



Guide de ressources:

activités pour aînés engageantes et fondées sur des données probantes

Bureau provincial de coordination de Soutien en cas de troubles du comportement en Ontario

Juillet 2026



Behavioural Supports Ontario
Soutien en cas des troubles du comportement en Ontario

Guide de ressources:

activités pour aînés engageantes et fondées sur des données probantes

Introduction

Évaluation et commentaires	2
Collaborateurs et remerciements	3
Contexte	5
Mode d'emploi	6

Activités multisensorielles

Stimulation sensorielle tactile	13
Stimulation sensorielle technologique	15
Stimulation par chaise berçante	17
Stimulation multisensorielle	19
Interaction avec un animal de compagnie simulé	22
Interaction avec un animal de thérapie	25
Interaction avec une poupée de réconfort	27

Mémoire et réflexion

Méditation guidée	31
Activités de remémoration	33
Rédaction de lettres et de messages	35
Club de lecture	37

Corps et mouvement

Programmes de vie active	40
Bien-être en nature	43

Création et expression artistique

Musique	46
Menuiserie	49
Tricot	51
Couture	53
Horticulture : jardinage	55
Horticulture : art floral	58
Expériences culinaires	60

Création et expression artistique suite...

Arts visuels	62
1. Tambour océanique	65
2. Peinture avec les doigts	66
3. Collage de déchirures de papier	67
4. Collage d'objets naturels	68
5. Bricolage à partir de découpures de magazines	69
6. Dessin guidé	70
7. Art tactile	71
8. Modelage d'argile	72
9. Photographie	73
10. Peinture au son de la musique	74
11. Fabrication de bijoux	75

Stimulation cognitive et compétences diverses

Jeux de réflexion et activités stratégiques	77
Jour de lessive	79
Activité de tri	81
Traitement de factures	83
Offres d'emploi	86

Technologies et multimédia

Ressources virtuelles	90
Réalité virtuelle	93
Projection d'un film	95

Croyances et pratiques

Culture, spiritualité, religion, morale, valeurs et traditions	98
--	----

Références	101
------------	-----

Votre avis est important!

Votre opinion nous est précieuse. Merci de nous faire part de vos impressions sur le Guide de ressources: activités pour aînés engageantes et fondées sur des données probantes.

Répondez au questionnaire.

Merci de votre soutien!



Collaborateurs et remerciements

Nous tenons à remercier chaleureusement l'équipe de Soutien en cas de troubles du comportement en Ontario du Nord-Est et les responsables du projet Cookbook : Recipes for Innovation in Long-Term Care, dont le travail a servi de base au présent guide. En effet, les concepts fondamentaux présentés sous forme de « recettes » dans le Cookbook ont été soigneusement adaptés en fonction des besoins des différents secteurs qui soutiennent les personnes âgées ayant des besoins complexes et pouvant bénéficier d'activités engageantes et stimulantes.

Ce guide a été enrichi par le Bureau provincial de coordination de Soutien en cas de troubles du comportement en Ontario (STCO), avec la contribution des responsables de projet suivantes:



Courtney Stasiuk-Mohr, CTRS

Spécialiste de projet

Bureau provincial de coordination de STCO, Centre régional de santé de North Bay



Mélanie Beaulieu, inf. aut., B.Sc.Inf.

Consultante ressource en psychogériatrie

Sudbury-Manitoulin-Parry Sound, STCO du Nord-Est, Centre régional de santé de North Bay



Mélissa Laroche, inf. aut., B.A., B.Sc.Inf., M.Sc.Inf., CSIG(C)

Infirmière de pratique avancée en gériatrie

Hôpital Queensway Carleton

Leur dévouement et leur expertise ont été déterminants pour faire de ce guide une ressource précieuse en vue d'améliorer l'accompagnement offert aux aînés et de favoriser leur plein engagement.



Nous remercions les personnes suivantes pour leur contribution importante à la réalisation de ce guide:

Mary Beth Wighton

animatrice spécialisée en expérience vécue, STCO

Emily Piraino

accompagnatrice clinique en soins gériatriques,
Maamwesying North Shore Community Health Services

Shawna Peddar

infirmière du programme STCO,
Hôpital Northumberland Hills

Stephanie Neville

ludothérapeute en soutien comportemental,
Hôpital Queensway Carleton

Denise Schon

partenaire de soins aux familles,
Lakeside Long-Term Care

Em Thielking

adjointe de projet, Bureau provincial de coordination
de STCO,
Centre régional de santé de North Bay

Heather Hawrelluk

consultante ressource en psychogériatrie,
Sudbury-Manitoulin-Parry Sound,
Centre régional de santé de North Bay

Jennifer Maslovskis

ludothérapeute du programme STCO,
Communautés saines et sûres, Macassa Lodge, Hamilton

Melissa McVie

directrice des communications,
Ontario Association of Residents' Councils

Jennifer Brown

résidente,
Centre de soins de longue durée Lakeside

Lisa Joworski

spécialiste en ludothérapie, Équipe
d'intervention comportementale,
Programme de santé mentale gériatrique,
Centre des sciences de la santé de London

Nicole Dykeman

spécialiste en ludothérapie, Équipe
d'intervention comportementale,
Programme de santé mentale gériatrique,
Centre des sciences de la santé de London

Hillary Langen

spécialiste de projet, STCO du Nord-Est,
Centre régional de santé de North Bay

Ashley Gordon

graphiste
AEG Designs

François Comeau et France Charlebois

Comeau Translation,
pour la version française

THANK
YOU!



Contexte

La participation à des activités enrichissantes est essentielle au bien-être des personnes âgées, et cela est encore plus vrai pour celles qui éprouvent des difficultés cognitives ou physiques liées à la démence, à des enjeux de santé mentale, à la toxicomanie ou à d'autres troubles neurologiques. Les recherches ont confirmé à de multiples reprises que l'ennui et la solitude sont étroitement associés aux comportements réactifs et aux expressions personnelles, sous l'effet de besoins sociaux, émotionnels et psychologiques non satisfaits (Cohen-Mansfield et coll., 2015). La solitude, l'isolement social et le manque de stimulation intellectuelle sont liés à la dépression, à l'anxiété et au déclin cognitif, ce qui suscite un sentiment d'impuissance et une perte de qualité de vie (Cardona et Andres, 2023; Hawkley et Cacioppo, 2010; Cacioppo et Cacioppo, 2018). Dans ce contexte, des activités centrées sur la personne satisfont à des besoins émotionnels, sociaux et psychologiques, atténuant les comportements réactifs et les expressions personnelles et améliorant la qualité de vie de la personne (Gebhard et Frank, 2024).

Ce guide, fondé sur une approche pratique et centrée sur la personne, s'adresse principalement au personnel soignant, aux proches aidants familiaux et à toute autre personne qui fournit un appui à des personnes âgées. Vous trouverez dans les pages qui suivent des conseils pour planifier des activités adaptées aux préférences, aux capacités et au parcours de vie de chaque personne. Les activités proposées permettent de tisser des liens humains et de vivre des moments de joie. Les activités engageantes et choisies avec soin apportent des bienfaits sur les plans de l'humeur, des fonctions cognitives et de la qualité de vie générale, tout en atténuant le stress et en rehaussant le bien-être des aidantes et aidants (Oliveira et coll., 2019; Roland et Chappell, 2015).



Un objectif clé de la présente ressource est de réduire le recours aux mesures de contention, tant chimiques que physiques, dans les milieux de soins. Le regroupement **Behavioural Supports in Acute Care Collaborative** (en anglais), qui se penche sur le soutien comportemental en soins aigus, revendique la minimisation de l'utilisation des mesures de contention afin d'atténuer les risques et de promouvoir la dignité, l'autonomie et les soins centrés sur la personne. De leur côté, les Nations Unies affirment que les personnes handicapées, sur la base de l'égalité avec les autres, « jouissent du droit à la liberté et à la sûreté de leur personne [et ne doivent pas être] privées de leur liberté de façon illégale ou arbitraire » (2008). Ce guide est conçu dans le même esprit pour favoriser des environnements de soins sûrs et bienveillants, où l'on cherche à cerner les causes profondes des comportements réactifs et des expressions personnelles.



Ouverture à la diversité et inclusion culturelle

L'identité est un amalgame de la culture, de la langue, de la spiritualité, des traditions et des valeurs, et joue un rôle déterminant dans la façon dont les aînés tissent des liens interpersonnels, s'impliquent dans leur milieu et trouvent de la joie. Les équipes de soins et les proches aidants sont donc invités à respecter et embrasser pleinement la diversité sous toutes ses facettes. Lorsque les valeurs culturelles sont mises de l'avant dans les activités, les choix de mots et les routines quotidiennes, les soins deviennent plus inclusifs et plus soucieux des besoins émotionnels et relationnels. Enfin, les approches adaptées à la culture permettent d'établir des liens plus solides, de briser l'isolement et d'instaurer des environnements où chaque personne se sent vue, reconnue et en sécurité. Pour en savoir plus sur les enjeux d'équité, de diversité et d'inclusion (EDI) dans les soins de longue durée, consultez la [page Web des CARI de l'Ontario sur l'EDI](#) (en anglais).

Mode d'emploi

Ce guide sert de point de départ à la création d'occasions d'engagement enrichissantes et centrées sur la personne. Il accorde une large place à l'individualité et souligne l'importance d'adapter les activités en fonction des préférences, des capacités et du parcours de vie de chacun. Le contenu s'adresse aux membres des équipes de soins, préposées et préposés au soutien individuel, bénévoles, aidants familiaux, amis et pairs mentors, et ce, quel que soit le secteur ou le milieu de vie. Les étapes suivantes vous permettront de tirer pleinement parti de cette ressource:

Étape 1: Remplissez la fiche **Mon sommaire personnel**©

Les soins réellement centrés sur la personne sont un reflet des particularités individuelles. Cette réflexion initiale guide le choix d'activités pertinentes et constructives. Avant d'utiliser ce guide, remplissez la fiche **Mon sommaire personnel**© de Soutien en cas de troubles du comportement en Ontario, en collaboration avec la personne concernée et ceux et celles qui la connaissent le mieux (membres de la famille, amis, partenaires de soins depuis plusieurs années). Cet outil sert à recueillir des renseignements clés sur le cheminement de vie de la personne, ses valeurs, ses préférences et ses centres d'intérêt.



Étape 2: Faites appel aux cinq sens

Après avoir évalué les capacités de la personne et les obstacles à sa participation, réfléchissez aux manières d'intégrer les cinq sens à vos activités. Les approches multisensorielles, tant au sein de l'activité que de l'environnement, soutiennent l'attention et l'engagement. Il importe toutefois de demeurer attentif pour ne pas atteindre le point de surstimulation.

Les éléments sensoriels suivants vous aideront à proposer une expérience complète et personnalisée:





Vue

Accessoires: Assurez-vous que la personne porte correctement tout accessoire visuel, comme ses lunettes. Par exemple, vérifiez que les lentilles sont propres et que la prescription est à jour. En cas de doute, consultez un membre de l'équipe soignante.

Éclairage et contraste: Choisissez un éclairage doux et uniforme pour atténuer les ombres et les reflets. Cherchez les couleurs contrastantes (objets, mobilier, couvre-planter, murs).

Texte accessible: Dans vos documents imprimés, utilisez une police sans empattement (par exemple, Arial ou Verdana) d'une taille d'au moins 14 points, avec un net contraste de couleurs (par exemple, noir sur jaune ou jaune sur noir) et un espacement généreux.

Environnement : Sélectionnez un lieu bien adapté à l'activité, de préférence muni de repères visuels pour faciliter la compréhension. Réduisez l'encombrement. Placez le matériel bien à la vue de la personne.



Ouïe

Prothèses: Assurez-vous que la personne porte correctement tout accessoire, comme des appareils auditifs ou un amplificateur. Vérifiez le bon fonctionnement de ces dispositifs. En cas de doute, consultez un membre de l'équipe soignante.

Volume et clarté: Articulez clairement et maintenez un volume naturel. Demandez à la personne de confirmer qu'elle vous entend bien.

Traitement cognitif et choix des mots: Les phrases courtes et les mots simples facilitent la tâche des personnes ayant des difficultés cognitives. Amenez une idée à la fois et accordez à la personne le temps de répondre.

Bruit de fond: Réduisez le bruit ambiant, sauf s'il fait partie de l'activité. Certains types de musique favorisent la concentration et sont réconfortants.



Toucher et sensations

Textures: Procurez-vous des matériaux doux, chauds et rassurants (par exemple, couvertures et coussins). Évitez les textures abrasives qui causent des sensations désagréables.

Environnement: Maintenez une température confortable dans la pièce. Au besoin, invitez les personnes à ajouter une couche de vêtements chauds si elles ont froid ou à retirer une couche si elles ont chaud. n de la peau. Prévenez tout risque d'ingestion.



Mode d'emploi suite...

Contact physique: Avant d'initier tout contact, attirez l'attention de la personne et obtenez sa permission. Respectez les préférences individuelles et la dignité de chacune et chacun, et assurez-vous de ne causer aucune douleur par vos actions. Certaines personnes apprécient un contact doux (leur prendre la main, leur donner une petite tape sur l'épaule), tandis que ces gestes sont désagréables pour d'autres.

Motricité: Tenez compte des capacités de motricité fine et de motricité globale de la personne, et adaptez l'activité au besoin.



Odorat

**Remarque : Respectez les politiques organisationnelles en matière d'utilisation de produits parfumés.*

Aromathérapie: Utilisez des parfums ou des huiles pour rendre l'environnement plus douillet ou stimulant, selon vos objectifs. Évitez les parfums trop odorants et ceux qui pourraient susciter des réactions allergiques ou une irritation de la peau. Prévenez tout risque d'ingestion.

Parfums: Certains parfums pourraient aider la personne à se remémorer des événements positifs ou importants de sa vie. Abstenez-vous d'utiliser des parfums qui pourraient être associés à des expériences négatives ou susceptibles de provoquer de la détresse ou un malaise.



Goût

Préférences et restrictions alimentaires: Renseignez-vous sur le régime alimentaire et les préférences individuelles (par exemple, aliments à faible teneur en sel, textures adaptées, aversion pour les tomates).

Variété: Proposez des aliments savoureux, dont des mets d'époque ou typiques de la culture de la personne. Une perte de sensibilité sensorielle accompagne parfois le vieillissement ou la démence. Dans ces cas, vous pourriez choisir des saveurs ou épices plus prononcées, en veillant toutefois à ne pas dépasser le seuil de tolérance de la personne.

Hydratation: Proposez des boissons attrayantes comme des tisanes ou un pichet d'eau infusée aux fruits pour inciter la personne à boire. Consultez l'équipe de soins pour confirmer que la personne ne suit pas un régime avec restriction hydrique ou composée de liquides épaissis.

Texture: Sélectionnez des aliments dont la texture facilite la mastication et la déglutition. Les aliments mous ou épaissis sont des choix courants pour les personnes ayant des problèmes dentaires ou de la difficulté à avaler.



Sécurité: Surveillez attentivement le déroulement des activités qui comprennent la manipulation de petits objets, en particulier à proximité des heures de repas ou dans la salle à manger. Une personne atteinte de démence risque de confondre des objets non comestibles et des aliments. Afin de réduire le risque, offrez une collation au début de l'activité et marquez une transition claire entre les activités et les repas.

Étape 3: Passez aux activités présentées dans ce guide

Après avoir rempli l'outil Mon sommaire personnel[®] et pris en compte les enjeux sensoriels, choisissez des activités parmi celles présentées aux pages suivantes. Le présent guide est bien étoffé et vous donne la latitude nécessaire pour adapter les activités en fonction des préférences uniques de chaque personne. Vous pourrez donc proposer des activités soucieuses de la culture, des intérêts, de la personnalité et des besoins individuels pour soutenir l'épanouissement physique, cognitif, social, émotionnel et spirituel. Les activités favorisent le plein engagement, suscitent des moments de plaisir, stimulent les fonctions cognitives et procurent un sentiment d'accomplissement. Une approche individualisée demeure essentielle, puisqu'elle accorde une large place aux préférences, aux capacités et au degré d'aisance de la personne.

Chacune des descriptions comporte un objectif clair, une liste de matériel et des instructions pour une participation individuelle ou en groupe. Vous pourrez apporter les modifications appropriées pour refléter les préférences et les objectifs individuels, ainsi que pour garantir l'accessibilité et l'inclusivité.

Utilisation de cette ressource

Ce guide en format numérique est avant tout flexible. Il se prête bien à divers milieux de soins ainsi qu'aux préférences individuelles. La table des matières cliquable facilite la navigation.

Si vous préférez travailler à partir d'une version imprimée:

- Imprimez des pages d'activités individuelles, en fonction de domaines d'intérêt ou de thèmes.
- Imprimez le document au complet et placez-le dans un cartable pour le consulter facilement.
- Préparez des trousseaux prêts à utiliser en imprimant les pages d'activités et en les plaçant dans un bac ou un sac étiqueté comprenant tout le matériel requis. Vous pourriez regrouper ces trousseaux sous forme de collection d'activités prêtes à l'emploi et facilement accessibles.

Choisissez l'approche qui correspond le mieux au contexte ainsi qu'aux besoins des personnes que vous accompagnez.



Fournitures et équipement

L'équipement et les fournitures thérapeutiques devraient être durables, sécuritaires et adaptés aux besoins individuels. Au moment de planifier les achats, comparez les prix des différents fournisseurs, en tenant compte de tous les facteurs comme remises sur les achats en gros ou les garanties du meilleur prix. L'équipe de STCO dans votre région, notamment la consultante ou le consultant ressource en psychogériatrie, pourra vous aider à planifier des approches de soins personnalisées. N'hésitez pas à communiquer avec STCO pour obtenir des conseils généraux ainsi que des recommandations de fournitures thérapeutiques adaptées.

Étape 4: Passez à l'action et évaluez les résultats

Dès le départ, déterminez vos objectifs ainsi que la façon dont vous évaluerez les progrès. Vous pourriez, par exemple, observer les réactions verbales ou non verbales: langage corporel, expressions du visage, changements dans l'humeur ou commentaires. Suivez l'évolution des choses pour apporter des ajustements en cours de route. C'est ainsi que vous proposerez des activités réellement soucieuses des préférences, des capacités et des intérêts individuels.

Si vous constatez que les objectifs ne sont pas atteints ou que la personne semble désengagée, frustrée ou mal à l'aise, cette dernière pourrait avoir besoin d'un soutien supplémentaire.

Au besoin, consultez l'équipe de soins pour obtenir une évaluation et des conseils plus poussés. Les spécialistes, comme les ludothérapeutes et le personnel de soutien comportemental de STCO, vous guideront afin de mieux répondre aux besoins complexes. La collaboration étroite entre les équipes de soins, les proches aidants et les professionnels du soutien comportemental favorise des approches holistiques et centrées sur la personne, ce qui, en fin de compte, améliore la santé et le bien-être.



Ne vous découragez pas si votre premier essai ne produit pas les résultats souhaités. Essayez de nouveau à un autre moment de la journée ou dans un autre environnement, ou apportez des modifications en fonction des besoins, préférences et capacités de la personne.

Remarque



Ressources complémentaires

Le **Système d'observation de la démence de Soutien en cas de troubles de comportement en Ontario (BSO-DOS®)** peut servir à déterminer l'atteinte des objectifs fixés. Il recueille des données objectives et mesurables pour établir les schémas et les tendances entourant les comportements réactifs et les expressions personnelles. Utilisez le BSO-DOS pour définir les contextes et les moments les plus propices à l'engagement et à la participation active. Pour en savoir plus sur cet outil, consultez votre équipe régionale de STCO, en particulier une consultante ou un consultant ressource en psychogériatrie.



Vous avez également accès aux formations complémentaires spécialisées des **programmes « 5 STaR »** (page en anglais, certaines ressources en français). Il s'agit de cinq programmes regroupant des formations sur les pratiques exemplaires et le savoir-faire dans l'accompagnement de personnes âgées. Ces programmes se fondent sur des concepts communs pour promouvoir des soins centrés sur la personne et fondés sur des données probantes.



Étape 5 : Documentez

Tenez une documentation appropriée, conformément aux politiques de l'organisation, pour évaluer les progrès et assurer la continuité des soins. Décrivez l'activité, ainsi que les réactions de la personne (par exemple, un engagement actif ou un malaise visible). Notez si les objectifs ont été atteints et proposez des améliorations en vue de la prochaine fois. Incitez la personne à partager son point de vue. Demandez-lui, par exemple, si l'activité lui a plu ou si elle souhaiterait la refaire la semaine suivante. Prenez bien note de ces commentaires, car la documentation claire soutient une approche réellement centrée sur la personne, assure une communication efficace au sein de l'équipe et permet d'adapter les stratégies.



