets au mur, tenir la guirlande pendant qu'une personne accroche les lumières, etc.)



4.4 Activités sociales

Activités sociales de groupe

- Danser
- Karaoké
- Zoothérapie

Danser

Matériel

Un appareil pour jouer de la musique :

- Radio
- Télévision
- Cellulaire
- Etc.

Astuce

Choisir la musique appréciée par les personnes ou de leur époque. Se référer à la page 70.



Étapes

- Faire jouer de la musique et inviter les gens à danser avec vous (cela peut être assis ou debout)
- Faire un mouvement de danse et inviter les gens à vous imiter
 - Varier les mouvements pour que tout le monde puisse participer, autant les personnes assises que debout
- Spécificité en résidence ou en milieu de soins de longue durée : inviter plusieurs personnes à se joindre à la danse

Karaoké

Matériel facultatif

Un microphone

Matériel

Un appareil pour jouer de la musique et afficher les paroles :

- Système de son et projecteur
- Radio
- Télévision
- Cellulaire
- Etc.

Étapes

En groupe ou seul·e avec la personne, chanter des chansons que la personne aime

Variantes

Mettre la chanson avec les paroles (écrire sur YouTube le titre de la chanson et ajouter la mention « version karaoké ». P. ex., *Mamma Mia*, version karaoké) pour aider la personne à se souvenir de celles-ci

Astuce



S'assurer que la personne porte son appareil auditif et qu'elle utilise son aide à la marche !

Zoothérapie

Étapes

- Organiser la visite d'un animal (zoothérapeute, animal d'un voisin, d'un ami, etc.)
 - S'assurer que l'animal n'a pas de craintes à se faire toucher par des personnes qu'il connaît peu
- Inviter la personne à caresser doucement l'animal et à interagir avec lui

Jeu-questionnaire

Étapes

- En petits groupes (2 ou 3 personnes), organiser un jeu-questionnaire quiz avec des questions auxquelles les participants pourront répondre (graduer le niveau en fonction des capacités des joueurs)
- Préparer des questions selon les intérêts de chacun

Variantes

Préparer des questions de type « vrai ou faux » et fournir un carton indiquant « Vrai » et un autre indiquant « Faux » aux participants pour que ceux-ci puissent répondre en levant le carton



5. Suggestions d'activités selon le SCPD

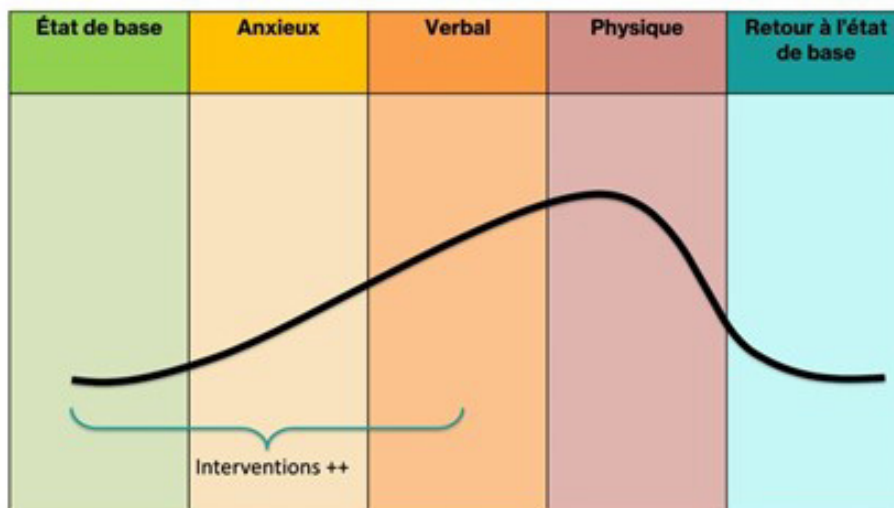
Dans cette section, des suggestions d'activités sont proposées selon le SCPD présent chez la personne.

