



*Guide de suggestions pour
les proches d'un résident
lors de leur visite*



Préambule : Ce guide est composé de plusieurs suggestions d'activités à faire lors de votre visite. Bien entendu, selon l'état de santé du résident, toute activité peut être adaptée et ce ne sont pas toutes les activités proposées qui peuvent être réalisables.

On a demandé à un homme âgé:

« Monsieur, pourquoi venez-vous ici voir votre femme chaque jour alors qu'elle ne sait même plus qui vous êtes? »

Et lui de répondre:

« Elle ne sait plus qui je suis, c'est vrai. Je viens la voir parce que moi, je sais qui elle a été ! »

Rendre visite qu'ossa donne au résident?

- Conserver un lien avec vous et avec le monde extérieur.
- Combler des besoins affectifs.
- Activer sa mémoire affective (celle qui subsiste le plus longtemps).
- Être stimulé, être amené à l'action et à l'interaction.
- Vivre des moments agréables et positifs (ce qui maintient une certaine estime de soi).
- Vivre des moments au présent, même s'ils sont de courte durée.

Quand faire une visite est impossible, un envoi postal ou un appel téléphonique peut être tout aussi réjouissant.

Pour réussir sa visite

S'organiser

- Fixer les visites dans l'agenda au même titre que les rendez-vous personnels (la régularité compte plus que la durée).
- Préférer les visites intimes plutôt que les visites de groupe.
- Centrer les visites sur la personne (oublier le ménage des tiroirs!).
- Miser sur de courtes activités à réaliser.
- Essayer d'adopter le rythme de la personne visitée et de respecter sa notion du temps (sa vision du temps diffère de la nôtre).
- Ne pas hésiter à demander des conseils ou des suggestions d'activités à l'intervenant.
- Parler aux intervenants de l'unité pour prendre connaissance du vécu de la personne visitée ainsi que des approches qui fonctionnent le mieux avec elle.



- Prendre soin de soi: ne pas hésiter à parler avec les intervenants de l'unité de ses frustrations, de ses peines, de son impatience. Ils ne sont pas là pour juger les visiteurs et il ne faut pas oublier que leur écoute et leurs conseils pourraient être très utiles.

Adopter un comportement facilitant

- Dans les visites, privilégier la simplicité et l'authenticité.
- Demeurer serein: on n'est pas obligé d'avoir réponse à tout.
- Privilégier l'humour pour aider à accepter les pertes et, parfois, pour éviter l'humiliation.
- Éviter de susciter de l'inquiétude par des questions comme: Te souviens-tu de mon nom? Sais-tu quel jour on est? Te souviens-tu de...?
- Faire calmement et simplement le deuil des souvenirs qu'on aurait tant voulu que la personne visitée conserve.



Interagir

- Établir un contact visuel et sourire.
- Donner une poignée de mains, faire un câlin chaleureux (ne pas hésiter à toucher la personne visitée: le contact physique et l'expérience affective prennent une grande place dans la vie des résidents).
- Masser les mains ou les pieds avec des huiles qui favorisent la détente.
- Complimenter sur l'habillement, la coiffure, etc.
- Montrer quelque chose à l'extérieur: un oiseau, une plante, un arbre en fleurs.
- Privilégier la marche-conversation à la simple conversation (même si la personne est en fauteuil roulant).
- Sortir la personne à l'extérieur quand la température le permet ou à la cafétéria, etc.
- Apporter une petite douceur (dans le respect du régime alimentaire prescrit).
- Apporter des fleurs, une plante en pot, une nouvelle crème ou lotion, etc.
- Montrer des photos de famille sans poser de questions mais en décrivant ce qui se trouve sur la photo.



- Jouer aux cartes.
- Chanter ensemble, écouter de la musique.
- Faire la lecture ou visionner une vidéo.
- Dessiner avec la personne visitée.
- Préparer une carte de souhaits pour l'anniversaire d'un membre de la famille ou pour des amis.
- De la même façon, envoyer des vœux à Noël, à la Saint-Valentin, etc.
- Ajouter des décorations ou personnaliser la chambre avec la personne visitée.
- Apporter et regarder ensemble les journaux locaux ou des magazines.
- Prendre un repas ensemble.
- Prendre contact ensemble avec d'autres résidents, s'il y a des affinités ou des intérêts communs.
- Être présent lors d'événements spéciaux.



Notes...



« Le temps que l'on prend pour se dire
« Je t'aime », c'est le seul qui reste
au bout de nos jours »

Gilles Vigneault

CISSS des Laurentides
Territoire de Deux-Montagnes

Document adapté d'un guide
produit par le Comité
de résidents du

CHSLD Cécile-Godin,
Beauharnois (Montréal)