

## 6.6 Loisirs et activités sociales

De nombreux aspects essentiels doivent être considérés pour favoriser la sécurité et optimiser le rétablissement lorsqu'on travaille avec des personnes qui ont subi un AVC. Les Guides de référence rapide ASACL ont été élaborés à partir des ressources d'ASACL et visent à apporter un soutien aux professionnels de la santé et aux aidants naturels qui n'ont peut-être pas l'habitude de travailler avec des personnes ayant subi un AVC ou de s'en occuper.

Nous recommandons de consulter l'ensemble des **ressources d'ASACL** pour en savoir plus :  
[www.pratiquesoptimalesavc.ca/ressources/ressources-pour-les-professionnels/asacl](http://www.pratiquesoptimalesavc.ca/ressources/ressources-pour-les-professionnels/asacl)

### Faits saillants du guide de référence rapide

- **Suivez toujours le plan de soins en vigueur de la personne avec laquelle vous travaillez.**
- En ce qui a trait aux loisirs, les personnes ayant subi un AVC devraient faire l'objet d'une évaluation des objectifs, des champs d'intérêt et de la participation sociale tels qu'ils sont actuellement et tels qu'ils étaient avant l'AVC.
- Les loisirs et les activités sociales après un AVC sont très importants, car ils procurent aux gens une image positive d'eux-mêmes, donnent un sens à la vie et améliorent la qualité de vie.
- La personne avec laquelle vous travaillez doit trouver l'activité intéressante. Il ne doit pas s'agir d'une simple manière de passer le temps. Les activités de loisir stimulantes jouent un rôle important, car elles permettent à une personne ayant subi un AVC de s'occuper, de structurer sa journée et de conserver un bon niveau de bien-être physique et mental.
- Ces loisirs aident à répondre aux besoins d'une personne en matière de contacts sociaux, de conditionnement physique, de sentiment d'accomplissement et de maîtrise, de stimulation intellectuelle, de créativité et de détente.
- Apprendre à connaître la personne avec laquelle vous travaillez vous aidera à trouver des activités de loisir qui conviennent et à les planifier.
- Certaines personnes après un AVC seront capables de reprendre leurs activités de loisir qu'elles pratiquaient auparavant. Dans d'autres cas, des modifications seront nécessaires pour aider la personne à pratiquer une activité qu'elle aimait (voir les exemples ci-dessous dans la section sur les appareils et accessoires fonctionnels). Une personne peut aussi choisir de pratiquer de nouvelles activités de loisirs.



#### Ce que vous pouvez faire pour aider

- Apprenez à connaître la personne avec laquelle vous travaillez pour savoir quels sont ses centres d'intérêt. Vous pouvez par exemple lui demander s'il y a des activités de loisir qu'elle aime, si oui, lesquelles, avec qui elle les pratique, quand et où.
- Si une personne n'est pas en mesure de décrire les activités qui l'intéressent en raison de difficultés de communication ou de difficultés cognitives, vous pouvez :

- Travailler avec votre équipe pour créer une liste de ressources comprenant des idées d'activités.
- Montrer des photos de différents loisirs et demander à la personne de vous indiquer ce qui pourrait lui plaire.
- Parler avec les membres de la famille ou leur demander d'apporter des objets liés aux centres d'intérêt ou passe-temps d'avant l'AVC.
- Consulter l'orthophoniste de l'équipe concernant les stratégies de soutien à la communication liée aux activités de loisir.
- Cherchez des ressources communautaires et en ligne. Les organismes communautaires proposent de nombreuses activités; consultez le journal communautaire, les guides des loisirs, les documents d'information et sites Web des centres de loisirs pour obtenir de l'information sur les activités proposées et le calendrier des activités à venir.
- Si vous êtes incertain s'il est possible de pratiquer l'activité en toute sécurité ou si elle convient, ou si vous voulez savoir comment modifier une activité ou que vous avez besoin de recommandations au sujet des appareils fonctionnels, consultez le ludothérapeute ou l'ergothérapeute de l'équipe de soins.
- De **nombreux appareils fonctionnels** permettent aux personnes ayant des déficits (comme une perte de la vue, une mobilité réduite ou l'usage d'une seule main) de participer aux activités de loisir. Consultez l'ergothérapeute pour tout appareil fonctionnel qui aide à pratiquer une activité de loisir. Il existe ainsi des appareils fonctionnels pour faciliter la pratique de certaines activités de loisir, par exemple :
  - Jeux (p. ex., porte-cartes pour jouer à une main, mélangeur automatique de cartes, casse-tête à grosses pièces, porte-queue de billard).
  - Lecture et écriture (p. ex., porte-livre, livres audio ou électroniques, mots croisés en gros caractères, Sudoku, mots cachés).
  - Matériel informatique (p. ex., clavier modifié, logiciel de reconnaissance vocale, narrateur électronique pouvant lire ce qui est affiché à l'écran).
  - Arts, artisanat et musique (p. ex., stylos, crayons, pinceaux et outils qui tiennent bien en main, tricot et crochet à une main, enfile-aiguille, tutoriels en ligne).
  - Activités de plein air (p. ex., bicyclette à trois roues, porte-canne à pêche qui fixe la canne à une veste, au fauteuil roulant ou à une paroi de l'embarcation, pots de fleurs ou jardinières surélevés).
  - Sports (p. ex., nouilles de piscine et gilets de sauvetage pour la natation, sports en fauteuil roulant, tiges de lancement pour le curling, rampe ou pousseur de boules pour le jeu de quilles).

**Remarque :** Ces renseignements représentent certaines des priorités en matière de soins liées aux loisirs et aux activités sociales. Pour toute question ou préoccupation relative à ces enjeux, consultez l'ergothérapeute ou le ludothérapeute.

#### Références :

1. Recommandations canadiennes pour les pratiques optimales de soins de l'AVC : [www.pratiquesoptimalesAVC.ca](http://www.pratiquesoptimalesAVC.ca), **Les transitions et la participation communautaire après un AVC**, 6<sup>e</sup> édition, section 4.5
2. Agir pour des soins de l'AVC optimaux communautaires et de longue durée (ASACL) – **Loisirs et activités sociales**

*Agir pour des soins de l'AVC optimaux communautaires et de longue durée est publié uniquement à titre informatif et éducatif et ne saurait être considéré ou utilisé comme un avis médical. Il ne peut remplacer les conseils, le diagnostic ou le traitement d'un médecin ou d'un professionnel de la santé qualifié. Les dispensateurs de soins de santé et les autres utilisateurs des ressources du programme sont tenus d'adhérer aux normes de pratique de leur ordre professionnel, aux normes et politiques de leur organisation, et d'obtenir un conseil médical approprié auprès d'un médecin ou d'un autre professionnel de la santé qualifié avant d'intervenir sur la base de toute information fournie dans cette publication.*