Toutefois, si les symptômes sont très intenses ou que vous estimez que la situation entraîne un risque pour la personne ou pour autrui, il est important d'en parler à son équipe médicale.

Les SCPD abordés sont les suivants : agressivité, anxiété, symptômes dépressifs, résistance aux soins et errance.

Agressivité

Les montées agressives sont comme des vagues.



Il est important d'agir **avant que la personne ne perde le contrôle**, c'est-à-dire avant ou dès que la personne montre des signes précurseurs de montée agressive.

Les signes annonciateurs d'agressivité les plus fréquents sont les suivants : froncer les sourcils, utiliser des gros mots, hausser le ton, faire des menaces, etc.

Agressivité (suite)

Exemples d'interventions face à une montée agressive comportementale en contexte SCPD :

- Monsieur commence à perdre son calme envers un autre usager : proposer à monsieur d'aller marcher avec lui (ou se déplacer en fauteuil roulant) sur l'unité de soins, sur un autre étage ou à l'extérieur et lui offrir une sucrerie à manger.
- Madame commence à monter le ton en essayant de s'habiller : chanter une chanson avec elle et faire une pause pour lui faire un massage des mains.

Idées d'activités à utiliser avec une personne en prévention de l'apparition de comportements agressifs :

- Se promener à l'intérieur ou à l'extérieur (p. 64)
- Techniques de respiration (p. 65)
- Écouter de la musique (p. 72)
- S'occuper d'un animal en peluche ou d'un chat/chien robot (p. 52)
- S'occuper d'une poupée (p. 50)
- Arroser les plantes (p. 53)
- Dessin, coloriage de mandalas (p. 62)
- Regarder un album de photos de famille (p. 88)
- Boîte à musique (p. 69)
- Lampe lava (p. 87)
- Diffuseur d'huiles essentielles (p. 83)
- Écouter une vidéo 4K (p. 89)



Agressivité (suite)

Pour agir en **prévention** de l'agressivité, considérer aussi les éléments suivants :

- Sons dans l'environnement (trop ou pas assez)
- Température ambiante (froid ou chaud)
- Présence d'autres personnes
- Réfléchir à son approche

Si la personne **perd le contrôle et devient clairement agressive**, l'objectif immédiat est de maintenir la sécurité de tous :

- Rester à 2 mètres de distance
- Rester calme (ne pas s'énerver, ne pas rire)
- Ne pas donner d'ordre ou confronter (p. ex., ne pas dire « Calmez-vous ») éviter de se rassembler autour de la personne
- Se mettre du côté non dominant de la personne (pour éviter de se faire frapper)

- S'assurer de pouvoir sortir de la pièce (se placer du côté de la porte)
- Sécuriser l'environnement pour la personne (p. ex., retirer les objets dangereux, garder l'environnement calme et dégagé)
- Sécuriser l'endroit pour les autres (déplacer les personnes vulnérables)

Quand la personne sera apaisée :

- Lui laisser un temps de récupération (variable selon la personne)
- Rassurer la personne (lui signifier que vous êtes toujours présente et bienveillante)
- Rester calme, souriante et chaleureuse
- Valider ses émotions (p. ex., « Vous étiez en colère, est-ce que ça va mieux maintenant? »)
- Éviter de lui faire des reproches
- Respecter le besoin d'être seule

Il est **important de prendre soin de vous-même** après ce genre de situation :

- Ventiler avec des collègues ou amis
- Aller chercher du soutien (écoute, réassurance)
- Exprimer ses émotions par rapport à la situation
- Rapporter la situation (infirmier·ère, travailleuse·se social·e, médecin, etc.)