Activités multisensorielles

Activités qui stimulent plusieurs sens pour susciter des émotions, des souvenirs et des liens significatifs.

Stimulation sensorielle tactile	13
Stimulation sensorielle technologique	15
Stimulation par chaise berçante	17
Stimulation multisensorielle	19
Interaction avec un animal de compagnie simulé	22
Interaction avec un animal de thérapie	25
Interaction avec une poupée de réconfort	27

Stimulation sensorielle tactile

Objectif

Fournir une stimulation cognitive et sensorielle, réduire l'agitation, améliorer l'humeur et favoriser la concentration en sollicitant les sens de façon ciblée.

Matériel

- Panneau en plastique ou en bois
- Matériaux texturés (par exemple, tissu, velcro, papier sablé, perles, balles antistress)
- Fermetures éclair, boutons, interrupteurs (non électriques) et loquets simples
- Petits miroirs ou autres objets colorés et visuellement stimulants

**Vous pouvez remplacer le panneau en plastique ou en bois par une couverture lestée, un manchon antistress (twiddle muff) ou un tablier.*



Instructions

Activité individuelle ↓

1. Fixez les objets sur le panneau, la couverture, le manchon ou le tablier.
2. Installez-vous dans un lieu accueillant où la personne pourra s'asseoir confortablement. Déplacez-vous dans un nouvel endroit si les circonstances s'y prêtent.
3. Présentez les objets sensoriels. Invitez la personne à les explorer par le toucher.
4. Laissez la personne manipuler les objets à son propre rythme.
5. Si la personne démontre peu d'intérêt, placez les objets directement dans sa main ou utilisez la technique du « main sur main » pour la guider.
6. Observez et encouragez la personne.
7. Posez des questions pour inciter la personne à vous indiquer, par exemple, ses objets préférés et les émotions qu'ils suscitent.

Activité de groupe ↓

1. Fixez les objets sur le panneau, la couverture, le manchon ou le tablier.
2. Installez-vous dans un lieu accueillant où le groupe pourra s'asseoir confortablement. Déplacez-vous dans un nouvel endroit si les circonstances s'y prêtent.
3. Présentez les objets sensoriels. Invitez les participantes et participants à les explorer par le toucher.
4. Faites circuler les matériaux en vous assurant que personne ne se retrouve les mains vides. Apportez votre aide au besoin.
5. Dirigez la conversation pour favoriser les interactions sociales. Posez des questions, par exemple, sur les textures ou les couleurs préférées des participantes et participants.
6. Assurez-vous que les membres du groupe ont l'occasion d'explorer une variété d'objets sensoriels.





Activités Multisensorielles Stimulation sensorielle tactile **Conseils d'adaptation**

Utilisez des objets de plus grande taille si la personne a une dextérité limitée



et des objets aux textures douces si elle a des sensibilités sensorielles.

Dans le cas d'une personne ayant une déficience visuelle



optez pour des objets à la texture distincte ou produisant une variété de sons.

Si la personne possède un vocabulaire restreint



décrivez les sensations en toute simplicité : « c'est doux », « c'est rugueux », « c'est piquant ».



Assurez-vous que les objets sont fixés de manière stable et qu'il est possible de les manipuler de façon autonome.

Servez-vous de colle pour une pose permanente ou de velcro pour rendre les accessoires amovibles.

Modifiez le nombre de participantes et participants et adaptez-vous en fonction de leurs intérêts et besoins.

ainsi que de leur profil culturel, de leurs autres caractéristiques individuelles et de leurs expériences de vie.



Stimulation sensorielle technologique

Objectif

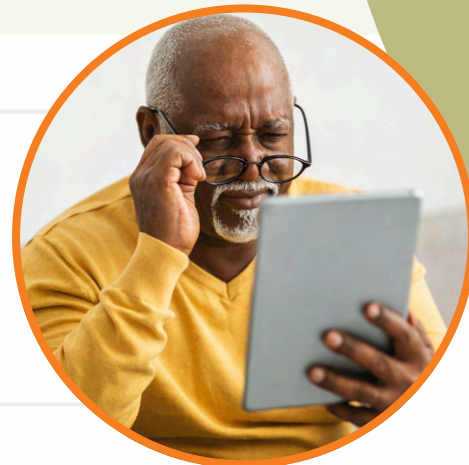
Fournir une stimulation cognitive et sensorielle, réduire l'agitation, améliorer l'humeur et favoriser la concentration en proposant des interactions sensorielles appuyées par la technologie.

Matériel

- Dispositif électronique interactif (par exemple, tablette, projecteur)
- Prise électrique
- Connexion Wi-Fi
- Logiciels/applications



Instructions



Activité individuelle ↓

1. Installez-vous dans un lieu accueillant où la personne pourra s'asseoir confortablement. Déplacez-vous dans un nouvel endroit si les circonstances s'y prêtent. Assurez-vous que la personne est bien placée pour atteindre le dispositif sans difficulté.
2. Présentez le dispositif, son mode d'emploi et les activités disponibles.
3. Laissez la personne interagir avec l'appareil de manière autonome. Donnez-lui des indications si nécessaire.
4. Posez des questions pour inciter la personne à vous indiquer, par exemple, son activité préférée, les raisons pour lesquelles cette activité lui plaît, et les émotions qu'elle suscite.

Activité de groupe ↓

1. Installez-vous dans un lieu accueillant où le groupe pourra s'asseoir confortablement. Déplacez-vous dans un nouvel endroit si les circonstances s'y prêtent. Assurez-vous que tous et toutes voient bien l'écran.
2. Présentez le dispositif, son mode d'emploi et les activités disponibles.
3. Invitez les membres du groupe à utiliser le dispositif ou le projecteur de manière interactive, en explorant ses divers éléments (par exemple, formes colorées, jeux). Assurez-vous que les participantes et participants choisissent les activités à tour de rôle.
4. Guidez les interactions en animant des jeux coopératifs ou en proposant des éléments de récits pour faire avancer la conversation.
5. Concluez par une réflexion collective. Incitez les membres du groupe à discuter des expériences ou souvenirs qui sont ressortis lors de l'activité.





Activités Multisensorielles Stimulation sensorielle technologique

Conseils d'adaptation

Ajustez la hauteur des tablettes utilisées par les personnes à mobilité réduite



Si vous utilisez un projecteur, placez-le sur une surface facilement accessible.



Gardez à l'esprit les capacités cognitives de chaque personne
afin de proposer des tâches plus simples ou plus complexes.

Encouragez une participation active.

Servez-vous d'écouteurs ou d'un lecteur de musique.

**Tenez compte du profil culturel, des autres caractéristiques individuelles
et des expériences de vie des participantes et participants.**

Vous pourriez former des petits groupes de personnes dont les
centres d'intérêt et les capacités sont compatibles.



Stimulation par chaise berçante

Objectif

Favoriser la détente, réduire l'anxiété, améliorer l'humeur et procurer une stimulation sensorielle grâce à des mouvements rythmiques.

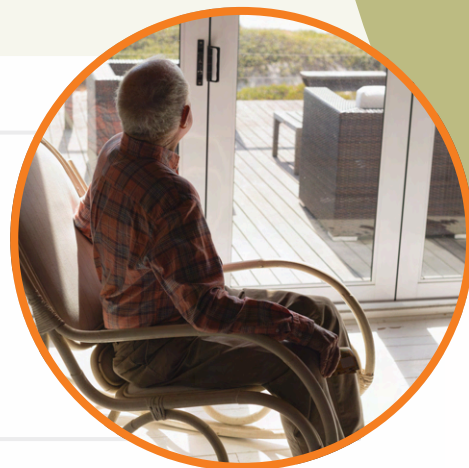
Matériel

- Chaise berçante traditionnelle ou mécanique, fauteuil coulissant verrouillable (glider chair)
- Machine à sons ou lecteur de musique (facultatif)
- Musique apaisante ou sons de la nature (facultatif)

Instructions

Activité individuelle ↓

1. Placez la chaise berçante dans un endroit calme, confortable et libre de distractions.
2. Invitez la personne à s'asseoir de manière détendue, les pieds à plat sur le sol.
3. Aidez la personne à ajuster sa position si nécessaire. Consultez le plan de soins ou l'équipe soignante pour en savoir plus sur le positionnement et les transferts, en particulier si le fauteuil est inclinable.
4. Avec délicatesse, aidez la personne à commencer à se balancer. Adoptez un rythme lent, régulier et apaisant. Incitez la personne à se détendre.
5. Demeurez à l'écoute et observez la communication non verbale de la personne pour ajuster le rythme au besoin.
6. Stimulation auditive (facultative) : Si la personne le souhaite, utilisez une machine à sons ou un lecteur de musique pour diffuser de la musique apaisante ou des sons de la nature.
7. Accordez à la personne suffisamment de temps pour se balancer. Si nécessaire, fixez l'heure de fin à l'aide d'une minuterie.
8. À la fin de l'activité, amenez doucement la personne à cesser de se balancer. Proposez-lui de s'adonner à quelques moments de réflexion et d'introspection au sujet de ce qu'elle ressent, en guise de renforcement positif.





Activités Multisensorielles Stimulation par chaise berçante Conseils d'adaptation

Si la personne éprouve des problèmes de mobilité ou de posture



vous pourriez consulter un spécialiste, comme une ou un ergothérapeute, pour garantir une utilisation sécuritaire de la chaise berçante.



Au moment de choisir des sons apaisants ou de la musique
tenez compte des préférences individuelles, notamment sur les plans de la religion et de la culture, ainsi que des expériences de vie de la personne.



Stimulation multisensorielle

Objectif

Susciter des émotions positives, renforcer les fonctions cognitives, améliorer l'humeur et favoriser les interactions sociales grâce à une stimulation multisensorielle.

Materials Needed

- Ouïe: lecteur de musique, enregistrements de sons de la nature, générateur de bruit
- Vue: éclairage tamisé, matériel multicolore, projecteur d'images immersives, fibre optique lumineuse
- Odorat: huiles essentielles, vaporisateur de parfum, herbes (par exemple, lavande, menthe poivrée)
- Goût: aliments ou collations (par exemple, fruits, yogourts) selon les préférences individuelles
- Toucher: objets ou tissus à la surface texturée, objets à manipuler antistress, pâte à modeler, couvertures lestées
- Matériel de la salle multisensorielle: tubes sensoriels à bulles, diffuseurs d'arômes, panneaux tactiles, coussins vibrants, systèmes de projection interactifs
- Accessoires supplémentaires: bacs sensoriels remplis de riz, de sable ou de perles et contenant de petits objets; livres tactiles; appareils électroniques (par exemple, tablette)



Instructions

Activité individuelle ↓

1. Passez en revue le dossier de la personne ou effectuez votre propre évaluation pour connaître ses préférences et ses aversions sensorielles. Adaptez l'expérience en conséquence.
2. Installez-vous dans un lieu accueillant où la personne pourra s'asseoir confortablement. Certains établissements disposent d'une salle multisensorielle conçue pour minimiser les distractions. Ajustez l'éclairage et le son afin de personnaliser la stimulation sensorielle.
3. Présentez les stimuli sensoriels un par un. Accordez le temps à la personne de les explorer à son rythme. Vous pourriez, par exemple, diffuser des sons apaisants dans la salle, puis remettre à la personne des images multicolores.
4. Rendez l'expérience interactive en posant des questions ouvertes: « À quoi vous fait penser ce parfum? » ou « Que ressentez-vous en touchant cette texture? ». Si la personne éprouve de la difficulté à répondre aux questions ouvertes, présentez-lui plutôt des choix: « Laquelle des deux préférez-vous? »
5. Sollicitez la mémoire de la personne à l'aide d'odeurs, de goûts ou d'images qui pourraient lui rappeler des souvenirs heureux. Aidez-la à faire ces liens si elle n'y arrive pas seule.
6. Surveillez les réactions de la personne et modifiez votre approche au besoin. Après tout, cette expérience devrait être agréable et susciter un intérêt soutenu.



Stimulation multisensorielle suite



Instructions suite...

Activité de groupe ↓

1. Installez-vous dans un lieu accueillant où les membres du groupe pourront s'asseoir confortablement. La salle multisensorielle, si l'établissement en possède une, est l'endroit tout indiqué. Au début de l'activité, présentez les divers objets que vous avez recueillis.
2. Aménagez plusieurs stations sensorielles, chacune axée sur un sens différent (par exemple, des tubes illuminés pour la stimulation visuelle à un endroit, un panneau recouvert de diverses textures pour la stimulation tactile à un autre).
3. Laissez les participantes et participants circuler d'une station à l'autre à leur rythme. Si nécessaire, incitez-les à s'engager activement. Encouragez-les à discuter des sensations ressenties.
4. Animez ensuite une discussion interactive pour faire ressortir des liens entre les expériences sensorielles et le vécu des participantes et participants. Invitez les membres du groupe à proposer des expériences sensorielles en vue d'une activité future.





Activités Multisensorielles Stimulation multisensorielle **Conseils d'adaptation**

Essayez des stratégies de détente



comme la respiration profonde ou la méditation pleine conscience, pour que les personnes se sentent à l'aise et s'engagent dans l'activité.

Dans le cas de personnes ayant des troubles cognitifs



évités les objets ou les images qui risqueraient d'être faussement perçus comme représentant un danger ou qui pourraient faire resurgir des souvenirs traumatisants (par exemple, éclairage rouge ressemblant à un incendie, images d'insectes).



N'imposez rien

Certaines personnes préfèrent observer au lieu de participer activement.

Tenez compte des préférences et des sensibilités sensorielles

et assurez-vous que l'activité ne crée pas de surstimulation.

Accompagnez individuellement les nouveaux membres du groupe à la salle sensorielle pour évaluer leur seuil de tolérance

leurs préférences et leurs aversions

Choisissez du matériel et des expériences en fonction du profil socioculturel des participantes et participants.

Afin de garantir une accessibilité optimale,

placez le matériel à différentes hauteurs (par exemple, si certaines personnes se déplacent debout et d'autres, en fauteuil roulant inclinable).



Interaction avec un animal de compagnie simulé

Objectif

Favoriser les interactions sociales, réduire la solitude et rehausser le bien-être émotionnel en simulant des interactions avec un animal de compagnie.

Matériel

- Animal en peluche réaliste ou animal robotisé aux mouvements interactifs (capacité de ronronner, miauler, aboyer)
- Accessoires (brosse, bol à nourriture)
- Lingettes désinfectantes et système de stérilisation ultraviolet pour le nettoyage entre deux utilisations



Instructions

Activité individuelle ↓

1. Installez-vous dans un lieu accueillant où la personne pourra s'asseoir confortablement. Déplacez-vous dans un nouvel endroit si les circonstances s'y prêtent.
2. Prenez délicatement l'animal dans vos bras et présentez-le à la personne en disant, par exemple, « Regardez ce que je tiens ». Observez sa réaction. Si la personne démontre de l'intérêt, invitez-la à prendre l'animal à son tour. Dites-lui, par exemple, « Voulez-vous essayer? » ou « Voulez-vous le prendre? » Ne mentionnez pas qu'il s'agit d'un chat, d'un chien ou d'un autre type d'animal-jouet. Laissez la personne tirer cette conclusion elle-même.
3. Présentez l'animal délicatement. Expliquez à la personne de quoi il s'agit et comment interagir avec l'animal.
4. Invitez la personne à tenir l'animal et guidez-la tout en douceur dans ses mouvements et ses sons.
5. La communication sera à la fois verbale et non verbale. Laissez la personne dicter le rythme de l'interaction.
6. Offrez un soutien au besoin. Le renforcement positif favorise un engagement plus actif.
7. Posez des questions à la personne au sujet de son expérience et de ce qu'elle a ressenti. Validez ses émotions.

Interaction avec un animal de compagnie simulé suite



Instructions suite...

Activité de groupe ↓

1. Installez-vous dans un lieu accueillant où le groupe pourra s'asseoir confortablement. Déplacez-vous dans un nouvel endroit si les circonstances s'y prêtent.
2. Prenez délicatement l'animal dans vos bras et présentez-le au groupe en disant, par exemple, « Regardez ce que je tiens ». Observez la réaction. Si certaines personnes démontrent de l'intérêt, invitez-les à prendre l'animal dans leurs bras à leur tour. Exprimez-vous d'une voix douce et encourageante. Dites, par exemple, « Voulez-vous essayer? » ou « Voulez-vous le prendre? » Ne mentionnez pas qu'il s'agit d'un chat, d'un chien ou d'un autre type d'animal-jouet. Laissez les personnes tirer cette conclusion elles-mêmes.
3. Remettez à chaque personne son propre animal, ou faites circuler un seul animal au sein du groupe. En attendant leur tour, les participantes et participants pourront observer les autres et se remémorer les moments passés avec des animaux à d'autres étapes de leur vie.
4. Animez une discussion sur les animaux de compagnie ou l'amitié. Les participantes et participants auront sans doute de bons souvenirs à partager.





Activités Multisensorielles Interaction avec un animal de compagnie simulé **Conseils d'adaptation**

Placez l'animal à la portée des personnes à mobilité réduite



Au besoin, aidez-les à s'installer confortablement.

Dans le cas de personnes ayant des troubles cognitifs ou sensoriels



donnez des instructions avec délicatesse ou effectuez vous-même la démonstration des mouvements de l'animal.

Surveillez le degré d'attention et d'engagement des personnes présentant des troubles cognitifs



et réduisez la durée de l'interaction au besoin. Donnez des explications simples et en douceur.



Tenez compte des préférences individuelles

Si vous utilisez un animal robotisé, essayez ses différents réglages (par exemple, mode ronronnement ou mode aboiement).

Tenez compte des croyances culturelles, générationnelles et personnelles.

Respectez le degré d'aisance de chaque personne. Présentez l'animal avec délicatesse. Ne présumez pas que les membres du groupe y seront tous réceptifs. Établissez un contexte dans lequel la curiosité et les points de vue divergents sont les bienvenus.



Interaction avec un animal de thérapie

Objectif

Favoriser les interactions sociales, réduire le stress et rehausser le bien-être émotionnel à l'occasion de visites d'animaux de compagnie.

Matériel

- Animal de thérapie spécialement dressé (par exemple, chien, chat, lapin) et son accompagnateur autorisé
- Images ou livres correspondant au type d'animal (facultatif)



Instructions



Activité individuelle ↓

1. Installez-vous dans un lieu accueillant où la personne pourra s'asseoir confortablement. Déplacez-vous dans un nouvel endroit si les circonstances s'y prêtent.
2. Présentez l'animal et son accompagnateur ou accompagnatrice. Assurez-vous que la personne est à l'aise et ne craint pas l'animal.
3. Laissez la personne caresser l'animal, lui parler et interagir avec lui. Appuyez-la au besoin.
4. Observez les réactions de la personne. Laissez-la diriger l'interaction et veillez à ce que le tout se passe en douceur.
5. Notez les réactions émotionnelles ou comportementales positives lors de la rencontre, pour mieux en discuter après la visite de l'animal. Discutez de l'expérience en utilisant des images ou des livres pour faciliter la conversation si cela est opportun.
6. Fournissez à la personne du désinfectant pour les mains ou des lingettes nettoyantes.

Activité de groupe ↓

1. Installez-vous dans un lieu accueillant où le groupe pourra s'asseoir confortablement. Déplacez-vous dans un nouvel endroit si les circonstances s'y prêtent.
2. Présentez l'animal et son accompagnateur au groupe. Expliquez qu'il s'agit d'un animal de thérapie, et assurez-vous que les personnes se sentent en sécurité et à l'aise.
3. Laissez les membres du groupe interagir à tour de rôle avec l'animal. Les participantes et participants pourront observer les interactions, exprimer leurs réflexions et se remémorer les moments passés avec des animaux à d'autres étapes de leur vie. Faites circuler les livres et les images au sein du groupe.
4. Animez une discussion sur les bienfaits des animaux de compagnie et faites ressortir de bons souvenirs. La discussion contribuera aussi à tisser des liens sociaux au sein du groupe.





Activités Multisensorielles Interaction avec un animal de thérapie

Conseils d'adaptation

Placez l'animal à la portée des personnes à mobilité réduite



Au besoin, aidez-les à s'installer confortablement.

Surveillez le degré d'attention et d'engagement des personnes présentant des troubles cognitifs



et réduisez la durée de l'interaction au besoin. Donnez des explications simples et en douceur.

Des personnes trouvent certaines espèces intimidantes.



