



Les activités significatives après un AVC

Les activités significatives peuvent procurer du plaisir, une raison d'être et définir la personne. Il peut notamment s'agir d'activités récréatives, sociales, culturelles et/ou spirituelles. Après un AVC, les changements rendent parfois difficile l'interaction dans le cadre d'activités significatives. En soutenant la participation des personnes ayant subi un AVC, on peut les aider à se rétablir et à développer un sentiment d'appartenance.

Voici ce que vous devez savoir

- ✓ Il est plus probable qu'une personne participe à une activité si elle est importante et intéressante pour elle
- ✓ Sans expériences significatives, les journées peuvent sembler longues et vides, menant ainsi à l'isolement social, à la solitude et à la dépression
- ✓ Les activités significatives peuvent contribuer à un meilleur rétablissement, à une bonne condition physique, à l'humeur, et au bien-être global

La participation à des expériences significatives peut mener à :

- des relations sociales et à la rencontre de gens, menant à des amitiés et créant un sentiment d'appartenance
- des occasions de faire de l'activité physique
- un sentiment de contrôle dans sa vie
- un débouché créatif
- la réduction du stress
- un sentiment d'accomplissement
- une expérience culturelle
- l'adaptation à un handicap
- l'organisation de ses journées de façon structurée
- une meilleure qualité de vie



Suite à la page suivante

Les activités significatives après un AVC

Conseils et astuces – Toujours suivre le plan de soins!

Quoi, Qui, Où, Quand, Pourquoi, Comment?



Posez les questions suivantes pour identifier les activités significatives :

1. Avec qui aimez-vous faire des activités?
2. Qu'aimez-vous faire?
3. Où aimez-vous faire ces activités?
4. À quel moment aimez-vous faire ces activités?
5. Pourquoi aimez-vous ces activités?
6. Comment faites-vous ces activités?

Ce que vous pouvez faire pour aider



- Choisissez des activités significatives, plaisantes et importantes pour la personne et encouragez-la à participer
- Aidez la personne ayant subi un AVC à se préparer pour l'activité. Préparez les aides adaptées (p. ex. prothèses auditives, lunettes et aide à la marche)
- Réfléchissez à comment l'activité pourrait être modifiée pour assurer une participation réussie (p. ex. utilisez des porte-cartes, encouragez la participation à des exercices assis, utilisez des cartes de bingo ou jeux de cartes en gros caractères)
- Trouvez d'autres personnes qui ont des intérêts semblables
- Faites appel à des stratégies afin de tenir compte des niveaux d'habiletés variés ayant trait à la communication, à la cognition, à la perception, à la vision, etc
- Parlez aux membres de la famille, aidants naturels et/ou aux amis au sujet des intérêts de la personne
- Encouragez les membres de la famille, les aidants naturels et/ou les amis à apporter certains objets préférés de la personne
- Modifiez les activités alimentaires si la personne ayant subi un AVC a de la difficulté à avaler (dysphagie) pour favoriser l'inclusion. Si vous avez des questions, adressez-vous à une diététiste professionnelle et/ou à une orthophoniste (voir les Conseils et astuces en matière de soins AVC – L'alimentation et la déglutition après un AVC)

Demandez le soutien de votre équipe

- ✓ Les ergothérapeutes et les thérapeutes en loisirs sont des spécialistes du soutien aux personnes ayant subi un AVC pour les encourager à participer à des activités significatives. Il peut être utile qu'ils participent aux soins de la personne, surtout si vous constatez qu'elle ne participe pas ou qu'elle devient isolée.