Anxiété

Exemples de comportements anxieux en contexte SCPD :

- Pose toujours la même question
- Appels téléphoniques répétitifs
- Crie à l'aide lorsque seul

Il est important de **rassurer la personne en validant et en acceptant ses émotions**, sans jugement. Les activités suivantes peuvent aider à diminuer l'anxiété et/ou à faire diversion :

- Écoute d'un enregistrement d'une histoire/anecdote par son proche (p. 70)
- Lui faire un massage des mains (p. 79)
- L'animal en peluche, ou la poupée (p. 50-51)

- Écouter un livre audio ou un balado (p. 69)
- Regarder un album photos (p. 88)
- Utiliser un fidget (p. 77)
- Jouer avec de la pâte à modeler (p. 78)
- Technique de respiration (p. 65)
- Aromathérapie (p. 83)
- Un objet familier et rassurant (p. ex., couverture, peluche, etc.) (p. 80)



Symptômes dépressifs

Exemples d'un comportement dépressif en contexte SCPD :

- Depuis quelque temps, la personne a l'air abattue et pleure souvent. Elle peut aussi être plus facilement irritable
- La personne n'a le goût de rien faire et dit que la partie heureuse de sa vie est passée. Elle mange peu et dort tout le temps

Rassurer la personne en validant ses émotions sans jugement et en s'intéressant à elle. **Encourager** la personne à essayer l'activité et la **féliciter** de l'avoir fait.

Ensuite, proposer des activités en respectant les principes suivants :

- **Activité courte**
- Offrir des **pauses**
- Respecter le niveau de fatigue
- **Alterner** des activités plus énergiques (p. ex. : kick le ballon) avec des activités calmes (p. ex. : regarder un album de photos)
- Laisser le **maximum d'autonomie**, mais offrir de l'aide si un échec est prévisible afin de prévenir l'irritabilité
- Instaurer une **routine** (séquence planifiée d'activités tous les jours)
- Offrir des **choix** d'activités (donner du contrôle), mais peu à la fois (p. ex. : choisir entre 2 activités)
- Utiliser l'humour et faire des compliments (selon la tolérance de la personne)

Symptômes dépressifs (suite)

Voici des idées d'activités à proposer si vous suspectez des symptômes dépressifs :

- Écouter de la musique (p. 72), chanter ou faire du karaoké (p. 92)
- Lire un livre imagé suivant les intérêts de la personne, p. ex., livre des oiseaux du Québec (p. 66)
- Cuisiner du Jello ou des biscuits, avec d'autres usagers ou membres de la famille (p. 54)
- Laver et essuyer de la vaisselle (p. 44)
- Trier un coffre de pêche (p. 47)
- Aller marcher, à l'intérieur comme à l'extérieur, ou se déplacer en fauteuil roulant (p. 64)
- S'occuper d'une poupée (p. 50) ou d'un animal en peluche ou robot (p. 80)
- S'intéresser à son histoire de vie pour faciliter le rappel de souvenirs heureux (p. 103)

Résistance aux soins d'hygiène

Exemples d'un comportement de résistance aux soins d'hygiène en contexte SCPD :

- Lors d'un soin d'hygiène, madame est de plus en plus agitée
- Lorsqu'on approche monsieur pour changer sa culotte, celui-ci refuse
- Lui donner un animal en peluche (p. 51) ou une poupée (p. 50)
- Mettre de la musique que la personne aime et chanter (p. 72)
- Amener la personne marcher avant le soin (p. 64)

Activités à faire avant, pendant ou après le soin :

- Laisser la personne faire son soin de manière autonome le plus possible. Lui donner des indices verbaux plutôt que de le faire à sa place
- Mettre un diffuseur d'huiles essentielles dans la pièce (p. 83)
- Discuter avec la personne d'un sujet qui l'intéresse, lui poser des questions sur sa vie (p. 103)

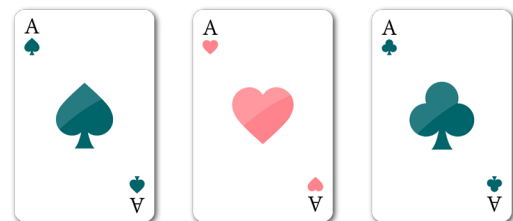
Errance

Voici des exemples de comportements d'errance :

