



FICHE UN MOMENT DE QUALITÉ “MÉNAGE DE PRINTEMPS”

Cette semaine, nous vous proposons d'entreprendre avec votre proche un grand ménage de printemps de sa maison ! Les idées ne manquent pas pour mener à bien cette mission ! En revanche, il faudra toujours s'adapter à votre proche, à ses capacités et à ses envies !





QUELQUES CONSEILS :

- ✓ Chaque activité doit avoir **un but, un sens. Assurez-vous que votre proche aura du plaisir** à la réaliser !
- ✓ L'important est de vous **focaliser sur les capacités** de votre proche : peu importe ses handicaps et le résultat, ne faites pas de fixette là-dessus ! **L'essentiel** est de passer un **moment de qualité ensemble** !
- ✓ **Avant de démarrer l'activité**, proposez-la à votre proche : surtout, **ne la lui imposez pas**. Si cela ne le tente pas une première fois, n'hésitez pas à l'y inviter plus tard dans la journée ou dans la semaine !
- ✓ **Procédez lentement, étape par étape, décomposez les gestes.**
- ✓ **Essayez de donner**, à chaque étape, **du choix** à votre proche : ainsi il se sentira **valorisé et reconnu** !
- ✓ **Essayez de montrer** à votre proche **comment procéder**, plutôt que de vous lancer dans de grandes explications.
- ✓ **Clôturez l'activité en 3 temps** : d'abord, **remerciez votre proche** ; puis, demandez-lui s'il a apprécié cette activité, enfin, demandez-lui s'il aimerait recommencer !



DÉROULÉ DE L'ATELIER



PROCÉDEZ ÉTAPE PAR ÉTAPE :

PARTIE 1 - PASSEZ LE BALAI ou L'ASPIRATEUR

1. **Invitez votre proche à vous aider à balayer** une pièce de la maison.
2. **Tendez-lui le balai pour qu'il s'en saisisse.**
3. **Si l'action de balayer ne lui revient pas en mémoire** immédiatement, **montrez, lentement**, à votre proche, comment procéder.
4. **Puis, prenez la pelle et ramassez la poussière.**
5. **Enfin, videz la pelle dans la poubelle.**
6. **Remerciez votre proche.**



DÉROULÉ DE L'ATELIER (SUITE)



PROCÉDEZ ÉTAPE PAR ÉTAPE :

PARTIE 2 - LAVEZ LES COUSSINS ET COUVERTURES

- 1. Invitez votre proche à vous aider à laver les coussins et les couvertures de la maison.** Demandez-lui si cela lui semble être une bonne idée.
- 2. Rassemblez ensemble les couvertures.** Demandez à votre proche s'il peut les empiler sur vos bras et apportez-les près de la machine à laver.
- 3. Rassemblez ensemble les coussins. Montrez à votre proche comment déhouser un coussin et proposez-lui de vous aider à faire de même.**
- 4. Ensemble, apportez-les housses de coussins près de la machine à laver.**
- 5. Lancez ensemble la machine à laver :** proposez à votre proche de mettre la lessive dans le conteneur, montrez-lui le cas échéant comment faire.
- 6. Remerciez votre proche.**



DÉROULÉ DE L'ATELIER (FIN)



PROCÉDEZ ÉTAPE PAR ÉTAPE :

PARTIE 3 - LAVEZ LES POIGNÉES DE PORTES ET LES INTERRUPTEURS

- 1. Invitez votre proche à vous aider à laver les portes, les poignées de porte et les interrupteurs.** Demandez-lui si cela lui semble être une bonne idée.
- 2. Saisissez-vous d'un torchon ou d'un chiffon, donnez-en un à votre proche.**
- 3. Montrez à votre proche comment vous imbibez votre chiffon de vinaigre blanc,** et proposez-lui d'en faire autant. Aidez-le s'il n'y parvient pas tout seul.
- 4. Passez le chiffon imbibé sur une poignée de porte pour la nettoyer,** afin de montrer à votre proche comment procéder.
- 5. Proposez à votre proche de choisir une autre poignée** de porte à désinfecter et invitez-le à le faire.
- 6. Procédez de même avec les interrupteurs.**
- 7. Remerciez votre proche.**

Et ainsi de suite, vous pouvez proposer diverses activités à votre proche, au fur et à mesure des jours et de la semaines, en procédant étape par étape, en lui montrant comment il peut s'y prendre, et en lui expliquant le sens de chacune de ces activités. Ensemble, dépoussiérez les étagères et tous les objets qui y sont entreposés, traitez vos meubles en cuir, passez l'aspirateur, nettoyez la vaisselle, faites briller l'argenterie, etc ! Au travail !