



Comment réussir vos activités avec la personne malade

Une activité réussie est une activité adaptée ! Voici nos astuces.

Prendre le temps de préparer l'activité

La règle n° 1 est de ne courir aucun risque en réalisant l'activité : Vous décidez de vous promener, faut-il des chaussures ou un bâton de marche ? de la crème solaire et un chapeau ?

La règle n°2 est de disposer de tous les éléments nécessaires à la réalisation de l'activité. Vous lui demandez de passer l'aspirateur et elle ne sait plus où il est rangé ? Ce sera plus facile si vous lui sortez en même temps que vous lui proposez de le faire.

Se faire accompagner

L'activité peut être un moment de détente pour la personne malade aussi bien que pour vous. Ce moment de détente peut même se transformer en moment de convivialité : pourquoi ne pas inviter des proches à réaliser avec vous les activités qui lui sont chères ?

Si vous avez toute confiance en ces proches, vous pouvez même, le temps de quelques heures, les laisser ensemble et vaquer à vos propres occupations.

Réaliser l'activité à sa façon

Si la personne malade ne fait plus les choses aussi bien qu'avant, si elle se trompe ou si elle est trop lente, ce n'est pas grave : l'important est qu'elle y prenne du plaisir ou qu'elle se sente utile en faisant les choses à son rythme.

Et si vous devez repasser derrière, par exemple parce qu'elle n'a pas correctement épluché les légumes est-ce bien gênant ? Vous avez préparé ensemble le repas et c'est ce qui compte.

Enfin, si vous lui donnez des indications, elle les comprendra mieux si vous utilisez des mots simples. Dans tous les cas, nous vous conseillons de vous assurer que vous avez été bien compris.



Témoignage de Pierrette

« Nous nous promenons souvent dans le parc avec Claudine. Depuis peu cependant, elle éprouve des difficultés à garder son équilibre. Je pose donc toujours sa canne à côté de son manteau au moment de sortir. Et si jamais il a plu et que le sol est un peu glissant, je lui donne le bras. »