- Monsieur marche dans le corridor de la maison en faisant des allers- retours depuis plus d'une heure. Il fait cela quotidiennement
- Madame se déplace en fauteuil roulant sans but précis sur l'unité de soins en faisant toujours le même trajet
- Monsieur se promène dans les différentes pièces de la maison et fouille dans les tiroirs qui s'y trouvent

Voici des idées d'activités à proposer si vous observez des comportements d'errance :

- Mettre à disposition un meuble de fouille rempli d'objets pêle-mêle (p. 55)
- Offrir à la personne d'aller marcher à l'extérieur et profiter de ce moment pour discuter avec elle (p. 64)
- Plier des vêtements ou des serviettes (p. 45)
- Accrocher des vêtements à sécher (p. 45)
- Trier de la vaisselle (43)
- Trier de la monnaie (p. 47)
- Lui proposer un jeu de cartes (p. 57-59)
- S'occuper d'une poupée (p. 50) ou d'un animal en peluche ou robot (p. 51)
- Lui présenter un album photos de son histoire de vie (p. 88)
- Aromathérapie : jeu des odeurs, diffuseur d'huiles essentielles dans la chambre (p. 83)
- Écouter de la musique (p. 72) et chanter (p. 92)



Avoir une **routine** (heures de coucher, de lever, d'élimination, repas), incluant des **activités significantes** pour la personne, peut diminuer les comportements d'errance.

Mot de la fin

Malgré les défis pouvant être vécus par les aidants et aidantes accompagnant une personne vivant avec des troubles neurocognitifs, il existe différentes stratégies utiles et efficaces pour améliorer le quotidien de tous. Entre autres, il est important de maintenir la personne active dans des occupations significatives.

Pour cela, il est nécessaire d'adapter les activités offertes en fonction des capacités de la personne. Mettre en valeur les forces et les capacités de la personne est toujours une stratégie gagnante, même lorsque la maladie est avancée.

Et surtout, misez sur le plaisir!

Grille de suivi des activités

Voici une grille de suivi des activités qui vous permettra de noter lesquelles fonctionnent bien.

Nom, Prénom :

Activités	Date	Capacités	Aide requise	On la refait?
Exemple : casse- tête	2020-09-09	-Manipule les pièces -Encastre les pièces	Choisir quelle pièce mettre et pointer où mettre la pièce	Oui

Histoire de vie

Voici des exemples de questions pour mieux apprendre à connaître la personne, identifier des stratégies et des activités aidantes.

Comment la personne aime-t-elle être appelée (prénom? nom de famille? nom de jeune fille ou d'épouse? surnom?)?

D'où vient la personne, quelles sont ses origines?

Qui sont les personnes importantes de son entourage?

Lieux de résidence marquants dans son enfance et depuis ses 18 ans jusqu'à aujourd'hui?

Quelle était sa personnalité avant le TNCM (caractère, qualités, défauts, sociable ou solitaire, calme ou plutôt active, etc.)?

Quel est son niveau de scolarité?

Pratique-t-elle une religion? Si oui, laquelle?

Quelles sont ses valeurs?

Quel est son parcours professionnel?

De quelles choses la personne est-elle le plus fière?

Quels sont les événements marquants de sa vie?

Quels sont les moyens de détente ou de compensation que la personne utilisait avant le TNCM?

Quels étaient ses loisirs et activités préférés avant le TNCM?

Quelle est sa musique préférée?

Quelles étaient ses habitudes de marche?

Quelle était sa routine habituelle?

Y a-t-il des aliments qu'elle aimait particulièrement (p. ex. : chocolat)?

Et bien d'autres questions!