Si possible, accueillez plus d'une espèce animale (par exemple, chat et chien) pour tenir compte des préférences du groupe



Par beau temps

Organisez une promenade à l'extérieur avec l'animal de thérapie, en fonction du degré de mobilité des participantes et participants.



Interaction avec une poupée de réconfort

Objectif

Apporter un réconfort émotionnel, atténuer l'anxiété et susciter des sentiments d'accomplissement et de rapprochement par la simulation de comportements de soins qui renvoient à des rôles passés.

Matériel

- Poupée de thérapie ou poupée réaliste, moelleuse et de taille appropriée
- Couvertures, vêtements pour poupée ou bébé et accessoires (par exemple, biberon ou bonnet)
- Musique d'ambiance douce et apaisante (facultatif)
- Matériel pour la simulation de l'heure du bain, si vous incorporez cette activité (par exemple, baignoire pour bébé, lavettes, serviettes, savon, gel de bain pour bébé, shampoing)



Instructions

Activité individuelle ↓

1. Installez-vous dans un lieu accueillant où la personne pourra s'asseoir confortablement. Déplacez-vous dans un nouvel endroit si les circonstances s'y prêtent.
2. Tenez délicatement la poupée dans vos bras et présentez-la à la personne en disant, par exemple, « Regardez ce que je tiens ». Observez sa réaction. Si la personne démontre de l'intérêt, invitez-la à prendre la poupée à son tour. Dites-lui, par exemple, « Voulez-vous essayer? » ou « Voulez-vous la prendre? » de manière douce et engageante. Ne mentionnez pas qu'il s'agit d'une poupée ou d'un bébé. Laissez la personne tirer cette conclusion elle-même.
3. Invitez la personne à tenir la poupée, à la câliner et à lui parler. Guidez-la au besoin. Faites progresser l'interaction en présentant divers accessoires (par exemple, couverture, biberon).
4. Observez et soutenez l'interaction, en donnant un renforcement positif.
5. Posez des questions à la personne au sujet de son expérience et de ce qu'elle a ressenti. Validez ses émotions.

Activité de groupe ↓

1. Installez-vous dans un lieu accueillant où le groupe pourra s'asseoir confortablement. Déplacez-vous dans un nouvel endroit si les circonstances s'y prêtent.
2. Présentez la ou les poupées, et faites-les circuler au sein du groupe. Laissez les participantes et participants interagir librement, et guidez-les au besoin.
3. En groupe, discutez des expériences des participantes et participants comme parents, grands-parents ou responsables des soins d'une personne dépendante, en faisant ressortir les émotions positives qui y sont associées.

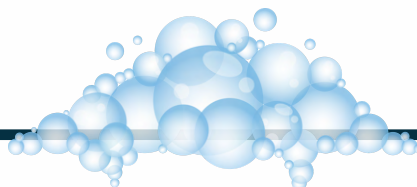
Interaction avec une poupée de réconfort : donner le bain



Instructions

Activité individuelle ↓

1. Installez-vous dans un lieu accueillant où la personne pourra s'asseoir confortablement. Déplacez-vous dans un nouvel endroit si les circonstances s'y prêtent.
2. Montrez la poupée à la personne et invitez-la à la prendre dans ses bras (voir les instructions de l'activité précédente).
3. Placez la baignoire pour bébé à un endroit que la personne pourra facilement atteindre.
4. Aidez la personne à laver la poupée en douceur. Discutez des étapes au fur et à mesure (par exemple, mouiller la poupée, la savonner, la rincer, l'essuyer, la rhabiller).
5. Incitez la personne à s'occuper de la poupée avec bienveillance. Posez des questions sur les soins à apporter, et laissez la personne procéder à son rythme.
6. Une fois le bain terminé, discutez de l'expérience et ce que la personne a ressenti en s'occupant de la poupée. Validez ses émotions.



Conseil

Cette activité peut être une façon indirecte d'aborder l'importance de l'hygiène avec une personne qui n'aime pas se laver. Vous pourriez en profiter, par exemple, pour mentionner qu'un bain est rafraîchissant ou que la poupée doit se sentir bien car elle est toute propre. Dans un tel contexte, la poupée peut être rassurante ou servir à démontrer les gestes à poser à l'heure du bain.





Activités Multisensorielles Interaction avec une poupée de réconfort **Conseils d'adaptation**

Placez la poupée à la portée des personnes à mobilité réduite



Au besoin, aidez-les à s'installer confortablement.

Dans le cas de personnes présentant des troubles cognitifs



donnez des explications simples et des indices en toute douceur.



Pour rendre l'activité plus interactive

procurez-vous une poupée robotisée qui réagit au toucher.

Ajustez la durée de l'activité

en fonction de la capacité d'attention et de l'engagement de la personne.

Apportez une stimulation sensorielle supplémentaire

en utilisant une serviette chaude, une brosse douce
ou un lecteur de musique diffusant des sons apaisants.

Si la personne hésite à vous remettre la poupée

facilitez la transition en offrant de nourrir la poupée à votre tour, de jouer
avec elle ou de la coucher pour une sieste. Vous pourriez préparer un berceau ou
un lit pour mettre fin à l'activité en douceur et de manière rassurante.

Adaptez votre choix de poupées

au profil des participantes et participants, ainsi qu'à leurs expériences de vie.
Variez le genre, l'âge, la chevelure, le poids et le teint de la peau des poupées. Sachez
que certaines personnes réagissent négativement lorsque les yeux d'une poupée sont fixes.





Mémoire et réflexion

Les activités qui suivent sont axées sur l'introspection, les histoires et les souvenirs.

Méditation guidée	31
Activités de remémoration	33
Rédaction de lettres et de messages	35
Club de lecture	37

Méditation guidée

Objectif

Favoriser la détente, réduire le stress, améliorer la concentration et accroître le bien-être émotionnel à l'aide de techniques de méditation guidée et de pleine conscience.

Matériel

- Sièges ou fauteuils confortables, lecteur de musique
- Musique apaisante ou enregistrements de sons de la nature
- Enregistrements audio ou scénarios écrits de méditation guidée
- Minuterie (facultatif)



Instructions



Activité individuelle ↓

1. Installez-vous dans un lieu accueillant et calme, où la personne pourra s'asseoir ou s'allonger confortablement et sans être dérangée.
2. Commencez par des exercices de respiration profonde. Incitez la personne à inspirer et à expirer lentement et régulièrement.
3. Diffusez un enregistrement audio de méditation guidée, de la musique apaisante ou des sons de la nature. Vous pouvez aussi lire à haute voix un scénario de détente qui passe d'une partie du corps à l'autre (aussi connu sous le nom de « scan corporel »). Invitez la personne à se détendre pleinement en se concentrant sur sa respiration et sur les parties de son corps, une par une.
4. Au besoin, fixez l'heure de fin à l'aide d'une minuterie. Discutez avec la personne de ce qu'elle a pensé et ressenti lors de cette activité.

Activité de groupe ↓

1. Installez-vous dans un lieu accueillant et calme, où le groupe pourra se réunir sans être dérangé.
2. Présentez l'activité et soulignez les bienfaits de la méditation.
3. Diffusez un enregistrement audio de méditation guidée, de la musique apaisante ou des sons de la nature. Vous pouvez aussi lire à haute voix un scénario de détente qui passe d'une partie du corps à l'autre (aussi connu sous le nom de « scan corporel »).
4. Guidez le groupe au fil d'exercices de respiration, de détente ou de visualisation. Invitez les participantes et participants à se concentrer sur leur respiration et sur chaque partie de leur corps pour atteindre un état optimal de relaxation.
5. Au besoin, fixez l'heure de fin à l'aide d'une minuterie. Discutez de ce que les membres du groupe ont pensé et ressenti lors de cette activité.





Mémoire et réflexion Méditation guidée

Conseils d'adaptation

Choisissez des activités que les personnes à mobilité réduite pourront



effectuer en position assise ou allongée. Vous devrez peut-être modifier les scénarios de détente et les mouvements en fonction de leurs capacités et de leur degré d'aisance.

Dans le cas de personnes ayant des troubles cognitifs



donnez des consignes brèves, simples et répétitives pour guider la méditation. Tenez des séances plus courtes et mettez l'accent sur l'apaisement, la respiration profonde et la conscience du corps.

Effectuez des gestes ou utilisez des repères visuels



pour guider les personnes malentendantes.



Sur le plan sensoriel

apportez des ajustements aux sons ou à la musique d'ambiance, tamisez l'éclairage et faites preuve de souplesse en laissant les personnes se joindre aux différentes activités ou à y mettre fin à leur guise.

Dans un souci de pleine inclusion

adoptez des pratiques de pleine conscience et utilisez des images évoquant les diverses cultures des participantes et participants. Tenez compte de l'éventail des identités de genre, des traditions culturelles et des orientations sexuelles.



Activités de remémoration

Objectif

Partager des expériences de vie et des histoires pour solliciter la mémoire et le rappel cognitif, susciter des émotions positives, favoriser les interactions sociales, alimenter la conversation et améliorer l'humeur.

Matériel

- Photographies d'amis, de membres de la famille ou de lieux connus
- Lecteur de musique,
- Boîte à souvenirs contenant des objets ayant une signification particulière pour la personne
- Objets du passé (par exemple, outils, vêtements, souvenirs)



Instructions



Activité individuelle ↓

1. Avant l'activité, consultez la fiche Mon sommaire personnel® et rassemblez des objets comme des photos et des souvenirs ou de la musique qui ont une signification particulière pour la personne. Si vous n'avez pas de tels objets sous la main, procurez-vous des articles qui auraient été communs lorsque la personne était au début de l'âge adulte. Vous pourrez guider la discussion en fonction des objets pour lesquels la personne démontre de l'intérêt.
2. Installez-vous dans un lieu accueillant où la personne pourra s'asseoir confortablement. Déplacez-vous dans un nouvel endroit si les circonstances s'y prêtent.
3. Entamez la conversation en douceur. Posez des questions ouvertes pour faire ressortir des souvenirs et des anecdotes.
4. La personne pourrait être très volubile ou avoir peu de choses à dire, selon sa personnalité. Alimentez la discussion en mettant l'accent sur les émotions positives et les moments de joie et de réconfort.

Activité de groupe ↓

1. Choisissez un thème d'intérêt, comme « Les étés de ma jeunesse » ou « Souvenirs d'école ». Procurez-vous des objets et des photos (imprimées ou présentées sur un écran) pour susciter des souvenirs.
2. Installez-vous dans un lieu accueillant où le groupe pourra s'asseoir confortablement. Déplacez-vous dans un nouvel endroit si les circonstances s'y prêtent.
3. Donnez des indications en douceur pour susciter le partage de souvenirs et d'émotions et pour permettre aux membres de trouver des intérêts communs. Accordez amplement de temps aux participantes et participants pour raconter leurs histoires, et encouragez-les à avoir des réactions positives.
4. Posez des questions ouvertes pour inciter les personnes plus discrètes à s'intégrer à la conversation. Vous pouvez également les inciter à commenter les anecdotes présentées par les autres.





Mémoire et réflexion
Activités de remémoration

Conseils d'adaptation

Dans le cas de personnes ayant des troubles cognitifs



donnez des suggestions simples et utilisez des aide-mémoire. Évitez les questions trop précises, et ne corrigez pas la personne si sa mémoire fait défaut.



Choisissez les thèmes et le matériel en tenant compte de la culture, de la religion et de l'orientation sexuelle des participantes et participants.

En cas de doute, abstenez-vous de choisir des sujets qui risqueraient d'être controversés, comme certaines fêtes religieuses ou culturelles. Sachez que chaque personne interprète les souvenirs à sa manière. Maintenez un environnement pleinement inclusif et respectueux, où chacun et chacune se sent à l'aise et mis en valeur.



Rédaction de lettres et de messages

Objectif

Soutenir la relation avec les amis et la famille, renforcer la communication et stimuler la mémoire par l'expression écrite et verbale.

Matériel

- Papier (blanc ou de couleur)
- Stylos
- Crayons-feutre
- Enveloppes, autocollants,
- Appareils d'enregistrement vidéo ou audio
- Albums de photos



Instructions

Rédaction d'une lettre

- Invitez les participantes et participants à écrire à un ami de longue date, à un membre de la famille proche (enfant, frère ou sœur, petit-enfant), à un collègue ou mentor très apprécié ou à un membre de l'équipe de soins.
- La lettre pourrait coïncider avec une occasion spéciale (anniversaire, fêtes de fin d'année, vacances) ou simplement avoir pour but de renouer avec quelqu'un que la personne n'a pas vu depuis longtemps.

Lecture à haute voix

- Si la personne a reçu des lettres ou des messages de membres de la famille ou d'amis, lisez-les à haute voix pour susciter une réaction positive.
- Alimentez la réflexion de la personne en l'invitant à vous parler des émotions et des souvenirs que la lettre fait resurgir.

Message vidéo ou audio

- Aidez la personne à enregistrer un message vidéo ou audio destiné à un être cher. La personne pourrait donner de ses nouvelles, partager une anecdote ou laisser libre cours à ses pensées.
- Vous pourriez produire de tels messages à intervalles réguliers, par exemple une fois par mois ou lors d'occasions spéciales comme un anniversaire.

Photos évocatrices

- Présentez des photos d'époque à la personne pour lui rafraîchir la mémoire au moment de rédiger sa lettre ou d'enregistrer son message.
- Les photos de vacances familiales, d'événements marquants de l'enfance ou d'autres étapes importantes sont utiles pour faire remonter les souvenirs à la surface.



Mémoire et réflexion

Rédaction de lettres et de messages

Conseils d'adaptation

Dans le cas d'une personne ayant des troubles cognitifs



limitez-vous à un sujet à la fois et préparez un message court.
Au besoin, servez-vous d'images plutôt que de mots.



Si nécessaire

Rédigez la lettre au nom de la personne si elle éprouve de la difficulté.



Invitez les proches de la personne

à lui envoyer des lettres ou messages qu'elle pourra lire ou écouter.



Optez pour un lieu calme

et propice à la concentration et à la libre expression.



Pour les vidéos et les enregistrements audio

servez-vous de formats simples et faciles d'utilisation.



De l'amour pour nos aînés

**Envoyez une lettre pour égayer la
journée d'une personne âgée** (en anglais)



Club de lecture

Objectif

Renforcer la communication, stimuler l'imagination et tisser des liens sociaux par le partage d'histoires, la lecture de poèmes et la discussion.

Matériel

- Livres d'histoires, poèmes, bandes dessinées, articles de journaux, magazines ou récits écrits par la personne elle-même
- Facultatif: Livres en gros caractères, livres audio, supports visuels, cahiers de notes aux lignes largement espacées



Instructions

Activité individuelle ↓

1. Installez-vous dans un lieu accueillant où la personne pourra s'asseoir confortablement. Déplacez-vous dans un nouvel endroit si les circonstances s'y prêtent.
2. Aidez la personne à choisir, en fonction de ses intérêts, une histoire, un poème ou un chapitre d'un livre qu'elle lira individuellement.
3. Discutez ensuite des principaux thèmes du texte, des points saillants ou des émotions qu'il a suscitées. Invitez la personne à noter ses réflexions dans un cahier de notes ou à en discuter avec vous informellement.

Activité de groupe ↓

1. Installez-vous dans un lieu accueillant où le groupe pourra s'asseoir confortablement. Déplacez-vous dans un nouvel endroit si les circonstances s'y prêtent.
2. Choisissez votre approche selon les capacités et les intérêts des membres du groupe:
 - a. **Lecture en groupe:** Lisez un court texte, un poème ou un passage de livre à haute voix. Les membres du groupe peuvent lire un extrait à tour de rôle ou lire tous ensemble.
 - b. **Lecture en parallèle:** Chaque personne lit son texte individuellement.
3. Assurez-vous que le texte soutient l'attention et l'intérêt du groupe. Adaptez-vous au besoin.
4. Après la lecture, discutez du texte en posant des questions ouvertes.





Mémoire et réflexion
Club de lecture

Conseils d'adaptation

Pour les personnes présentant des troubles cognitifs



Choisissez des textes clairs et simples. Divisez le contenu en petites sections gérables afin de renforcer la compréhension. Utilisez des documents imprimés recto seulement et dans une police de caractères sans empattement (comme Arial ou Verdana) d'une taille de 14 points ou plus.

Pour les personnes ayant une déficience auditive



Essayez un amplificateur.

Pour les personnes atteintes de troubles de la vue.



Audiobooks are a good alternative.

Si vous souhaitez approfondir la discussion



posez des questions incitatives au sujet de la signification des textes, des principaux thèmes et des métaphores qui s'y retrouvent.



Privilégiez le matériel de lecture qui suscite des souvenirs positifs.

Formez des groupes dont les membres ont des intérêts en commun.

Au moment de choisir les textes, tenez compte des caractéristiques individuelles, du contexte culturel et des expériences de vie des participantes et participants.





Corps et mouvement

Activités axées sur le mouvement, l'exercice physique et la participation active.

Programmes de vie active	40
Bien-être en nature	43

Programmes de vie active

Objectif

To improve physical health, mobility, and overall well-being through movement-based activities, while enhancing social connection through group interactions.

Matériel

- Chaussures confortables
- Dispositifs d'aide à la mobilité (au besoin)
- Facultatif: Bâtons de marche, podomètres, chaises, briques de yoga, bandes élastiques de résistance, lecteur de musique, photographies, équipement sportif, balles molles et texturées, poufs/fauteuils poires

***Important:** Consultez l'équipe de soins pour confirmer que les activités sont sans danger et pour déterminer toute mesure d'adaptation appropriée.



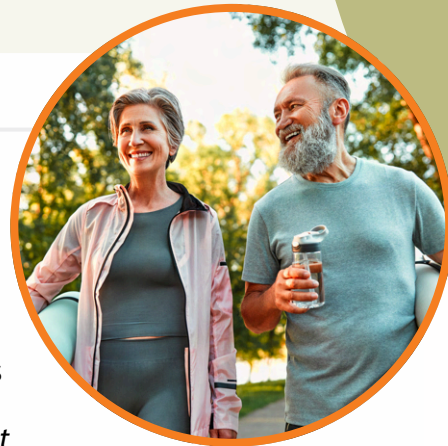
Instructions

Club de mouvement

1. Organisez un groupe de marche dont les membres se rencontreront chaque jour ou chaque semaine pour marcher à l'extérieur ou à l'intérieur, selon le temps.
2. Établissez un circuit accessible et libre d'obstacles, comprenant des endroits où s'asseoir pour se reposer si nécessaire en cours de route.
3. Lors de vos sorties, discutez des itinéraires de marche préférés des participantes et participants, de leurs expériences passées et de la nature que vous observez.
4. Utilisez des podomètres, si vous le souhaitez, pour mesurer les distances parcourues et souligner les réalisations des membres.

Yoga sur chaise

1. Aménagez un endroit accueillant où le groupe pourra se réunir. Assurez-vous que chaque personne est assise confortablement et voit bien l'animatrice ou l'animateur. Diffusez une musique douce ou des sons de la nature pour établir une atmosphère apaisante.
2. Prenez tout d'abord cinq respirations profondes, en inspirant par le nez et en expirant par la bouche.
3. Effectuez ensuite des étirements en douceur, de la tête aux pieds. Commencez par des étirements du cou, des rotations des épaules et des flexions du tronc de gauche à droite. Ensuite, intégrez des flexions vers l'avant, des étirements « du chat et de la vache », des rotations des poignets et des chevilles, et des haussements des épaules. Utilisez des briques de yoga derrière le dos, entre les genoux ou au sol pour favoriser la stabilité.
4. Terminez l'activité par quelques moments de pleine conscience et de respiration profonde. Invitez les participantes et participants à porter une attention particulière aux sensations de leur corps.



Programmes de vie active suite...



Instructions

Danse assise

1. Aménagez la salle de manière accueillante, et assurez-vous que toutes les personnes sont assises confortablement.
2. Choisissez de la musique bien connue des participantes et participants.
3. Consacrez les premières 5 à 10 minutes à une séance d'échauffement, au son d'une musique au rythme lent. Effectuez des mouvements et des étirements dynamiques et répétitifs. Les mouvements simples sont amplement suffisants.
4. Animez ensuite une séance de danse assise pendant 20 minutes. Variez les mouvements: déplacements latéraux des pieds par petits pas, flexions du talon et de la pointe du pied, soulèvements des genoux, balancements des bras, cercles avec les bras, flexions du haut du corps, et ainsi de suite. Adaptez les mouvements sur mesure pour les personnes à mobilité réduite. Vous pourriez vous concentrer sur un groupe musculaire par chanson, pour éviter les blessures suscitées par des mouvements répétitifs. Vous avez également la possibilité de présenter une vidéo de danse assise au lieu d'animer vous-même l'activité.
5. Terminez par une séance de récupération de 5 à 10 minutes, comprenant des étirements en douceur et des exercices de respiration profonde pour favoriser la détente et l'apaisement.
6. Enfin, invitez les membres du groupe à discuter de ce qu'ils ont ressenti physiquement et à fournir leurs commentaires.