Grille de description du comportement

Quoi	Quels sont ses comportements? Qu'est-ce que la personne fait comme actions, gestes ?	
Où	À quel endroit la situation a-t-elle eu lieu (quelle pièce) ?	
Quand	À quel moment la situation a-t-elle eu lieu (durant quelle activité/soin) ?	
Qui	Qui est impliqué dans cette situation/vers qui sont dirigés les comportements ?	
Hypothèse/ Cause	Qu'est-ce qui a déclenché le comportement (élément déclencheur) ?	
Intervention /Comment	Qu'est-ce que vous avez fait ?	
Résultat	L'intervention a-t-elle permis de diminuer le comportement?	

Médiagraphie

SOURCES SECTION 1:

Brody, J. A. (1982). An epidemiologist views senile dementia—facts and figures.

American Journal of Epidemiology, 115(2), 155–162.

<https://doi.org/10.1093/oxfordjournals.aje.a113286>

Burgio, L. (1996). Interventions for the behavioral complications of Alzheimer's

disease: Behavioral approaches. *International Psychogeriatrics*, 8(Suppl 1), 45–52.

<https://doi.org/10.1017/S1041610296003079>

Colerick, E. J. et George, L. K. (1986). Predictors of institutionalization among

caregivers of patients with Alzheimer's disease. *Journal of the American Geriatrics*

Society, 34(7), 492–498. <https://doi.org/10.1111/j.1532-5415.1986.tb04239.x>

Deimling, G. T. et Bass, D. M. (1986). Symptoms of mental impairment among

elderly adults and their effects on family caregivers. *Journal of Gerontology*, 41(6),

778–784. <https://doi.org/10.1093/geronj/41.6.778>

de Vugt, M. E., Stevens, F., Aalten, P., Lousberg, R., Jaspers, N. et Verhey, F. R.

J. (2005). A prospective study of the effects of behavioral symptoms on the

institutionalization of patients with dementia. *International Psychogeriatrics*, 17(4),

577–589. <https://doi.org/10.1017/S1041610205002292>

Draper, B., Snowdon, J., Meares, S., Turner, J., Gonski, P., McMinn, B., McIntosh,

H., Latham, L., Draper, D. et Luscombe, G. (2000). Case-controlled study of nursing

home residents referred for treatment of vocally disruptive behavior. *International*

Psychogeriatrics, 12(3), 333–334.

<https://doi.org/10.1017/s1041610200006438>

Finkel, S. I. et Burns, A. (1999). BPSD Consensus Statement. International Psychogeriatric Association.

Finkel, S. I., Costa e Silva, J., Cohen, G., Miller, S. et Sartorius, N. (2008). Behavioral and psychological signs and symptoms of dementia: a consensus statement on current knowledge and implications for research and treatment. *International Psychogeriatrics*, 8(Suppl 3), 497–500.
<https://doi.org/10.1002/gps.1952>

Hinton, L., Tomaszewski Farias, S. et Wegelin, J. (2008). Neuropsychiatric symptoms are associated with disability in cognitively impaired Latino elderly with and without dementia: results from the Sacramento Area Latino study on Aging. *International Journal of Geriatric Psychiatry*, 23(1), 102–108.
<https://doi.org/10.1002/gps.1952>

Lyketsos, C., Lopez, O., Jones, B., Fitzpatrick, A. L., Breitner, J., & DeKosky, S. (2002). Prevalence of neuropsychiatric symptoms in dementia and mild cognitive impairment: Results from the cardiovascular health study. *JAMA*, 288(12), 1475-1483.

Ministère de la Santé et des Services sociaux. (2022). *Les travaux ministériels sur les troubles neurocognitifs majeurs (TNCM) : Phase 3* (publication no 20-829-01W). https://publications.msss.gouv.qc.ca/msss/fichiers/2020/20-829-01W-TNCM_ACC.pdf

Morriss, R. K., Rovner, B. W., Folstein, M. F. et German, P. S. (1990). Delusions in newly admitted residents of nursing homes. *American Journal of Psychiatry*, 147(3), 299–302. <https://doi.org/10.1176/ajp.147.3.299>

O'Donnell, B. F., Drachman, D. A., Barnes, H., Peterson, K. E., Swearer, J. M. et Lew, R. A. (1992). Incontinence and troublesome behaviors predict institutionalization in dementia. *Journal of Geriatrics Psychiatry Neurology*, 5(1), 45–52.

<https://doi.org/10.1177/002383099200500108>

Rabins, P. V., Mace, N. L. et Lucas, M. J. (1982). The impact of dementia on the family. *JAMA*, 248(3), 333–335.

<https://doi.org/10.1001/jama.1982.03330030039022>

Robert, P. H., Verhey, F. R., Byrne, E. J., Hurt, C., De Deyn, P. P., Nobili, F., Riello, R., Rodriguez, G., Frisoni G. B., Frisoni, G. B., Tsolaki, M., Kyriazopoulou, N., Bullock, R., Burns, A. et Vellas, B. (2005). **Grouping for behavioral and psychological symptoms in dementia: clinical and biological aspects**. Consensus paper of the European Alzheimer disease consortium. *European Psychiatry: the Journal of the Association of European Psychiatrists*, 20(7), 490–496.

<https://doi.org/10.1016/j.eurpsy.2004.09.031>

Rodney, V. (2000). Nurse stress associated with aggression in people with dementia: its relationship to hardiness, cognitive appraisal and coping. *Journal of Advanced Nursing*, 3(1), 172– 180.

<https://doi.org/10.1046/j.1365-2648.2000.01247.x>

Société Alzheimer. (s. d.). Autres troubles neurocognitifs. <https://alzheimer.ca/fr/au-sujet-des-troubles-neurocognitifs/autres-troubles-neurocognitifs>, page web consulté le 4 mars 2025.

Steele, C., Rovner, B., Chase, G. A. et Folstein, M. (1990). Psychiatric symptoms and nursing home placement of patients with Alzheimer's disease. *American Journal of Psychiatry*, 147(8). 1049-51. <https://doi.org/10.1176/ajp.147.8.1049>

The International Psychogeriatric Association. (2015). *The IPA Complete Guides to Behavioral and Psychological Symptoms of Dementia (BPSD). Specialists Guide*.
https://www.ipa-online.org/UserFiles/file/IPA_BPSD_Specialists_Complete_Guide_Online_2015_Final.pdf

SOURCES SECTION 2 :

Ministère de la Santé et des Services sociaux. (2014). *Approche non pharmacologique visant le traitement des symptômes comportementaux et psychologiques de la démence* (publication no 14-829-06W).
<https://publications.msss.gouv.qc.ca/msss/document-001081/>

Philippe Voyer, Faculté des sciences infirmières, Université Laval. Document préparé par Guylaine Belzil et Nadia Duchaine, CSSS Alphonse-Desjardins. La présente version a été légèrement adaptée.

SOURCES SECTION 3 :

Advanced Gerontological Education. (2014). <https://ageinc.ca/>

Moll, S. E., Gewurtz, R. E., Krupa, T. M., Law, M. C., Larivière, N. et Levasseur, M. (2015). "Do- Live-Well": a Canadian framework for promoting occupation, health, and well-being. *Canadian Journal of Occupational Therapy*, 82(1), 9-23.
<https://doi.org/10.1177/0008417414545981>

Shepherd J., Ivey, C. et Case-Smith, J. (2019). Assessment and Treatment of Activities of Daily Living, Sleep, Rest and Sexuality. Dans J. Clifford O'Brien et H. Kuhaneck (dir.), *Case-Smith's Occupational Therapy for Children and Adolescents* (8e éd., p. 267-314). Lippincott, Williams & Wilkins.



Centre intégré
universitaire de santé
et de services sociaux
du Centre-Sud-
de-l'Île-de-Montréal

Québec 