Sports adaptés

1. Choisissez une salle suffisamment grande pour permettre le libre déplacement des participantes et participants. Assurez-vous qu'il y a des chaises.
2. Au cours des 5 premières minutes, effectuez un échauffement léger (étirements simples et exercices de mobilité).
3. Expliquez brièvement les activités (par exemple, lancer une balle dans un cerceau, lancer d'anneaux, attraper une balle en douceur, « tennis » avec des ballons, ballon-volant adapté, pétanque). Optez pour des activités interactives ou coopératives pour favoriser la socialisation et l'engagement.
4. Démontrez concrètement le déroulement des activités. Les participantes et participants pourront les effectuer en position debout ou assise, selon leurs capacités et préférences. Planifiez des activités à faible impact, axées sur l'équilibre, la coordination et la souplesse.
5. Terminez par une séance de récupération. Effectuez des étirements en douceur et des exercices de respiration profonde. Invitez les membres du groupe à discuter de ce qu'ils ont ressenti physiquement et des souvenirs que les mouvements ont évoqués.





Corps et mouvement Programmes de vie active **Conseils d'adaptation**

Planifiez les activités pour faciliter la participation pleine et entière des personnes à mobilité réduite.



Utilisez du matériel léger et souple pour éviter tout risque de blessure. Choisissez des circuits de marche plats, courts et munis d'endroits où s'asseoir en cours de route. Si vous marchez à l'intérieur, demeurez sur un seul étage de l'immeuble.

Dans le cas de personnes atteintes de troubles cognitifs



donnez des instructions lentement, clairement et par étapes. Démontrez les mouvements à effectuer et répétez-les au besoin.



Prévoyez des éléments apaisants, comme de la musique douce ou des exercices de respiration profonde,

pour favoriser la concentration et la régulation émotionnelle.

Tenez compte de la culture, de la religion, de l'orientation sexuelle et du parcours de vie des participantes et participants, ainsi que de leurs particularités sensorielles.

Respectez l'identité, les croyances et le degré d'aisance de chaque personne. Ne présumez de rien. Établissez un contexte inclusif où toutes les perspectives sont reconnues à leur juste valeur.



Bien-être en nature

Objectif

Favoriser la détente, atténuer le stress et rehausser le bien-être mental à l'aide d'expériences en nature riches en stimuli sensoriels.

Matériel

- Chaises d'extérieur
- Espace de jardin
- Plantes
- Mangeoire à oiseaux
- Livres, jeux de plein air
- Jumelles (facultatif)



Instructions

Activité individuelle ↓

1. Consultez la fiche Mon sommaire personnel® pour en savoir plus sur les intérêts de la personne liés au plein air et à la nature (jardinage, observation des oiseaux, autres activités).
2. Choisissez un endroit qui correspond aux préférences de la personne (par exemple, une chaise confortable installée près d'une mangeoire à oiseaux ou un coin ombragé du jardin).
3. Discutez avec la personne de ce qu'elle observe et entend, de manière à enrichir ses liens avec la nature. Proposez-lui d'arroser les plantes, de dessiner ses environs ou de tendre l'oreille aux sons de la nature. Adaptez-vous à ses capacités et préférences. Proposez-lui une activité légère et agréable, comme une partie de cartes ou un jeu en plein air, pour ajouter un élément social à la sortie.
4. Prévoyez du temps de réflexion. La personne pourrait, par exemple, noter ses pensées dans un journal personnel.

Activité de groupe ↓

1. Installez-vous dans un lieu accueillant où le groupe pourra s'asseoir confortablement à l'extérieur. Placez les chaises en demi-cercle ou en petits groupes, de manière à faciliter les interactions.
2. Présentez une variété d'objets, comme des outils de jardinage, des livres sur la nature ou des jeux de plein air. Invitez les membres du groupe à s'en servir pour effectuer des tâches collaboratives (par exemple, planter un jardin collectif ou assembler une mangeoire à oiseaux).
3. Discutez de manière informelle avec les membres du groupe de leurs observations (oiseaux, fleurs, changements de saison, etc.).
4. À la fin de l'activité, demandez aux participantes et participants de partager leurs meilleurs souvenirs liés au plein air ou de souligner les points forts de cette sortie en nature.





Corps et mouvement
Bien-être en nature

Conseils d'adaptation

Si le groupe comprend des personnes à mobilité réduite



choisissez un espace extérieur accessible : allées larges et dépourvues d'obstacles, tables pouvant accommoder les fauteuils roulants et chaises robustes avec accoudoirs.



Tenez compte de la culture, de la religion, de l'orientation sexuelle et du parcours de vie des participantes et participants, ainsi que de leurs particularités sensorielles.

Respectez l'identité, les croyances et le degré d'aisance de chaque personne. Vous pourriez, par exemple, choisir de planter des espèces végétales ayant une signification particulière pour certains membres du groupe. Enfin, ne présumez de rien. Établissez un contexte inclusif où toutes les perspectives sont reconnues à leur juste valeur.





Création et expression artistique

Activités pratiques et artistiques qui favorisent la créativité et l'expression de soi.

Musique **46**

Menuiserie **49**

Tricot **51**

Couture **53**

Horticulture

Jardinage **55**

Art floral **58**

Expériences culinaires **60**

Arts visuels **62**

1. Tambour océanique **65**

2. Peinture avec les doigts **66**

3. Collage de déchirures de papier **67**

4. Collage d'objets naturels **68**

5. Bricolage à partir de découpures de magazines **69**

6. Dessin guidé **70**

7. Art tactile **71**

8. Modelage d'argile **72**

9. Photographie **73**

10. Peinture au son de la musique **74**

11. Fabrication de bijoux **75**

Musique

Objectif

Soutenir l'expression des émotions, améliorer l'humeur, stimuler la mémoire et renforcer les liens sociaux grâce à des activités musicales.

Matériel

- Sélection musicale correspondant au profil culturel et aux préférences des participantes et participants
- Lecteur de musique ou écouteurs
- Instruments de musique (facultatif)
- Livres de chansons



Instructions

Activité individuelle ↓

1. Écoute de musique

- a. Choisissez des chansons ayant une signification particulière pour la personne, comme celles qu'elle écoutait à l'adolescence ou qui sont liées à des fêtes propres à sa culture.
- b. Lancez la musique. La personne pourra écouter la musique, chanter en chœur, suivre les paroles dans un livre et se remémorer de bons souvenirs. Invitez-la à vous décrire ce que la musique évoque dans son esprit.
- c. Observez les réactions de la personne et ajustez le volume, le tempo et le type de musique en conséquence.
- d. Si la personne a la capacité d'y participer, essayez des jeux musicaux: deviner le titre de la chanson, deviner le nom du groupe ou terminer les paroles.

2. Instruments de musique

- a. Fournissez à la personne des instruments adaptés à sa personnalité et à ses capacités: instruments simples et faciles à tenir, comme un tambourin ou des maracas, ou instruments plus complexes, comme un piano ou une guitare.
- b. La personne pourra soit jouer librement ou suivre le rythme d'une musique enregistrée. Utilisez des partitions de musique, des vidéos ou des applications sur une tablette pour consolider l'engagement.
- c. À la fin de l'activité, invitez la personne à décrire les émotions et les souvenirs associés à la musique. Posez-lui des questions sur ses types de musique et ses instruments préférés pour planifier les prochaines activités musicales en conséquence.

Musique suite...



Instructions

Activité de groupe ↓

1. Écoute de musique

- a. Installez-vous dans un lieu accueillant où le groupe pourra s'asseoir confortablement. Assurez-vous que tous les membres du groupe vous voient bien.
- b. Choisissez des chansons que les membres du groupe reconnaîtront facilement et qui reflètent leurs préférences culturelles. Lancez la musique et encouragez les participantes et participants à chanter, applaudir ou bouger au rythme de la musique. Remettez au groupe des recueils de paroles ou présentez à l'écran des vidéoclips avec des sous-titres. Vous pouvez aussi mener des danses ou des exercices.

2. Instruments de musique

- a. Installez-vous dans un lieu accueillant où le groupe pourra s'asseoir confortablement. Assurez-vous que tous les membres du groupe vous voient bien.
 - i. Distribuez une variété d'instruments (tambourins, maracas, bâtons de pluie, clochettes) aux membres du groupe. Vous pouvez aussi remettre le même instrument à tous et toutes si vous en possédez un nombre suffisant.
- b. Guidez le groupe, soit en suivant le rythme de la musique ou en improvisant. Une variante est l'approche « suivez le chef », où un participant donne le rythme et les autres lui emboîtent le pas.
- c. Invitez les participantes et participants à danser en suivant la musique, soit en tenant des rubans ou en continuant à jouer de leur instrument.





Création et expression artistique
Musique

Conseils d'adaptation

Pour les personnes ayant une déficience auditive



utilisez des appareils d'amplification avec contrôle du volume comme des phonographes de poche ou des écouteurs.

Si le groupe comprend des personnes ayant un trouble cognitif ou une déficience visuelle



servez-vous de recueils de paroles en gros caractères ou d'aides visuelles pour leur faciliter la tâche.

Certaines personnes sont surstimulées par une multitude de sons simultanés



Gardez cela à l'esprit au moment de déterminer le type de musique et la composition du groupe.



Tenez compte de la culture, de la religion, de l'orientation sexuelle et du parcours de vie des participantes et participants, ainsi que de leurs particularités sensorielles, au moment de choisir la musique et les instruments.

Respectez l'identité, les croyances et le degré d'aisance de chaque personne. Enfin, ne présumez de rien. Établissez un contexte inclusif où toutes les perspectives sont reconnues à leur juste valeur.



Vous pourriez demander que votre employeur embauche, en utilisant l'enveloppe de financement réservée aux professionnels paramédicaux, un musicothérapeute agréé pour fournir des conseils supplémentaires sur les interventions musicales efficaces pour la régulation émotionnelle et la remémoration.

Menuiserie

Objectif

Stimuler la créativité, renforcer les compétences de résolution de problèmes et améliorer la coordination œil-main par la réalisation de projets de menuiserie intéressants et pertinents.

Matériel

- Morceaux de bois taillés à l'avance
- Clous
- Marteau
- Papier sablé
- Peinture ou peinture

Instructions



Activité individuelle ↓

1. Installez-vous dans un lieu accueillant où la personne pourra s'asseoir confortablement. Déplacez-vous dans un nouvel endroit si les circonstances s'y prêtent.
2. Invitez la personne à choisir un projet de menuiserie correspondant à ses habiletés et à ses intérêts: cabane à oiseaux, boîte à outils, cadre de photo, etc.
3. Passez les instructions en revue. Utilisez des aides visuelles ou des vidéos si nécessaire. La personne peut se lancer directement dans l'assemblage si elle le souhaite, ou encore sabler tout d'abord les bords rugueux ou teindre ou peindre les morceaux de bois pour rendre sa création plus attrayante.
4. Suivez attentivement la progression du projet pour aider la personne au besoin et résoudre tout problème. Invitez la personne à poser des questions et à s'exprimer. Félicitez-la chaleureusement à la fin de l'activité.

Activité de groupe ↓

1. Installez-vous dans un lieu accueillant où le groupe pourra s'asseoir confortablement. Déplacez-vous dans un nouvel endroit si les circonstances s'y prêtent.
2. En groupe, choisissez un projet. Fournissez des instructions imprimées et des aides visuelles (au besoin). Vous avez trois options principales:
 - a. **Projet collaboratif:** Les membres du groupe travaillent ensemble pour réaliser un projet unique d'envergure.
 - b. **Division des tâches:** Chaque personne travaille sur sa propre partie du projet. L'assemblage de toutes les parties donnera la création finale.
 - c. **Projet individuel:** Les membres du groupe travaillent tous sur le même type de projet (par exemple, une cabane à oiseaux), mais chacun crée sa propre version de manière indépendante.
3. Demandez aux personnes expérimentées en menuiserie de prodiguer des conseils aux débutants. Cette collaboration rend l'activité agréable pour les personnes de tous les niveaux d'habileté.
4. Suivez attentivement la progression du projet pour résoudre tout problème. Invitez les membres du groupe à poser des questions et à s'exprimer. Félicitez-les chaleureusement à la fin de l'activité.



Création et expression artistique

Menuiserie

Conseils d'adaptation

Les personnes à la dextérité limitée



ont plus de facilité lorsque les trous sont percés à l'avance et que les outils sont faciles à manipuler (par exemple, marteau léger ou tournevis ergonomique).



Les morceaux de bois de grandes dimensions sont plus faciles à manipuler, tandis que les clous et les vis pénètrent plus facilement les espèces de bois mou.

Tenez compte de la culture, de la religion, de l'orientation sexuelle et du parcours de vie des participantes et participants, ainsi que de leurs particularités sensorielles. Respectez l'identité, les croyances et le degré d'aisance de chaque personne.

Enfin, ne présumez de rien. Établissez un contexte inclusif où toutes les perspectives sont reconnues à leur juste valeur.



Tricot

Objectif

Promouvoir la motricité fine, la créativité et les interactions sociales par le tricot.

Matériel

- Laine
- Aiguilles de tricot de différents styles et tailles
- Patrons de tricot



Instructions

Activité individuelle ↓

1. Installez-vous dans un lieu accueillant où la personne pourra s'asseoir confortablement. Déplacez-vous dans un nouvel endroit si les circonstances s'y prêtent.
2. Aidez la personne à choisir un projet de tricot correspondant à ses habiletés. Une personne débutante pourrait s'en tenir à un simple foulard, tandis qu'une personne chevronnée pourrait préférer tricoter une couverture, par exemple.
3. Passez les instructions en revue. Au besoin, utilisez des aides visuelles ou des vidéos d'instructions pour débutants. Une personne expérimentée pourra essayer de nouveaux patrons ou types de mailles.
4. Suivez attentivement la progression du projet pour résoudre tout problème. Invitez la personne à poser des questions et à s'exprimer. Félicitez-la chaleureusement à la fin de l'activité.

Activité de groupe ↓

1. Installez-vous dans un lieu accueillant où le groupe pourra s'asseoir confortablement. Déplacez-vous dans un nouvel endroit si les circonstances s'y prêtent.
2. En groupe, choisissez un projet. Fournissez des instructions imprimées et des aides visuelles (au besoin).
3. Demandez aux personnes expérimentées en tricot de prodiguer des conseils aux débutants. Cette collaboration rend l'activité agréable pour les personnes de tous les niveaux d'habileté.
4. Vous pourriez réunir le groupe chaque semaine ou une fois par mois pour poursuivre les projets, fournir votre soutien et votre encouragement, et confirmer que toutes les personnes disposent du matériel nécessaire.





Création et expression artistique

Tricot

Conseils d'adaptation



Au besoin, procurez-vous du matériel adapté,

comme des aiguilles à tricoter surdimensionnées, des accessoires ergonomiques ou une loupe.



Fournissez aux participantes et participants des guides illustrés

étape par étape pour favoriser la compréhension et l'autonomie. Proposez des tâches plus simples aux personnes débutantes (par exemple, enrouler de la laine ou utiliser une carte à lacer) et des projets plus complexes aux personnes expérimentées.



Tenez compte de la culture, de la religion, de l'orientation sexuelle et du parcours de vie des participantes et participants, ainsi que de leurs particularités sensorielles.

Respectez l'identité, les croyances et le degré d'aisance de chaque personne.

Enfin, ne présumez de rien. Établissez un contexte inclusif où toutes les perspectives sont reconnues à leur juste valeur.



Couture

Objectif

Renforcer la créativité, le sentiment d'accomplissement et les liens sociaux par la couture.

Matériel

- tissu
- fil
- aiguilles à coudre
- épingles
- ciseaux
- patrons de couture



Instructions



Activité individuelle ↓

1. Installez-vous dans un lieu accueillant où la personne pourra s'asseoir confortablement. Déplacez-vous dans un nouvel endroit si les circonstances s'y prêtent.
2. Aidez la personne à choisir un projet de couture correspondant à ses habiletés. Proposez-lui d'utiliser une variété de tissus et de textures.
3. Passez les instructions en revue. Au besoin, utilisez des aides visuelles ou des vidéos d'instructions pour débutants.
4. Suivez attentivement la progression du projet pour aider la personne au besoin et résoudre tout problème. Invitez-la à poser des questions et à s'exprimer. Félicitez-la chaleureusement à la fin de l'activité.

Activité de groupe ↓

1. Installez-vous dans un lieu accueillant où le groupe pourra s'asseoir confortablement. Déplacez-vous dans un nouvel endroit si les circonstances s'y prêtent.
2. Choisissez un patron et présentez l'activité. Invitez les participantes et participants à échanger à propos de leurs projets de couture passés et de leurs tissus préférés. Au besoin, fournissez des instructions étape par étape pour la réalisation du projet.
3. Demandez aux personnes expérimentées en couture de prodiguer des conseils aux débutants.
4. Invitez les membres du groupe à présenter leurs projets terminés aux autres. Discutez en groupe des souvenirs qui ont refait surface grâce à cette activité.





Création et expression artistique

Couture

Conseils d'adaptation

Au besoin, fournissez du matériel adapté aux besoins des personnes ayant des troubles sensoriels ou cognitifs



feuilles de feutre perforées, fil de couleur contrastante, aiguilles en plastique, loupe ou protecteurs pour les doigts.



Tenez compte de la culture, de la religion, de l'orientation sexuelle et du parcours de vie des participantes et participants, ainsi que de leurs particularités sensorielles.

Respectez l'identité, les croyances et le degré d'aisance de chaque personne.

Enfin, ne présumez de rien. Établissez un contexte inclusif où toutes les perspectives sont reconnues à leur juste valeur.



Horticulture: jardinage

Objectif

Offrir une stimulation sensorielle, susciter un sentiment d'accomplissement et favoriser le bien-être émotionnel grâce à la pratique du jardinage.

Matériel

- Pots
- Plates-bandes surélevées
- Terreau
- Graines ou semis
- Boutures
- Outils de jardinage
- Arrosoir & calendrier d'arrosage



Instructions

Activité individuelle ↓

1. Installez-vous dans un endroit accueillant et propice au jardinage, comme une serre ou un jardin.
2. Discutez avec la personne de ses expériences de jardinage passées, de manière à mieux cerner ses intérêts.
3. Au préalable, demandez aux membres de la famille ou aux membres du personnel d'apporter des boutures de leurs plantes d'intérieur. Placez les boutures dans un contenant d'eau, observez la croissance des racines et rempotez-les une fois qu'elles sont prêtes.
4. Choisissez des graines selon les intérêts et les préférences de la personne (fleurs, herbes aromatiques, légumes, etc.) Ensemble, plantez les graines, puis occupez-vous des plantes.
5. Établissez un calendrier d'arrosage et d'exposition au soleil, et demandez à la personne de le suivre pour favoriser une croissance optimale des plantes.
6. Discutez avec la personne de ses souvenirs de jardinage et de ses plantes préférées, ce qui l'aidera à s'approprier pleinement cette activité.

Horticulture: jardinage suite...



Instructions

Activité de groupe ↓

1. Installez-vous dans un endroit accueillant et propice au jardinage, comme une serre ou un jardin.
2. Placez le matériel à la disposition des participantes et participants: pots, terreau, graines, outils de jardinage, arrosoirs, boutures.
3. Décrivez les plantes et leurs bienfaits, de manière à susciter l'intérêt des membres du groupe.
4. Donnez des instructions simples, une étape à la fois: remplir les pots de terreau, planter les graines et arroser.
5. Fournissez des boutures et expliquez comment les faire multiplier en les plaçant dans des contenants remplis d'eau.
6. Assignez les rôles, comme la préparation du terreau, la plantation des graines et l'arrosage. Alternez les rôles pour favoriser une pleine participation.
7. Préparez un calendrier d'arrosage. Discutez de la façon de surveiller la croissance des plantes.
8. Soulignez l'importance d'un ensoleillement approprié et du respect du calendrier d'arrosage. Mentionnez une anecdote intéressante au sujet du jardinage en général ou d'une plante en particulier, et invitez les membres du groupe à mettre en commun leurs histoires et connaissances dans le domaine.



Création et expression artistique
Horticulture: jardinage

Conseils d'adaptation

Dans le cas de personnes ayant des troubles cognitifs



donnez des instructions simples, étape par étape. Présentez des aides visuelles pour appuyer vos explications. Menez l'activité avec vigilance, car il y a un risque d'ingestion de plantes ou de produits de jardinage.

Pour les personnes réticentes à toucher la terre à mains nues



fournissez des gants, une pelle ou une cuillère



Utilisez des jardinières surélevées ou placez les pots sur des tables

pour rendre l'activité accessible à tous.

Afin de rendre l'expérience enrichissante et valorisante,
choisissez des végétaux faciles à entretenir et à croissance rapide.

Tenez compte de la culture, de la religion, de l'orientation sexuelle et du parcours de vie des participantes et participants, ainsi que de leurs particularités sensorielles.

Respectez l'identité, les croyances et le degré d'aisance de chaque personne. Sélectionnez des plantes, des herbes et des fleurs qui ont une signification particulière sur le plan culturel pour les membres du groupe.



Horticulture: art floral

Objectif

Offrir une stimulation sensorielle, susciter un sentiment d'accomplissement et favoriser le bien-être émotionnel grâce à la pratique du jardinage.

Matériel

- Fleurs fraîches ou artificielles
- Vases ou blocs de styromousse
- Rubans, autres éléments décoratifs



Instructions



Activité individuelle ↓

1. Installez-vous dans un lieu accueillant où la personne pourra s'asseoir confortablement. Disposez le matériel sur une table à portée de main.
2. Discutez avec la personne des types de fleurs et des accessoires que vous avez réunis. Si possible, faites vos choix en fonction de la saison ou des préférences de la personne. Expliquez les principes de base d'un arrangement floral, et proposez d'explorer les couleurs, les textures et les parfums tout au long de l'activité.
3. Aidez la personne à choisir ses fleurs, à couper les tiges, à équilibrer la hauteur des fleurs et à conjuguer les couleurs et les textures pour créer un arrangement élégant.
4. Discutez avec la personne de ses fleurs préférées, de ses souvenirs de jardinage et de ses expériences les plus mémorables en nature.
5. Placez le vase dans la chambre de la personne ou bien en vue dans une aire commune.

Activité de groupe ↓

1. Installez-vous dans un lieu accueillant où le groupe pourra se réunir confortablement. Disposez le matériel sur une table à portée de main.
2. Présentez les fleurs et le reste du matériel. Expliquez les principes de base d'un arrangement floral, et proposez aux participantes et participants d'explorer les couleurs, les textures et les parfums des fleurs tout au long de l'activité. Si possible, faites vos choix de fleurs en fonction de la saison ou des intérêts du groupe.
3. Accordez à chaque personne la liberté de choisir ses fleurs selon ses préférences. Mentionnez une anecdote intéressante au sujet de l'un des types de fleurs.
4. Démontrez comment couper les tiges, équilibrer la hauteur des fleurs et conjuguer les couleurs et les textures pour créer un arrangement élégant.
5. Assurez-vous que les membres du groupe partagent le matériel. Vous pourriez les inviter à concevoir ensemble un centre de table ou les laisser réaliser des compositions individuelles.
6. Exposez les arrangements dans les aires communes. Organisez une brève tournée pour permettre à d'autres résidents et membres du personnel de les admirer.
7. Discutez en groupe des bons souvenirs liés aux fleurs ou à la nature qui ont refait surface au cours de cette activité.





Création et expression artistique

Horticulture: art floral

Conseils d'adaptation

Pour les personnes allergiques ou sensibles aux parfums



utilisez des fleurs artificielles.

Pour faciliter la tâche des personnes dont la dextérité est limitée



coupez les tiges à l'avance.



Tenez compte de la culture, de la religion, de l'orientation sexuelle et du parcours de vie des participantes et participants, ainsi que de leurs particularités sensorielles.

Respectez l'identité, les croyances et le degré d'aisance de chaque personne.
Sélectionnez des plantes, des herbes et des fleurs qui ont une signification particulière sur le plan culturel pour les membres du groupe.

Expériences culinaires

Objectif

Établir des routines, soutenir les interactions sociales et fournir une stimulation sensorielle dans le cadre de la préparation d'aliments, de repas et d'expériences culinaires.

Matériel

- Recettes
- Ingrédients
- Bols à mélanger
- Ustensiles
- électroménagers de cuisine (si nécessaire)



Instructions

Activité individuelle ↓

1. Installez-vous dans un lieu accueillant où la personne pourra s'asseoir confortablement. Disposez le matériel (recettes, ingrédients, ustensiles) à portée de main.
2. Parcourez différentes recettes en compagnie de la personne, et discutez des ingrédients et du processus de préparation. Choisissez des recettes appropriées en fonction de la saison ainsi que des préférences et de la culture de la personne.
3. Suivez la recette étape par étape. Au besoin, utilisez des aides visuelles pour faciliter la compréhension et fournissez une aide pratique.
4. Discutez de l'histoire du plat et de sa signification culturelle, en particulier du point de vue de la personne.
5. Invitez la personne à déguster ce qu'elle a cuisiné.

Activité de groupe ↓

1. Installez-vous dans un lieu accueillant où le groupe pourra se réunir confortablement. Disposez le matériel (ingrédients, ustensiles, recettes) à la portée de tous.
2. Choisissez une recette en groupe. Présentez les ingrédients et les étapes de préparation. Vous pourriez proposer une sélection de recettes correspondant à la saison ou aux intérêts et à la culture des membres du groupe.
3. Suivez la recette étape par étape. Au besoin, utilisez des aides visuelles pour faciliter la compréhension et fournissez une aide pratique. Formez de petits groupes ou assignez des tâches individuelles (par exemple, couper les ingrédients, remuer, mesurer). Tenez compte des capacités et des intérêts de chacun.
4. Dégustez le plat en groupe. Une excellente récompense pour un travail bien fait! Vous pourriez inviter les proches des participantes et participants à se joindre à vous et à apporter leurs propres plats traditionnels à partager.
5. À la fin de l'activité, discutez des points forts de l'expérience, des aspects culturels du plat cuisiné et des bons souvenirs qu'il a fait ressortir.



Création et expression artistique
Expériences culinaires

Conseils d'adaptation

Pour les personnes ayant des troubles cognitifs, moteurs ou sensoriels



simplifiez les tâches en leur proposant des ingrédients pré-dosés ou en leur attribuant des tâches adaptées à leurs capacités.

Pour les personnes souhaitant une expérience plus approfondie



demandez-leur de vous aider à créer une liste de courses en fonction des recettes choisies.



La participation peut prendre différentes formes...

certaines personnes se contentent parfaitement d'observer la préparation des aliments, puis de sentir le plat et d'y goûter.

Vous pourriez organiser un atelier de cuisson hebdomadaire ou mensuel et explorer les plats traditionnels de différentes cultures ou régions.

Discutez de l'histoire des plats et invitez les participantes et participants à partager leurs expériences et leurs souvenirs.

Avant l'activité, consultez les plans de soins. Déterminez les allergies alimentaires et les préférences en matière de texture des aliments.

Au besoin, consultez une ou un diététiste pour adapter les recettes en fonction des restrictions alimentaires.



Arts visuels

Objectif

Solliciter la créativité, favoriser la socialisation, améliorer la motricité et laisser cours à l'expression des émotions dans le cadre d'activités artistiques.

Matériel

- Peinture
- Pinceaux
- Crayons de couleur
- Papier
- Perles décoratives
- Matériel de tricot
- Pâte à modeler
- Objets naturels (feuilles, brindilles, cailloux)
- Autres matériaux de bricolage



Instructions

Organisez une séance de bricolage (peinture, dessin, projets divers) en choisissant un thème d'intérêt, comme une fête saisonnière ou un événement culturel ou personnel important. Vous pourriez, par exemple, effectuer des bricolages inspirés de la nature ou des collages de souvenirs. Fournissez une variété de matériaux naturels (feuilles, cailloux, fleurs, brindilles), des magazines à découper ou des images imprimées pour les collages, des matériaux texturés comme du tissu, du jute ou du papier sablé, ainsi qu'une variété de matériel de bricolage (perles, laine, rubans, boutons). Ajoutez à cela des matériaux recyclables (morceaux de carton, bouchons de bouteilles, contenants d'œufs) et des éléments décoratifs (autocollants, paillettes). Votre objectif est de favoriser l'expression créative et de susciter un éveil sensoriel.

Activité individuelle ↓

1. Préparez les matériaux, en tenant compte des intérêts de la personne, de sa culture ou de ses loisirs et passe-temps préférés.
2. Installez-vous dans un lieu accueillant où la personne pourra s'asseoir confortablement. Déplacez-vous dans un nouvel endroit si les circonstances s'y prêtent.
3. Discutez avec la personne des types de projets que vous pourriez réaliser avec les matériaux à votre disposition (par exemple, carte de souhaits, cadre de photo, collage de souvenirs). Inspirez-vous de l'expérience de vie de la personne et tenez compte de ses capacités.
4. L'activité de bricolage peut être plus ou moins structurée. Au besoin, donnez des consignes verbales ou visuelles étape par étape. Proposez des couleurs, des motifs ou des thèmes qui revêtent une signification particulière.
5. Concluez la séance de bricolage en discutant du processus de création ainsi que du produit fini et de ce qu'il représente aux yeux de la personne. Proposez-lui d'exposer l'œuvre dans sa chambre ou dans une aire commune.



Arts visuels suite...



Instructions

Activité de groupe ↓

1. Rassemblez des matériaux de bricolage représentant un éventail d'intérêts et de cultures. Il peut s'agir de peinture, de crayons de couleur, de pinceaux, de matériaux texturés, de magazines, d'objets naturels (par exemple, feuilles ou cailloux) ou de gabarits de bricolage thématiques. Vous avez réellement l'embarras du choix! Envisagez des activités sur le thème des fêtes saisonnières ou ayant une signification culturelle ou personnelle.
2. Installez-vous dans un lieu accueillant où le groupe pourra se réunir confortablement. Choisissez une salle spacieuse et vérifiez que vous disposez de suffisamment de matériel. Distribuez-le aux membres du groupe, ou disposez-le à la portée de tous.
3. Si nécessaire, guidez les membres du groupe. Incitez-les à laisser libre cours à leur créativité et à personnaliser leur bricolage à souhait. Donnez des consignes verbales ou visuelles étape par étape aux personnes qui ont besoin de plus de structure.
4. À la fin de l'activité, demandez aux participantes et participants de présenter leur création et d'expliquer leur démarche. Proposez-leur d'exposer l'œuvre dans leur chambre ou dans une aire commune.





Création et expression artistique
Arts visuels

Conseils d'adaptation



Préparez le matériel en tenant compte des capacités et des préférences individuelles.

Choisissez des matériaux non toxiques et faciles à nettoyer, ainsi que des instruments adaptés comme des pinceaux au manche surdimensionné. Utilisez des pochoirs, des gabarits ou des autocollants pour faciliter l'expression créative.



Gardez à l'esprit que la création artistique

est le véritable élément thérapeutique et que le résultat final a peu d'importance. Cette activité constitue un moyen d'expression individuelle et ouvre des possibilités de conversation.



Tenez compte de la culture, de la religion, de l'orientation sexuelle et du parcours de vie des participantes et participants, ainsi que de leurs particularités sensorielles.

Respectez l'identité, les croyances et le degré d'aisance de chaque personne. Adaptez les activités de bricolage et le choix de matériaux en conséquence. Enfin, ne présumez de rien. Établissez un contexte inclusif où toutes les perspectives sont reconnues à leur juste valeur.



Vous pourriez demander que votre employeur embauche, en utilisant l'enveloppe de financement réservée aux professionnels paramédicaux,

une ou un art-thérapeute agréé pour fournir des conseils supplémentaires sur les interventions artistiques efficaces pour la régulation émotionnelle et la remémoration.



Arts visuels: Tambour océanique

Objectif

Assembler un instrument de musique apaisant qui imite le bruit des vagues.

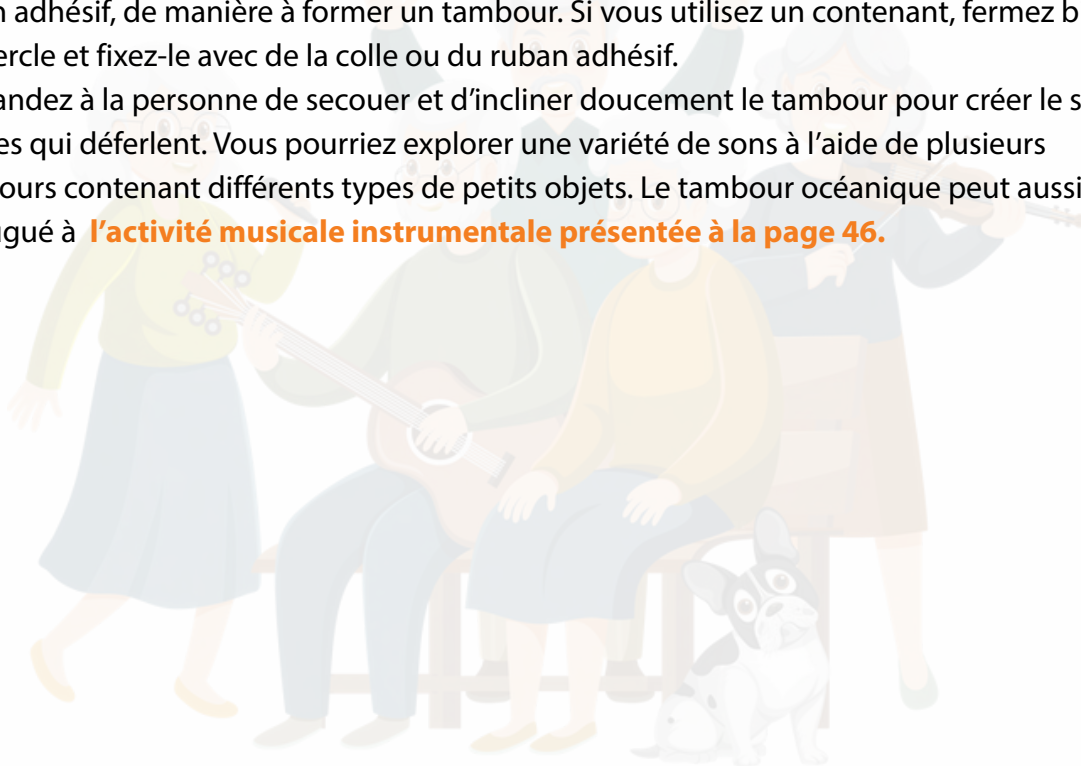
Matériel

- Deux assiettes en carton rigides ou un contenant en plastique peu profond muni d'un couvercle
- Haricots secs, grains de riz ou petites perles décoratives
- Colle, agrafes ou ruban adhésif
- Peinture, crayons-feutres, autocollants ou ruban adhésif de type « washi »



Instructions

1. Invitez la personne à décorer l'extérieur des assiettes en carton ou du contenant en plastique avec de la peinture, des crayons-feutres, des autocollants ou du ruban washi.
2. Versez une poignée de haricots secs, de riz ou de perles dans l'une des assiettes ou dans le contenant.
3. Placez les assiettes l'une contre l'autre et scellez les bords à l'aide de colle, d'agrafes ou de ruban adhésif, de manière à former un tambour. Si vous utilisez un contenant, fermez bien le couvercle et fixez-le avec de la colle ou du ruban adhésif.
4. Demandez à la personne de secouer et d'incliner doucement le tambour pour créer le son de vagues qui déferlent. Vous pourriez explorer une variété de sons à l'aide de plusieurs tambours contenant différents types de petits objets. Le tambour océanique peut aussi être conjugué à **l'activité musicale instrumentale présentée à la page 46.**



Arts visuels: Peinture avec les doigts

Objectif

Fournir une stimulation sensorielle et favoriser l'expression artistique par le toucher et l'utilisation d'une variété de couleurs.

Matériel

- Peinture à doigts non toxique à base d'eau
- Grandes feuilles de papier
- Tabliers ou vieux chandails
- Nappe en plastique
- Lingettes ou chiffons humides pour le nettoyage



Instructions

1. Recouvrez la table d'une nappe pour faciliter le nettoyage. Placez une grande feuille de papier sur la nappe.
2. Ouvrez des pots de peinture d'une variété de couleurs. Invitez la personne à y tremper les doigts puis à appliquer la peinture sur la feuille de papier.
3. Explorez des mélanges de couleurs, des motifs et des formes simples.
4. Posez des questions à la personne au sujet de son œuvre, et discutez avec elle de ses souvenirs liés à la peinture ou de ce qu'elle ressent en effectuant cette activité.
5. Vous pourriez faire de ce projet une activité de groupe, en déployant une grande toile sur laquelle les participantes et participants créeront chacun une partie de l'œuvre. Par exemple, assignez une couleur à chaque personne et invitez les membres du groupe à collaborer pour concevoir une œuvre collective.



Création et expression artistique
Peinture avec les doigts

Conseils d'adaptation

Si une personne est réticente à se tremper les doigts dans les pots de peinture,
remettez-lui des objets inusités qui pourront servir de pinceau
improvisé: couvercle en plastique, fourchette, ficelle, etc.

Arts visuels: Collage de déchirures de papier

Objectif

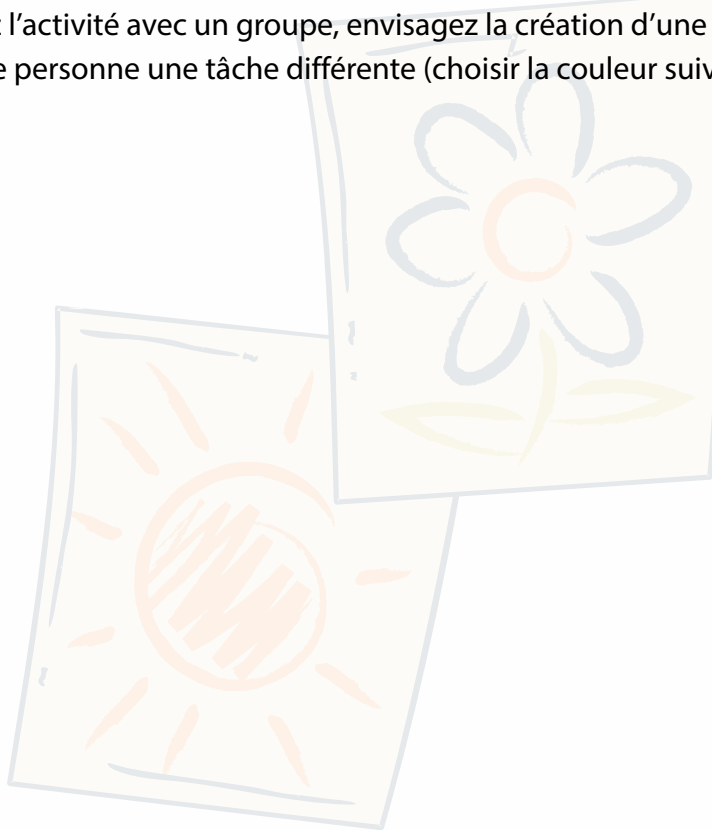
Solliciter la motricité fine et faire appel à la créativité en effectuant un collage de déchirures de papier.

Matériel

- Papier construction coloré
- Magazines
- Baton de colle
- Grande feuille de carton rigide

Instructions

1. Demandez à la personne de déchirer des bouts de papier ou des pages de magazines en lanières ou en morceaux de différentes formes.
2. Invitez-la à coller ces morceaux sur du papier construction en suivant son inspiration pour créer un motif, que ce soit une image, une scène ou une mosaïque colorée.
3. Au cours de l'activité, discutez avec la personne de ses couleurs préférées, du motif qu'elle conçoit, et des souvenirs ou sentiments que ce bricolage évoque.
4. Si vous effectuez l'activité avec un groupe, envisagez la création d'une œuvre collective. Confiez à chaque personne une tâche différente (choisir la couleur suivante, déchirer, coller, etc.).



Arts visuels: Collage d'objets naturels

Objectif

Renouer avec la nature et bénéficier d'une stimulation sensorielle en créant une œuvre d'art à partir de matériaux naturels.

Matériel

- Feuilles d'arbre, fleurs, brindilles, petits cailloux, glands, cocottes de pin
- Colle ou ruban adhésif double face
- Papier épais ou carton



Instructions

1. Discutez de l'activité avec la personne, puis accompagnez-la à l'extérieur pour recueillir des matériaux naturels.
2. Proposez de disposer les matériaux pour former des motifs ou des représentations.
Explorez les textures avant de fixer les matériaux avec de la colle ou du ruban adhésif.
3. Discutez du bricolage, des motifs et des matériaux utilisés.



Arts visuels: Bricolage à partir de découpures de magazines

Objectif

Favoriser la créativité et encadrer la discussion à travers les images et le collage.

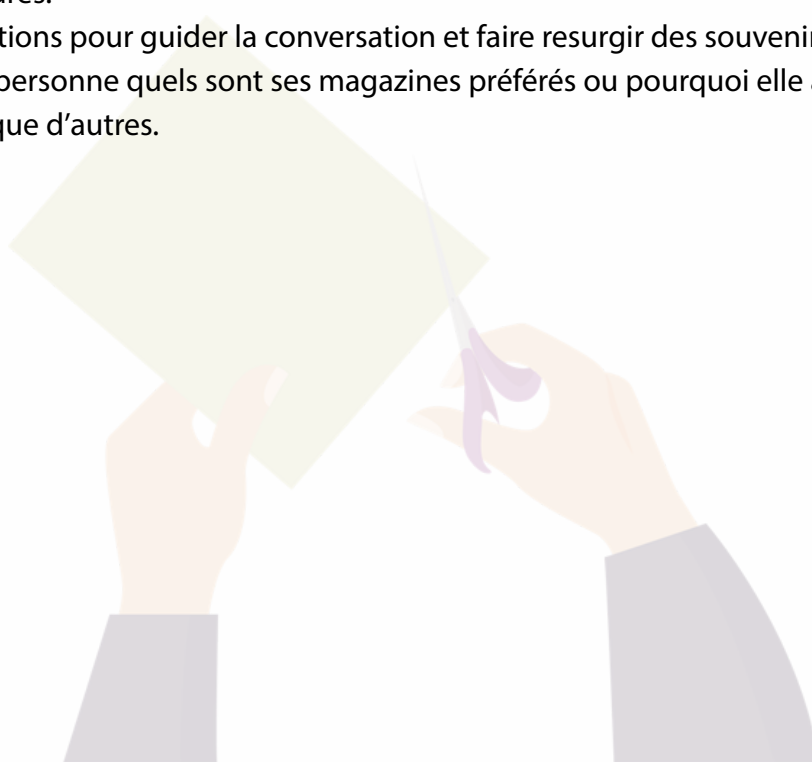
Matériel

- Vieux magazines correspondant aux intérêts de la personne (par exemple, magazines de mode, de voyage ou de loisirs)
- Ciseaux (utilisez des ciseaux de sécurité pour adultes au besoin)
- Colle
- Carton ou papier construction



Instructions

1. Aidez la personne à feuilleter les magazines et à découper les images ou les mots qui l'intéressent.
2. Invitez la personne à disposer les découpures sur le carton pour former un motif ou un dessin, puis à les coller.
3. Selon ses préférences, la personne pourrait également dessiner, écrire ou ajouter des matériaux texturés.
4. Posez des questions pour guider la conversation et faire resurgir des souvenirs. Vous pourriez demander à la personne quels sont ses magazines préférés ou pourquoi elle a choisi certaines images plutôt que d'autres.



Arts visuels: Dessin guidé

Objectif

Favoriser la créativité et renforcer la confiance en soi par la réalisation de dessins simples en suivant des instructions étape par étape.

Matériel

- Feuilles de papier ou carnets de dessin
- Crayons, crayons-feutres ou craies de cire
- Instructions imprimées pour le dessin étape par étape (ou instructions verbales)
- Pochoirs (facultatif)



Instructions

1. Choisissez un sujet simple (par exemple, une fleur, une maison ou un arbre).
2. Effectuez une démonstration du dessin à réaliser ou donnez des instructions étape par étape.
3. Invitez la personne ou les membres du groupe à dessiner à leur propre rythme.
4. Laissez libre cours à l'expression individuelle et à la créativité dans l'exécution du dessin.



Arts visuels: Art tactile

Objectif

Susciter un engagement sensoriel par la création de bricolages à l'aide de matériaux aux multiples textures.

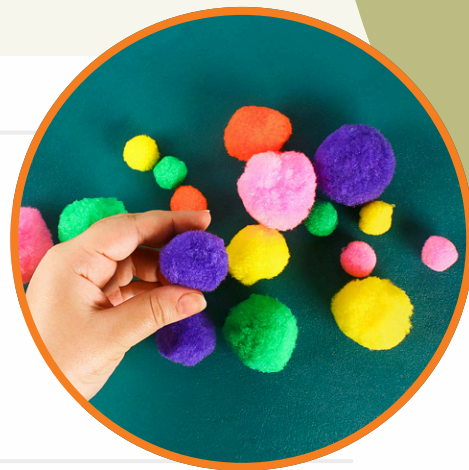
Matériel

- Morceaux de tissu, papier sablé, coton, papier d'aluminium ou papier texturé
- Colle en bâton ou liquide
- Papier cartonné ou toile



Instructions

1. Fournissez une sélection de matériaux texturés.
2. Invitez la personne à les disposer sur le papier cartonné ou la toile, puis à les coller.
3. Cette activité favorise l'exploration tactile de textures variées.



Arts visuels: Modelage d'argile

Objectif

Fournir une stimulation tactile par le modelage de formes simples avec de la pâte à modeler ou de l'argile.

Matériel

- Argile durcissant à l'air ou pâte à modeler
- Rouleau à pâte, emporte-pièces ou instruments pour sculpter la pâte



Instructions

1. Placez l'argile ou la pâte à modeler sur la table devant la personne.
2. Au besoin, démontrez comment rouler, pincer et modeler la pâte.
3. Invitez la personne à créer des formes simples comme un bol, un animal ou d'autres motifs.



Arts visuels: Photographie

Objectif

Soutenir l'observation et la conversation à travers la prise et le visionnement de photos.

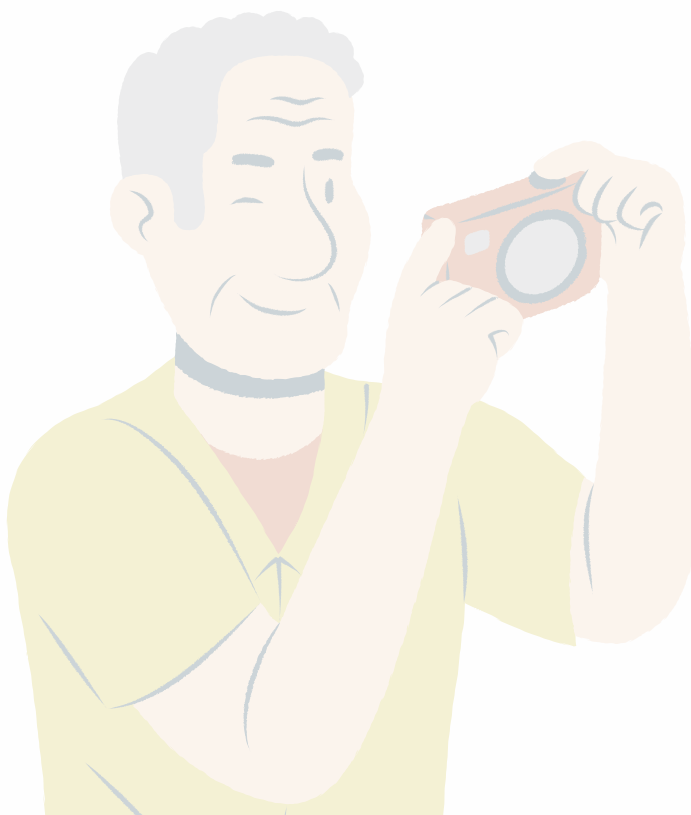
Matériel

- Appareils photo numériques ou jetables
- Photos imprimées pour guider la discussion



Instructions

1. Fournissez à la personne un appareil photo et aidez-la à s'en servir en lui donnant des instructions simples.
2. Proposez à la personne de prendre des photos de choses importantes à ses yeux (par exemple, ses objets préférés, la nature).
3. Imprimez les photos et discutez-en ensemble. Quels sont les points communs? Quelles sont les différences? Quelles émotions les photos suscitent-elles?



Arts visuels: Peinture au son de la musique

Objectif

Donner libre cours à l'expression personnelle en peignant au rythme de différents types de musique.

Matériel

- Peinture et pinceaux
- Grande feuille de papier ou toile
- Lecteur de musique



Instructions

1. Sélectionnez une musique associée à un thème ou revêtant une signification particulière pour la personne.
2. Invitez la personne à peindre en s'inspirant des émotions véhiculées par la musique.
3. Discutez ensuite de l'œuvre. Posez des questions sur les émotions qui se dégagent de la musique et les choix de couleurs et de formes.



Arts visuels: Fabrication de bijoux

Objectif

Stimuler la créativité et exercer la motricité fine par la création de bijoux et l'enfilage de perles.

Matériel

- Perles à enfiler (en cas de dextérité limitée, optez pour des perles de type « pony », et dans le cas contraire, choisissez de petites perles de rocaïlle)
- Ficelle pour bijoux ou élastique
- Aiguille sans pointe (facultatif)



Instructions

1. Placez l'assortiment de perles et le fil devant la personne.
2. Invitez la personne à créer son bijou personnalisé en enfilant des perles. L'utilisation d'une aiguille pourrait lui faciliter la tâche au besoin.
3. Posez des questions sur les choix de couleurs et de motifs, ainsi que sur les souvenirs évoqués par cette activité.
4. Aidez la personne à nouer la ficelle et admirez ensemble le résultat de son travail de création.





Stimulation cognitive et compétences diverses

Activités qui favorisent l'épanouissement personnel, améliorent la cognition et contribuent à maintenir ou à renforcer les capacités.

Jeux de réflexion et activités stratégiques **77**

Jour de lessive **79**

Activité de tri **81**

Traitement de factures **83**

Offres d'emploi **86**

Jeux de réflexion et activités stratégiques

Objectif

Promouvoir les habiletés de cognition et de résolution de problèmes ainsi que la socialisation à l'aide de jeux de réflexion et d'activités stratégiques.

Matériel

- Jeux de mots (mots croisés, mots cachés, etc.)
- Casse-tête
- Questions de culture générale
- Jeux de cartes
- Jeux de société



Instructions

Activité individuelle ↓

1. Installez-vous dans un lieu accueillant où la personne pourra s'asseoir confortablement. Déplacez-vous dans un nouvel endroit si les circonstances s'y prêtent.
2. Discutez avec la personne de ses préférences en matière de jeux. Proposez-lui des jeux correspondant à ses intérêts et capacités (casse-tête, jeux de mots, jeux de cartes et ainsi de suite).
3. Si nécessaire, donnez des instructions claires, brèves et étape par étape, et aidez la personne concrètement (par exemple, en la guidant main sur main).
4. Suivez le déroulement de l'activité et apportez des adaptations au besoin (par exemple, texte de plus grande taille, contenu audio en accompagnement, aides visuelles).
5. Discutez avec la personne du déroulement de l'activité pour susciter une réflexion.

Activité de groupe ↓

1. Installez-vous dans un lieu accueillant où le groupe pourra s'asseoir confortablement. Vous pourriez former des sous-groupes en fonction des capacités et des intérêts individuels. Proposez une variété d'activités au choix: jeux-questionnaires, jeux de cartes, jeux de société ou jeux de stratégie.
2. Invitez les membres du groupe à jouer en équipe dans un esprit de compétition amicale. Ces passe-temps sont excellents pour favoriser les interactions sociales.
3. Laissez les participantes et participants jouer librement et profiter de la compagnie les uns des autres.
4. À la fin de la période de jeu, discutez en groupe pour faire ressortir la diversité de perspectives sociales et culturelles entourant les jeux de société. Invitez les participantes et participants à partager leurs anecdotes personnelles.





Stimulation cognitive et compétences diverses
Jeux de réflexion et activités stratégiques

Conseils d'adaptation

Donnez des instructions claires et simples aux personnes atteintes de troubles cognitifs



et fournissez des éléments visuels à l'appui. Vous devrez peut-être soutenir activement le déroulement des activités. Adaptez le rythme et le degré de difficulté pour faciliter la participation optimale de chaque personne.

Afin de faciliter la tâche des personnes ayant une déficience visuelle



utilisez une police de caractères sans empattement (comme Arial ou Verdana) d'une taille de 14 points ou plus.



Tenez compte de la culture, de la religion, de l'orientation sexuelle et du parcours de vie des participantes et participants, ainsi que de leurs particularités sensorielles.

Respectez l'identité, les croyances et le degré d'aisance de chaque personne. Établissez un contexte inclusif où toutes les perspectives sont reconnues à leur juste valeur. Dans votre planification, prévoyez des thèmes culturels et variez les sujets, les activités ou les jeux-questionnaires de manière à honorer l'éventail de traditions et de coutumes. En voici des exemples: jeu-questionnaire sur les fêtes traditionnelles du monde, jeux de cartes propres à divers pays, jeux de stratégie correspondant à des thèmes culturels.



Jour de lessive

Objectif

Soutenir l'engagement, favoriser les interactions sociales et fournir une stimulation sensorielle dans le cadre d'une activité à la fois familière et utile.

Matériel

- Panier à linge
- Serviettes
- Vêtements
- Corde à linge ou séchoir à linge
- Pinces à linge



Instructions



Activité individuelle ↓

1. Installez-vous dans un lieu accueillant où la personne pourra s'installer confortablement. Déplacez-vous dans un nouvel endroit si les circonstances s'y prêtent.
2. Demandez à la personne de vous aider à trier et à plier des serviettes ou des vêtements propres, puis à les suspendre sur une corde à linge ou un séchoir à linge. Donnez des instructions étape par étape et des indications verbales ou non verbales. Donnez-lui un coup de main au besoin.
3. En accomplissant la tâche, discutez d'anecdotes ou de souvenirs liés à la famille, aux tâches ménagères ou à des emplois passés. Ajoutez un élément de stimulation sensorielle en utilisant, par exemple, un assouplissant au parfum agréable.

Activité de groupe ↓

1. Installez-vous dans un lieu accueillant et muni de tables où le groupe pourra se réunir confortablement. Fournissez des paniers à linge et installez une corde à linge ou un séchoir à linge.
2. Demandez aux membres du groupe de vous aider à trier, plier et suspendre le linge. Donnez des instructions étape par étape et des indications verbales ou non verbales. Offrez votre aide au besoin.
3. En accomplissant la tâche, incitez les membres du groupe à partager des anecdotes ou des souvenirs liés à la famille, aux tâches ménagères ou à des emplois passés. Ajoutez un élément de stimulation sensorielle en utilisant, par exemple, un assouplissant au parfum agréable.
4. À la fin de l'activité, discutez des bons souvenirs qui sont remontés à la surface et de ce que les participantes et participants ont ressenti sur le plan émotionnel en posant ces gestes familiers.





Stimulation cognitive et compétences diverses

Jour de lessive

Conseils d'adaptation

Procurez-vous du matériel adapté pour faciliter la tâche des personnes à mobilité réduite ou ayant une dextérité moindre



par exemple, pinces à linge plus grandes et faciles à saisir, pince ramasse-tout, corde à linge accessible en position assise



Utilisez une variété de vêtements

incluant certains reflétant les caractéristiques personnelles et les capacités de la personne (par exemple, petites lingettes pour le visage, vêtements pour bébé).

Tenez compte de la culture, de la religion, de l'orientation sexuelle et du parcours de vie des participantes et participants, ainsi que de leurs particularités sensorielles.

Respectez l'identité, les croyances et le degré d'aisance de chaque personne.

Enfin, ne présumez de rien. Établissez un contexte inclusif où toutes les perspectives sont reconnues à leur juste valeur.



Activité de tri

Objectif

Stimuler la motricité fine, la cognition et la mémoire dans le cadre d'une activité à la fois familière et utile.

Matériel

- Variété d'objets de différentes tailles, couleurs et formes (par exemple, pièces de monnaie, boutons, vis)
- Plateaux ou contenants pour effectuer le tri



Instructions

Activité individuelle ↓

1. Installez-vous dans un lieu accueillant où la personne pourra s'asseoir confortablement. Déplacez-vous dans un nouvel endroit si les circonstances s'y prêtent.
2. Disposez des plateaux ou contenants dans lesquels trier les objets.
3. Fournissez un assortiment d'objets correspondant aux intérêts de la personne (par exemple, des boutons pour une personne qui fait de la couture, des leurres sans hameçon pour une personne qui aime pêcher).
4. Demandez à la personne de trier les objets en fonction de la taille, de la couleur ou de la forme. Tenez compte de ses capacités et accordez-lui tout le temps nécessaire pour effectuer l'activité à son rythme. Offrez-lui des mots d'encouragement.
5. Observez la personne et donnez-lui des indices ou un appui au besoin.
6. Dans le but de susciter un engagement cognitif, discutez des souvenirs associés aux objets à trier (par exemple, des objets d'enfance, la couture ou les loisirs).

Activité de groupe ↓

1. Installez-vous dans un lieu accueillant où le groupe pourra s'asseoir confortablement. Déplacez-vous dans un nouvel endroit si les circonstances s'y prêtent. Disposez plusieurs plateaux ou contenants dans lesquels trier les objets.
2. Assignez à chaque personne un critère de tri (par exemple, taille, couleur, forme) en fonction de ses capacités et de ses intérêts. Assurez une alternance pour permettre aux participantes et participants d'essayer différents types de classification.
3. Invitez les membres du groupe à collaborer pour accomplir cette tâche. Facilitez une discussion au sujet des objets à trier (par exemple, souvenirs liés à des pièces de monnaie ou aux boutons utilisés pour la couture).
4. Soulignez l'importance de la contribution de chacune et chacun, puisqu'un effort de groupe est essentiel pour accomplir la tâche.





Stimulation cognitive et compétences diverses

Activité de tri

Conseils d'adaptation

Pour les personnes ayant des troubles cognitifs



étiquetez les plateaux ou les conteneurs en fonction de la catégorie de tri.

Pour faciliter la tâche des personnes ayant des difficultés sensorielles



utilisez des plateaux ou contenants de plus grandes dimensions et de couleurs contrastantes.
Servez-vous d'objets à trier dont les couleurs sont faciles à distinguer les unes des autres.
Vous pouvez également fournir des indices tactiles ou une loupe.



**Cette activité se conjugue bien à
celle intitulée « Jour de lessive » à la page 79
to meet the groups differing interests and abilities.**

pour englober l'éventail d'intérêts et de capacités du groupe. Les participantes et participants pourraient trier les vêtements par couleur ou type, ou jumeler les chaussettes identiques.

Incluez des objets pertinents sur le plan culturel pour évoquer des souvenirs.

Invitez les participantes et participants à partager des expériences personnelles ou des traditions familiales liées à ces objets.



Traitement de factures

Objectif

Renforcer l'engagement cognitif et susciter un sentiment d'accomplissement par l'exécution de tâches ciblées.

Matériel

- Factures (vierges ou modèles)
- Stylos
- Calculatrices
- Dossiers
- Enveloppes
- Timbres



Instructions

Activité individuelle ↓

1. Installez-vous dans un lieu accueillant où la personne pourra s'asseoir confortablement. Déplacez-vous dans un nouvel endroit si les circonstances s'y prêtent.
2. Remettez à la personne un ensemble de factures fictives à examiner. Expliquez-lui comment organiser les documents pour gérer les finances et traiter des paiements.
3. Déterminez la façon de traiter les factures: indiquer que certaines ont été payées, les classer en catégories (services publics, épicerie, etc.), calculer le total, placer les factures dans des enveloppes.
4. Au besoin, aidez la personne à interpréter les factures et à les trier.
5. Discutez des souvenirs ou expériences de la personne entourant la gestion des finances, l'établissement d'un budget ou le paiement de factures. Cette activité suscitera sans doute l'intérêt des personnes ayant travaillé dans le domaine financier ou ayant géré le budget familial.
6. Une fois la tâche terminée, passez les factures en revue, discutez du processus utilisé pour les traiter, et félicitez la personne d'y être parvenue.



Traitement de factures suite...



Instructions

Activité de groupe ↓

1. Installez-vous dans un lieu accueillant où le groupe pourra s'asseoir confortablement. Placez le matériel sur une grande table: factures fictives, stylos, calculatrices, dossiers et enveloppes.
2. Expliquez au groupe que leur objectif est de travailler en équipe pour organiser ou traiter les factures.
3. Assignez les rôles en fonction des intérêts et capacités. Par exemple, certains trieront les factures par catégorie, d'autres indiqueront sur certaines factures qu'elles ont été payées, et d'autres enfin prépareront des factures pour l'envoi en les plaçant dans des enveloppes et en y apposant des timbres.
4. Cette activité est collaborative. Invitez les membres du groupe à partager des anecdotes sur la gestion de leurs finances ou sur leur expérience en affaires.
5. À la fin de l'activité, faites ressortir les réflexions et expériences des membres du groupe liées aux finances ou à la gestion du budget familial.





Stimulation cognitive et compétences diverses
Traitement de factures

Conseils d'adaptation

Pour les personnes souffrant de troubles cognitifs



simplifiez la tâche en utilisant des factures ou des modèles à code couleur pour rendre le tri plus clair et plus facile.

Dans le cas de personnes ayant une déficience visuelle ou sensorielle



apportez un soutien tactile ou auditif (directives verbales ou indications tactiles).



Préparez des documents adaptés sur le plan culturel, comme des factures rédigées dans la langue maternelle de la personne ou provenant de son pays d'origine.

N'oubliez pas que les participantes et participants n'ont pas tous le même rapport à l'argent. Tenez compte des valeurs culturelles et spirituelles à cet égard.



Offres d'emploi

Objectif

Engendrer un sentiment d'utilité et d'inclusion par la réalisation de tâches pertinentes.

Matériel

- Tableau d'affichage
- feuilles de papier
- stylos
- fiches imprimées indiquant des tâches à accomplir
- punaises ou ruban adhésif
- matériel nécessaire à la réalisation des tâches



Instructions

Activité individuelle ↓

1. Installez un tableau d'affichage bien en vue dans une aire commune.
2. Imprimez des tâches simples sur des fiches (par exemple, arroser les plantes, ranger les journaux, mettre la table de la salle à manger) et fixez les fiches sur le tableau. Assurez-vous que le texte est facile à lire. Utilisez une police sans empattement (par exemple, Arial ou Verdana) d'une taille de 14 points ou plus. Tenez compte d'un éventail de capacités et d'intérêts.
3. En compagnie de la personne, passez les tâches en revue. Demandez-lui si elle souhaite se porter volontaire pour l'une des tâches. Vous pouvez la guider au besoin selon ses intérêts, ses forces ou sa carrière antérieure.
4. Si nécessaire, offrez des suggestions ou donnez des instructions visuelles. Aidez la personne à sélectionner sa tâche.
5. Une fois la tâche terminée, remerciez la personne de sa contribution. Vous pourriez la valoriser en soulignant son travail devant d'autres personnes, ou en lui offrant une friandise ou un certificat.



Offres d'emploi suite...



Instructions

Activité de groupe ↓

1. Installez un tableau d'affichage bien en vue dans une aire commune.
2. Imprimez des tâches simples sur des fiches (par exemple, arroser les plantes, ranger les journaux, mettre la table de la salle à manger) et fixez les fiches sur le tableau. Assurez-vous que le texte est facile à lire. Utilisez une police sans empattement (par exemple, Arial ou Verdana) d'une taille de 14 points ou plus. Tenez compte d'un éventail de capacités et d'intérêts.
3. Invitez les membres du groupe à s'approcher du tableau, à lire les tâches à haute voix et à se porter volontaires pour exécuter une tâche correspondant à leurs intérêts, à leurs forces ou à leur carrière antérieure. Assurez-vous que les tâches sont bien comprises et que personne ne se sente exclu. En groupe, établissez des liens avec des souvenirs ou des expériences professionnelles.
4. Encouragez les membres du groupe à accomplir les tâches en équipe (par exemple, ranger les journaux ou décorer la table de la salle à manger). Ces interactions sociales renforcent le sentiment d'appartenance et l'esprit de communauté.
5. Vous pourriez affecter les tâches selon un modèle de rotation pour soutenir l'intérêt de toutes et tous et varier les activités.
6. À la fin de l'activité, discutez des tâches accomplies et de leurs bienfaits. Remerciez les membres du groupe de leur précieuse contribution.





Stimulation cognitive et compétences diverses
Offres d'emploi

Conseils d'adaptation

Pour les personnes ayant des troubles cognitifs



fournir des instructions claires, étape par étape, et des aides visuelles.

Proposez des activités à faible impact aux personnes à mobilité réduite



Assurez-vous que leur position assise est adéquate et qu'elles ont accès à du matériel ergonomique.



Choisissez des tâches correspondant à un éventail de capacités,
d'intérêts et d'expériences passées.

**Formez des sous-groupes en tenant compte des forces et capacités
de chacun et chacune,**
afin de favoriser une entraide constructive.

Les considérations culturelles,
traditionnelles et spirituelles entrent également en jeu dans la
définition des rôles.





Technologies et multimédia

Activités numériques avantageuses pour la cognition, la curiosité et les liens humains.

Ressources virtuelles 90

Réalité virtuelle 93

Projection d'un film 95

Objectif

Ressources virtuelles

Susciter un engagement cognitif, une remémoration et de la joie en explorant virtuellement des monuments culturels, des merveilles naturelles et des spectacles. Ces activités peuvent se faire individuellement ou en groupe.

Matériel

- Tablette électronique
- Ordinateur ou téléviseur intelligent
- Sièges confortables
- écouteurs (facultatif)
- Liens vers des ressources virtuelles gratuites (musées, parcs nationaux, aquariums, zoos, opéras, comédies musicales ou émissions de télévision)



Instructions

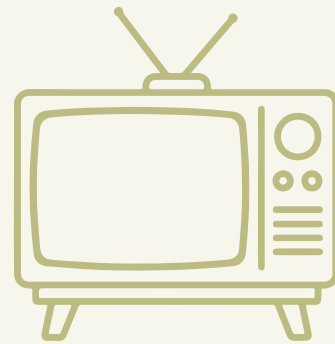
Visites guidées

Explorez le contenu virtuel gratuit de musées, de sites emblématiques, de parcs d'attractions, d'aquariums et de zoos.

1. Choisissez un endroit calme et confortable pour visionner le contenu à l'aide d'une tablette, d'un ordinateur ou d'un téléviseur intelligent.
2. Sélectionnez une visite virtuelle en fonction des intérêts, des origines culturelles et du profil général de la personne. Privilégiez le contenu visuellement attrayant, comme des collections d'œuvres d'art ou des caméras montrant des animaux en direct. Avant le début de la visite, décrivez de quoi il s'agit. Vous pouvez enrichir cette activité en préparant une collation thématique, en portant des vêtements et accessoires reflétant le sujet abordé ou en proposant des activités complémentaires.
3. Amorcez la visite. Réglez le volume si nécessaire.
4. Une fois la visite terminée, discutez de son contenu, des souvenirs qu'elle a pu susciter, et de toute question soulevée.



Ressources virtuelles suite...



Instructions

Divertissement

Plongez tout droit dans la magie du spectacle! Vous trouverez une multitude d'opéras, de pièces de théâtre, de comédies musicales et de balados en ligne.

1. Choisissez un endroit calme et confortable pour visionner le contenu à l'aide d'une tablette, d'un ordinateur ou d'un téléviseur intelligent.
2. Recherchez des enregistrements gratuits d'opéras, de pièces de théâtre ou de comédies musicales en ligne. Choisissez des œuvres que la personne connaît ou qui ont une signification culturelle pour elle.
3. Avant le visionnement, expliquez à la personne de quoi il s'agit. Vous pouvez enrichir cette activité en préparant une collation thématique, en portant des vêtements ou accessoires reflétant le sujet abordé ou en proposant des activités complémentaires.
4. Lancez la vidéo. Réglez le volume si nécessaire.
5. Invitez la personne à chanter, à taper des mains au rythme de la musique ou à fredonner les paroles.
6. Après le visionnement, discutez des points saillants du contenu et des souvenirs d'événements similaires.





Technologies et multimédia
Ressources virtuelles

Conseils d'adaptation

Dans le cas de personnes ayant des troubles cognitifs



privilegiez le contenu simple et riche en images, comme des caméras montrant des animaux en direct ou des vidéos axées sur la nature. Une musique apaisante est également réconfortante.



Présentez des lieux familiers, des animaux préférés ou des événements passés pour faciliter la discussion par la suite.

Lors d'activités de groupe, choisissez des expériences qui font l'unanimité, comme l'exploration de sites emblématiques ou la présentation de festivals culturels.

Les visites virtuelles de lieux patrimoniaux et la musique traditionnelle favorisent l'inclusion et le sentiment d'appartenance pour les membres de divers groupes culturels.

N'hésitez pas à fournir du contenu dans la langue maternelle de la personne ou des personnes.



Réalité virtuelle

Objectif

Offrir des expériences immersives et interactives de réalité virtuelle qui éveillent la curiosité.

Matériel

- Casque de réalité virtuelle
- Applications préinstallées de réalité virtuelle



Instructions

Exploration immersive

1. Programmez le dispositif de réalité virtuelle pour y diffuser des promenades virtuelles en forêt, des visites de parcs d'attractions ou des aventures sous-marines, comme nager avec les dauphins.
2. Présentez l'activité en termes simples.
3. Aidez la personne à mettre le casque de réalité virtuelle. Assurez-vous que le casque est bien ajusté et que l'image est alignée correctement.
4. Guidez la personne tout au long de l'expérience. Invitez-la à observer autour d'elle et à explorer l'environnement virtuel.
5. Confirmez régulièrement que la personne se sent à l'aise de poursuivre.
6. Après la séance, discutez avec la personne de ce qu'elle a observé et ressenti dans le monde virtuel.

Découverte interactive

1. Utilisez des applications de réalité virtuelle comportant un volet interactif (montrer du doigt, réagir aux images, déclencher des animations, etc.)
2. Encouragez la personne à utiliser ces fonctionnalités qui rendent l'environnement plus interactif et immersif.
3. Si la personne éprouve de la difficulté, donnez-lui des consignes verbales ou dirigez ses mouvements.





Technologies et multimédia
Réalité virtuelle

Conseils d'adaptation



Sachez que les casques de réalité virtuelle ne sont pas compatibles avec toutes les paires de lunettes.

Afin d'éviter les pertes d'équilibre, vous pourriez effectuer cette activité uniquement en position assise.



Limitez les séances à 15 ou 20 minutes pour éviter les nausées ou la désorientation.

Assurez-vous que les participantes et participants retrouvent leur équilibre une fois l'activité terminée.



La réalité virtuelle est un moyen intéressant d'explorer la richesse et la diversité des cultures.

Choisissez des expériences qui mettent en valeur les origines culturelles des participantes et participants et qui mènent à la découverte d'autres cultures et de lieux remarquables.



Projection d'un film

Objectif

Organiser un divertissement qui rappelle des souvenirs d'antan et renforce les liens sociaux.

Matériel

- Projecteur ou téléviseur
- Film sur DVD ou en ligne
- Maïs soufflé
- Sièges confortables



Instructions

1. Aménagez un espace cinéma à votre manière, avec des sièges confortables et accessibles. Ajoutez de l'ambiance en tamisant l'éclairage, en distribuant des couvertures, en posant des décorations et en éliminant les sources de distraction.
2. Présentez une sélection de films classiques et de comédies musicales. Laissez le choix à l'auditoire.
3. Distribuez du maïs soufflé, des boissons et des collations, en tenant compte des restrictions alimentaires.
4. À la fin du film, posez des questions de réflexion ouvertes: « Quelle a été votre scène préférée? » ou « Ce film vous a-t-il rappelé un souvenir de jeunesse? »





Technologies et multimédia
Projection d'un film

Conseils d'adaptation

Activez les sous-titres pour rendre l'expérience accessible aux personnes malentendantes.



Placez ces personnes dans la première rangée ou fournissez-leur un amplificateur de poche. Réglez le volume en fonction des besoins du groupe.

Pour les personnes ayant une capacité d'attention limitée



choisissez des options plus courtes ou plus attrayantes visuellement afin de maintenir leur intérêt et de favoriser le plaisir.



Célébrez la diversité des origines
en proposant des films issus de différents pays et cultures.





Croyances et pratiques

Favoriser le bien-être spirituel en renforçant le sentiment d'appartenance et d'inclusion.

Culture, spiritualité, religion, morale, valeurs et traditions **98**

Culture, spiritualité, religion, morale, valeurs et traditions

Objectif

Favoriser le bien-être spirituel en renforçant le sentiment d'appartenance et d'inclusion.

Matériel

- Salle calme
- Lecteur de musique
- Instruments de musique traditionnels
- Sélection musicale incluant du contenu multilingue
- Connexion à Internet



Instructions

Activité individuelle ↓

1. Renseignez-vous auprès de la personne et de ses proches pour déterminer les pratiques culturelles et spirituelles qui sont importantes à ses yeux. Remplissez ensemble la rubrique « Mes croyances et pratiques (culturelles, spirituelles et religieuses; valeurs, principes moraux et traditions) » de la fiche Mon sommaire personnel®.
2. Installez-vous dans un lieu confortable et accueillant. Tamisez l'éclairage et décorez les lieux avec des objets ayant une signification culturelle ou spirituelle pour la personne (par exemple, tapis de prière, bougies, objets symboliques). Une salle de recueillement ou chapelle est l'endroit idéal pour une telle activité.
3. Proposez à la personne une activité qui correspond à ses intérêts: méditation, écriture dans un journal personnel, écoute de musique traditionnelle, yoga léger ou célébration spirituelle. Accordez-lui du temps libre pour se prêter à cette activité.
4. Concluez l'activité par un moment de réflexion ou une expression de gratitude, et mentionnez les bienfaits d'être à l'écoute de sa dimension spirituelle et de la cultiver.



Culture, spiritualité, religion, morale, valeurs et traditions suite...



Instructions

Activité de groupe ↓

1. Renseignez-vous auprès de chaque personne et de ses proches pour déterminer les pratiques culturelles et spirituelles qui sont importantes à ses yeux. Remplissez ensemble la rubrique « Mes croyances et pratiques (culturelles, spirituelles et religieuses; valeurs, principes moraux et traditions) » de la fiche Mon sommaire personnel®.
2. Préparez un programme d'activités (méditation pleine conscience, séances de musique, cercles de prière, etc.) qui correspondent à une variété de pratiques spirituelles. Vous pourriez inviter des dirigeants culturels et spirituels à vous rendre visite pour animer certaines de ces activités.
 - a. Exemples d'activités spirituelles en groupe :
 - i. Cérémonies spirituelles
 - ii. Cercles de prière
 - iii. Exercices de pleine conscience
 - iv. Intermèdes musicaux (écouter de la musique ou en jouer)
 - v. Cercle de percussions
 - vi. Contemplation ou méditation
3. Installez-vous dans un lieu confortable et accueillant. Tamisez l'éclairage et décorez les lieux avec des objets ayant une signification culturelle ou spirituelle pour les membres du groupe (par exemple, tapis de prière, bougies, objets symboliques). Une salle de recueillement ou chapelle est l'endroit idéal pour une telle activité.
4. Accueillez chaleureusement les participantes et participants. Soulignez la riche diversité des origines du groupe. Donnez un aperçu de l'activité. Il est important que chacune et chacun se sente inclus, à l'aise et prêt à s'engager pleinement. Assurez-vous d'offrir un accueil fortement positif et inclusif.
5. Concluez l'activité par un moment de réflexion ou une expression de gratitude, et mentionnez les bienfaits d'être à l'écoute de sa dimension spirituelle et de la cultiver.





Croyances et pratiques
Culture, spiritualité, religion,
morale, valeurs et traditions
Conseils d'adaptation

Invitez les personnes malentendantes à s'asseoir à l'avant ou fournissez-leur un dispositif d'assistance, comme un amplificateur de poche.



Offrez les mesures d'adaptation appropriées aux personnes ayant des troubles sensoriels, cognitifs ou moteurs.



Tenez compte de la culture, de la religion, de l'orientation sexuelle et du parcours de vie des participantes et participants, ainsi que de leurs particularités sensorielles.

Respectez l'identité, les croyances et le degré d'aisance de chaque personne. Enfin, ne présumez de rien. Établissez un contexte inclusif où toutes les perspectives sont reconnues à leur juste valeur.



*Veuillez noter que les références proviennent exclusivement de documents en anglais.

Contexte

Cacioppo, J. T., & Cacioppo, S. (2018). The growing problem of loneliness. *The Lancet*, 391(10119), 426. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(18\)30142-1](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(18)30142-1)

Cardona, M., & Andrés, P. (2023). Are social isolation and loneliness associated with cognitive decline in ageing? *Frontiers in Aging Neuroscience*, 15, 1075563. <https://doi.org/10.3389/fnagi.2023.1075563>

Cohen-Mansfield, J., Dakheel-Ali, M., Marx, M. S., Thein, K., & Regier, N. G. (2015). Which unmet needs contribute to behavior problems in persons with advanced dementia? *Psychiatry Research*, 228(1), 59–64. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2015.03.043>

Gebhard, D., & Frank, J. I. (2024). Everyday life and boredom of people living with dementia in residential long-term care: A merged methods study. *BMC Geriatrics*, 24, 1049. <https://doi.org/10.1186/s12877-024-05641-7>

Hawkley, L. C., & Cacioppo, J. T. (2010). Loneliness matters: A theoretical and empirical review of consequences and mechanisms. *Annals of Behavioral Medicine: A Publication of the Society of Behavioral Medicine*, 40(2), 218–227. <https://doi.org/10.1007/s12160-010-9210-8>

North East Behavioural Supports Ontario. (2020). *The cookbook: Recipes for innovation in long-term care*. North East Behavioural Supports Ontario, North Bay Regional Health Centre. <https://northeast.behaviouralsupportsontario.ca/Uploads/ContentDocuments/Cookbook%20Final.pdf>

Oliveira, A. M., Radanovic, M., Homem de Mello, P. C., Buchain, P. C., Dias Vizzotto, A., Harder, J., Stella, F., Piersol, C. V., Gitlin, L. N., & Forlenza, O. V. (2019). An intervention to reduce neuropsychiatric symptoms and caregiver burden in dementia: Preliminary results from a randomized trial of the tailored activity program–outpatient version. *International Journal of Geriatric Psychiatry*, 34(9), 1301–1307.

Roland, K. P., & Chappell, N. L. (2015). Meaningful activity for persons with dementia: Family caregiver perspectives. *American Journal of Alzheimer's Disease and Other Dementias*, 30(6), 559–568. <https://doi.org/10.1177/1533317515576389>

United Nations. (2008). *Convention on the rights of persons with disabilities: Article 14 - Liberty and security of person*. United Nations. Retrieved March 4, 2025, from <https://www.un.org/development/desa/disabilities/convention-on-the-rights-of-persons-with-disabilities/article-14-liberty-and-security-of-person.html>



Mode d'emploi

Eze, C., Murphy-Okpala, N., Ezeakile, O., Chukwu, J., Ekeke, N., Agu, C., Ezenwosu, I., Matiku, S., Kirubi, B., Meka, A., Njoku, M., Iyama, F. S., Ossai, E., Bassey, A., Babalola, J., Chijioke-Akaniro, O., & Nwafor, C. (2025). Evaluating the impact of social and behavior change communication intervention on improving documentation practices among healthcare workers in southern Nigeria: A before and after study. *Frontiers in Public Health*, 13. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2025.1462944>

Gannon, B., Vo, V., Gitlin, L. N., & Bennett, S. (2025). Cost-effectiveness of the tailored activity programme for person with dementia–caregiver dyads: A Markov model. *International Journal of Geriatric Psychiatry*, 40(2). <https://doi.org/10.1002/gps.70049>

National Institutes of Health. (2023). *Hearing aids slow cognitive decline in people at high risk. NIH Research Matters*. <https://www.nih.gov/news-events/nih-research-matters/hearing-aids-slow-cognitive-decline-people-high-risk>

Penko, M., Quirt, H., Schindel Martin, L., & Iaboni, A. (2021). Behaviour assessment tools in long-term care homes in Canada: A survey. *Aging & Mental Health*, 25(10), 1857–1868. <https://doi.org/10.1080/13607863.2020.1793904>

Sullivan, R. M., Wilson, D. A., Ravel, N., & Mouly, A. M. (2015). Olfactory memory networks: From emotional learning to social behaviors. *Frontiers in Behavioral Neuroscience*, 9(36). <https://doi.org/10.3389/fnbeh.2015.00036>

Weldingh, N. M., Mellingsæter, M. R., Hegna, B. W., Benth, J. S., Einvik, G., Juliebø, V., Thommessen, B., & Kirkevold, M. (2022). Impact of a dementia-friendly program on detection and management of patients with cognitive impairment and delirium in acute-care hospital units: A controlled clinical trial design. *BMC Geriatrics*, 22(1), 266. <https://doi.org/10.1186/s12877-022-02949-0>

Activités multisensorielles

Ashton, G. (2021, September 14). Patterns of Touch. *Positive Approaches to Care*. <https://teepasnow.com/blog/patterns-of-touch/>

Banerjee, S., & Ford, C. (2018). *Sensory rooms for patients with dementia in long-term care: Clinical and cost-effectiveness, and guidelines*. Canadian Agency for Drugs and Technologies in Health. <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK537804/>



Activités multisensorielles suite...

Bradwell, H. L., Johnson, C. W., Lee, J., Winnington, R., Thill, S., & Jones, R. B. (2020). *Microbial contamination and efficacy of disinfection procedures of companion robots in care homes*. *PLOS ONE*, 15(8).

Cavanaugh, J. C., & Whitlatch, C. J. (2005). *Dementia care: A guide for family caregivers*. Health Professions Press.

Elliot, G., & Kelly, A. (2015). DementiAbility Guidelines for Dolls & Stuffed Animals. Dementiability.

Fitzsimmons, S., Barba, B., & Stump, M. (2014). Sensory and Nurturing Nonpharmacological Interventions for Behavioral and Psychological Symptoms of Dementia. *Journal of Gerontological Nursing*, 40(11), 9–15. <https://doi.org/10.3928/00989134-20140923-01>

Good, A., Omisade, B., Ancient, C., & Andrikopoulou, E. (2019). The use of interactive tables in promoting wellbeing in specific user groups. In J. Zhou & G. Salvendy (Eds.), *Human aspects of IT for the aged population* (pp. 506–519). Social Media, Games and Assistive Environments.

Gusdal, A. K., & Gustafsson, C. (2020). Using a rocking chair in the care of people with dementia: A single-case research study. *OBM Geriatrics*, 4(2). <https://doi.org/10.21926/obm.geriatri.2002114>

Harris, M. L., & Titler, M. G. (2022). Feasibility and acceptability of a remotely delivered weighted blanket intervention for people living with dementia and their family caregivers. *Journal of Applied Gerontology: The Official Journal of the Southern Gerontological Society*, 41(11), 2316–2328. <https://doi.org/10.1177/07334648221111123>

Houston, A. (2018). *Talking sense: Living with sensory changes and dementia*. The Dementia Care Centre.

Mitchell, G., McCormack, B., & McCance, T. (2016). *Therapeutic use of dolls for people living with dementia: A critical review of the literature*. *Dementia (London, England)*, 15(5), 976–1001. <https://doi.org/10.1177/1471301214548522>

Activités multisensorielles suite...

Park, S., Bak, A., Kim, S., Nam, Y., Kim, H. S., Yoo, D.-H., & Moon, M. (2020). Animal-Assisted and Pet-Robot Interventions for Ameliorating Behavioral and Psychological Symptoms of Dementia: A systematic review and meta-analysis. *Biomedicines*, 8(6), 150. <https://doi.org/10.3390/biomedicines8060150>

Peng, Y., Liu, Y., Guo, Z., Zhang, Y., Sha, L., Wang, X., & He, Y. (2024). Doll therapy for improving behavior, psychology and cognition among older nursing home residents with dementia: A systematic review and meta-analysis. *Geriatric Nursing*, 55, 119–129. <https://doi.org/10.1016/j.gerinurse.2023.10.025>

Petersen, S., Houston, S., Qin, H., Tague, C., & Studley, J. (2017). The utilization of robotic pets in dementia care. *Journal of Alzheimer's Disease*, 55(2), 569–574. <https://doi.org/10.3233/JAD-160703>

Santagata, F., Massaia, M., & D'Amelio, P. (2021). The doll therapy as a first line treatment for behavioral and psychologic symptoms of dementia in nursing homes residents: A randomized, controlled study. *BMC Geriatrics*, 21(1), 545. <https://doi.org/10.1186/s12877-021-02496-0>

Shin, J. H. (2015). Doll therapy: An intervention for nursing home residents with dementia. *Journal of Psychosocial Nursing and Mental Health Services*, 53(1), 13–18. <https://doi.org/10.3928/02793695-20141218-03>

Mémoire et réflexion

Alzheimer Society of Canada. (n.d.). *Tips for dementia-friendly written material*. https://alzheimer.ca/sites/default/files/documents/DFC-Writtten%20Comm%20Tip%20sheet_Final.pdf

Billington, T. (2013). A literature-based intervention for older people living with dementia. *Perspectives in Public Health*, 133(3), 165–173.

Bohlken, J., Weber, S. A., Siebert, A., Forstmeier, S., Kohlmann, T., & Rapp, M. A. (2017). Reminiscence therapy for depression in dementia: An observational study with matched pairs. *GeroPsych*, 30(4), 145–151. <https://doi.org/10.1024/1662-9647/a000175>

Brooks, J., & Savitch, N. (2022). Blogging with dementia: Writing about lived experience of dementia in the public domain. *Dementia*, 21(8), 2402–2417. <https://doi.org/10.1177/14713012221112384>



Mémoire et réflexion suite...

Chételat, G., Lutz, A., Arenaza-Urquijo, E., Collette, F., Klimecki, O., & Marchant, N. (2018). Why could meditation practice help promote mental health and well-being in aging? *Alzheimer's Research & Therapy*, 10(1), 57. <https://doi.org/10.1186/s13195-018-0388-5>

Cotelli, M. (2012). Reminiscence therapy in dementia: A review. *Maturitas*, 72(3), 203–205.

DeVries, K. (2019). The impact of reading groups on engagement and social interaction for older adults with dementia: A literature review. *Therapeutic Recreation Journal*, 53(1), 53–75.

Hazlett-Stevens, H., Singer, J., & Chong, A. (2018). Mindfulness-based stress reduction and mindfulness-based cognitive therapy with older adults: A qualitative review of randomized controlled outcome research. *Clinical Gerontologist*, 42(4), 347–358. <https://doi.org/10.1080/07317115.2018.1518282>

Longden, T. (2016). An evaluation of shared reading groups for adults living with dementia: Preliminary findings. *Journal of Public Mental Health*, 15(2), 75–82.

Malaktaris, A., Lang, A. J., Casmar, P., Baca, S., Hurst, S., Jeste, D. V., & Palmer, B. W. (2022). Pilot study of compassion meditation training to improve well-being among older adults. *Clinical Gerontologist*, 45(2), 173–184. <https://doi.org/10.1080/07317115.2020.1839826>

Saragih, I. D., Tonapa, S. I., Yao, C., Saragih, I. S., & Lee, B. (2022). Effects of reminiscence therapy in people with dementia: A systematic review and meta-analysis. *Journal of Psychiatric and Mental Health Nursing*, 29(6), 883–903. <https://doi.org/10.1111/jpm.12830>

Woods, B., O'Philbin, L., Farrell, E. M., Spector, A. E., Orrell, M., & Woods, B. (2018). Reminiscence therapy for dementia. *Cochrane Database of Systematic Reviews*, 2018(3). <https://doi.org/10.1002/14651858.CD001120.pub3>

Corps et mouvement

Fleiner, T., Dauth, H., Gersie, M., Zijlstra, W., & Haussermann, P. (2017). Structured physical exercise improves neuropsychiatric symptoms in acute dementia care: A hospital-based RCT. *Alzheimer's Research & Therapy*, 9(1), 68. <https://doi.org/10.1186/s13195-017-0289-z>

Han, A., Radel, J., McDowd, J. M., & Sabata, D. (2016). Perspectives of people with dementia about meaningful activities: A synthesis. *American Journal of Alzheimer's Disease and Other Dementias*, 31(2), 115–123. <https://doi.org/10.1177/1533317515598857>

Corps et mouvement suite...

Hendriks, I. H., van Vliet, D., Gerritsen, D. L., & Dröes, R.-M. (2016). Nature and dementia: Development of a person-centered approach. *International Psychogeriatrics*, 28(9), 1455–1470. <https://doi.org/10.1017/S1041610216000612>

Innes, A., Dal Bello-Haas, V., Burke, E., Lu, D., McLeod, M., & Dupuis, C. (2024). Understandings and perceived benefits of outdoor-based support for people living with dementia. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 21(8), 1072. <https://doi.org/10.3390/ijerph21081072>

McDuff, J., & Phinney, A. (2015). Walking with meaning: Subjective experiences of physical activity in dementia. *Global Qualitative Nursing Research*, 2. <https://doi.org/10.1177/2333393615605116>

Ng, L., Dyer, S. M., Dawson, S., & Laver, K. (2024). Impact of an improved outdoor space on people with dementia in a hospital unit. *Frontiers in Dementia*, 3. <https://doi.org/10.3389/frdem.2024.1404662>

Øksnebjerg, L., Diaz-Ponce, A., Gove, D., Moniz-Cook, E., Mountain, G., Chattat, R., & Woods, B. (2018). Towards capturing meaningful outcomes for people with dementia in psychosocial intervention research: A pan-European consultation. *Health Expectations: An International Journal of Public Participation in Health Care and Health Policy*, 21(6), 1056–1065. <https://doi.org/10.1111/hex.12799>

Phinney, A., & Moody, E. M. (2011). Leisure connections: Benefits and challenges of participating in a social recreation group for people with early dementia. *Activities, Adaptation, & Aging*, 35(2), 111–130. <https://doi.org/10.1080/01924788.2011.572272>

Rolland, Y., Pillard, F., Klapouszczak, A., Reynish, E., Thomas, D., Andrieu, S., Rivièrè, D., & Vellas, B. (2007). Exercise program for nursing home residents with Alzheimer's disease: A 1-year randomized, controlled trial. *Journal of the American Geriatrics Society*, 55(2), 158–165. <https://doi.org/10.1111/j.1532-5415.2007.01035.x>

Création et expression artistique

Cartwright, J., Roberts, K., Oliver, E., Bennett, M., & Whitworth, A. (2022). Montessori mealtimes for dementia: A pathway to person-centred care. *Dementia (London, England)*, 21(4), 1098–1119. <https://doi.org/10.1177/14713012211057414>

Cavalcanti Barroso, A., Rai, H. K., Sousa, L., Orrell, M., & Schneider, J. (2022). Participatory visual arts activities for people with dementia: A review. *Perspectives in Public Health*, 142(1), 22–31. <https://doi.org/10.1177/1757913920948916>

Cohen-Mansfield, J., Marx, M. S., Dakheel-Ali, M., & Thein, K. (2015). The use and utility of specific nonpharmacological interventions for behavioral symptoms in dementia: An exploratory study. *The American Journal of Geriatric Psychiatry*, 23(2), 160–170. <https://doi.org/10.1016/j.jagp.2014.06.006>

Davies, M., Zúñiga, F., Verbeek, H., & Staudacher, S. (2022). Exploring resident experiences of person-centred care at mealtimes in long-term residential care: A rapid ethnography. *BMC Geriatrics*, 22(1), 963. <https://doi.org/10.1186/s12877-022-03657-5>

Ekra, E. M. R., & Dale, B. (2020). Systematic use of song and music in dementia care: Health care providers' experiences. *Journal of Multidisciplinary Healthcare*, 13, 143–151. <https://doi.org/10.2147/JMDH.S231440>

Gjernes, T. (2017). Knitters in a day center: The significance of social participation for people with mild to moderate dementia. *Qualitative Health Research*, 27(14), 2233–2243. <https://doi.org/10.1177/1049732317723890>

Gonzalez, M. T., & Kirkevold, M. (2014). Benefits of sensory garden and horticultural activities in dementia care: A modified scoping review. *Journal of Clinical Nursing*, 23(19–20), 2698–2715. <https://doi.org/10.1111/jocn.12388>

Harding, E., Sullivan, M. P., Camic, P. M., Yong, K. X. X., Stott, J., & Crutch, S. J. (2024). “I want to do something” - Exploring what makes activities meaningful for community-dwelling people living with dementia: A focused ethnographic study. *Qualitative Health Research*. <https://doi.org/10.1177/10497323241239487>

Hydén, L.-C. (2014). Cutting Brussels sprouts: Collaboration involving persons with dementia. *Journal of Aging Studies*, 29, 115–123. <https://doi.org/10.1016/j.jaging.2014.02.004>

Création et expression artistique suite...

Innes, A., Chesterton, L., Morris, L., Smith, S. K., & Bushell, S. (2022). Perspectives of people living with dementia and their care partners about the impact on social health when participating in a co-designed dementia café. *Health & Social Care in the Community*, 30(4), 1375–1383. <https://doi.org/10.1111/hsc.13545>

Langhammer, B., Sagbakken, M., Kvaal, K., Ulstein, I., Naden, D., & Rognstad, M. K. (2019). Music therapy and physical activity to ease anxiety, restlessness, irritability, and aggression in individuals with dementia with signs of frontotemporal lobe degeneration. *Journal of Psychosocial Nursing and Mental Health Services*, 57(5), 29–37. <https://doi.org/10.3928/02793695-20190124-02>

Marsden, J. P., Meehan, R. A., & Calkins, M. P. (2001). Therapeutic kitchens for residents with dementia. *American Journal of Alzheimer's Disease and Other Dementias*, 16(5), 303–311. <https://doi.org/10.1177/153331750101600509>

McDermott, O., Orrell, M., & Ridder, H. M. (2014). The importance of music for people with dementia: The perspectives of people with dementia, family carers, staff and music therapists. *Aging & Mental Health*, 18(6), 706–716. <https://doi.org/10.1080/13607863.2013.875124>

Newman, A., Goulding, A., Davenport, B., & Windle, G. (2019). The role of the visual arts in the resilience of people living with dementia in care homes. *Ageing and Society*, 39(11), 2465–2482. <https://doi.org/10.1017/S0144686X18000594>

Ray, K. D., & Mittelman, M. S. (2017). Music therapy: A nonpharmacological approach to the care of agitation and depressive symptoms for nursing home residents with dementia. *Dementia*, 16(6), 689–710. <https://doi.org/10.1177/1471301215613779>

Shoesmith, E., Charura, D., & Surr, C. (2022). What are the required elements needed to create an effective visual art intervention for people living with dementia? A systematic review. *Activities, Adaptation, & Aging*, 46(2), 96–123. <https://doi.org/10.1080/01924788.2020.1796475>

van der Ploeg, E. S., Eppingstall, B., Camp, C. J., Runci, S. J., Taffe, J., & O'Connor, D. W. (2013). A randomized crossover trial to study the effect of personalized, one-to-one interaction using Montessori-based activities on agitation, affect, and engagement in nursing home residents with dementia. *International Psychogeriatrics*, 25(4), 565–575. <https://doi.org/10.1017/S1041610212002128>

Stimulation cognitive et compétences diverses

Aguirre, E., Hoare, Z., Streater, A., Spector, A., Woods, B., Hoe, J., & Orrell, M. (2013). Cognitive stimulation therapy (CST) for people with dementia-who benefits most? *International Journal of Geriatric Psychiatry*, 28(3), 284–290. <https://doi.org/10.1002/gps.3823>

Harding, E., Sullivan, M. P., Camic, P. M., Yong, K. X. X., Stott, J., & Crutch, S. J. (2024). “I want to do something” - Exploring what makes activities meaningful for community-dwelling people living with dementia: A focused ethnographic study. *Qualitative Health Research*. <https://doi.org/10.1177/10497323241239487>

Kim, K. U., Kim, S. H., & Oh, H. W. (2017). The effects of occupation-centered activity program on fall-related factors and quality of life in patients with dementia. *Journal of Physical Therapy Science*, 29(7), 1188–1191. <https://doi.org/10.1589/jpts.29.1188>

Lee, J., Lee, B., Park, Y., & Kim, Y. (2015). Effects of combined fine motor skill and cognitive therapy to cognition, degree of dementia, depression, and activities of daily living in the elderly with Alzheimer’s disease. *Journal of Physical Therapy Science*, 27(10), 3151–3154. <https://doi.org/10.1589/jpts.27.3151>

Son, B.-Y., Bang, Y.-S., Hwang, M.-J., & Oh, E.-J. (2017). Effect of task-oriented activities on hand functions, cognitive functions, and self-expression of elderly patients with dementia. *Journal of Physical Therapy Science*, 29(8), 1357–1362. <https://doi.org/10.1589/jpts.29.1357>

Tierney, L., MacAndrew, M., Doherty, K., Fielding, E., & Beattie, E. (2023). Characteristics and value of ‘meaningful activity’ for people living with dementia in residential aged care facilities: “You’re still part of the world, not just existing.” *Dementia (London, England)*, 22(2), 305–327. <https://doi.org/10.1177/14713012221144488>

van der Ploeg, E. S., Eppingstall, B., Camp, C. J., Runci, S. J., Taffe, J., & O’Connor, D. W. (2013). A randomized crossover trial to study the effect of personalized, one-to-one interaction using Montessori-based activities on agitation, affect, and engagement in nursing home residents with dementia. *International Psychogeriatrics*, 25(4), 565–575. <https://doi.org/10.1017/S1041610212002128>

Woods, B., Thorgrimsen, L., Spector, A., Royan, L., & Orrell, M. (2006). Improved quality of life and cognitive stimulation therapy in dementia. *Aging & Mental Health*, 10(3), 219–226. <https://doi.org/10.1080/13607860500431652>

Stimulation cognitive et compétences diverses suite...

Yates, L. A., Orrell, M., Spector, A., & Orgeta, V. (2015). Service users' involvement in the development of individual Cognitive Stimulation Therapy (iCST) for dementia: A qualitative study. *BMC Geriatrics*, 15(1). <https://doi.org/10.1186/s12877-015-0004-5>

Technologies et multimédia

Beauchet, O., Matskiv, J., Galery, K., Goossens, L., Lafontaine, C., & Sawchuk, K. (2022). Benefits of a 3-month cycle of weekly virtual museum tours in community-dwelling older adults: Results of a randomized controlled trial. *Frontiers in Medicine*, 9. <https://doi.org/10.3389/fmed.2022.969122>

Breckenridge, J. P., Kroll, T., Wylie, G., & Salzberg, A. (2021). Remembering the past, enhancing the present, and sharing the future: A qualitative study of the impact of film screenings in care home communities. *Ageing and Society*, 41(11), 2615–2640. <https://doi.org/10.1017/S0144686X20000501>

de Medeiros, K., Beall, E., Vozzella, S., & Brandt, J. (2009). Television viewing and people with dementia living in long-term care: A pilot study. *Journal of Applied Gerontology*, 28(5), 638–648. <https://doi.org/10.1177/0733464808330964>

Drazich, B. F., McPherson, R., Gorman, E. F., Chan, T., Teleb, J., Galik, E., & Resnick, B. (2023). In too deep? A systematic literature review of fully-immersive virtual reality and cybersickness among older adults. *Journal of the American Geriatrics Society (JAGS)*, 71(12), 3906–3915. <https://doi.org/10.1111/jgs.18553>

Oliveira, J., Gamito, P., Souto, T., Conde, R., Ferreira, M., Corotnean, T., Fernandes, A., Silva, H., & Neto, T. (2021). Virtual reality-based cognitive stimulation on people with mild to moderate dementia due to Alzheimer's disease: A pilot randomized controlled trial. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(10), 5290. <https://doi.org/10.3390/IJERPH18105290/S1>

Rose, V., Stewart, I., Jenkins, K. G., Tabbaa, L., Ang, C. S., & Matsangidou, M. (2021). Bringing the outside in: The feasibility of virtual reality with people with dementia in an inpatient psychiatric care setting. *Dementia*, 20(1), 106–129. <https://doi.org/10.1177/1471301219868036>

Croyances et pratiques

Britt, K. C., Richards, K. C., Acton, G., Hamilton, J., & Radhakrishnan, K. (2022). Older adults with dementia: Association of prayer with neuropsychiatric symptoms, cognitive function, and sleep disturbances. *Religions, 13*(10), 973. <https://doi.org/10.3390/rel13100973>

Chen, Y., Kim, E. S., & VanderWeele, T. J. (2021). Religious-service attendance and subsequent health and well-being throughout adulthood: Evidence from three prospective cohorts. *International Journal of Epidemiology, 49*(6), 2030–2040. <https://doi.org/10.1093/ije/dyaa120>

Lekhak, N., Bhatta, T. R., & Zauszniewski, J. A. (2020). Episodic memory in later life: Benefits of prayer and meditation. *Journal of Holistic Nursing, 38*(1), 30–40. <https://doi.org/10.1177/0898010119898547>

Wu, L. F., & Koo, M. (2016). Randomized controlled trial of a six-week spiritual reminiscence intervention on hope, life satisfaction, and spiritual well-being in elderly with mild and moderate dementia. *International Journal of Geriatric Psychiatry, 31*(2), 120–127. <https://doi.org/10.1002/gps.4300>





Behavioural Supports Ontario
Soutien en cas des troubles du comportement en Ontario

Coordonnées



brainxchange.ca/BSO



provincialBSO@nbrhc.on.ca



+1 (855) 276-6313



BSO Provincial Coordinating Office
