

# L'ergothérapie et les aînés

## Qu'est-ce que l'ergothérapie?

La vie est composée d'activités ou d'occupations quotidiennes significatives, comme faire une promenade avec son chien, faire du jardinage, préparer un repas, peindre, faire la lessive et s'adonner à des jeux. Les occupations font partie de la vie; elles nous définissent et elles sont le reflet de notre façon de nous percevoir. Les occupations donnent un sens à la vie.

Lorsque nous ne pouvons pas participer à des occupations quotidiennes en raison d'une blessure, d'une maladie, d'un handicap ou de circonstances sociales ou environnementales, les ergothérapeutes peuvent nous aider à trouver les solutions qui nous permettront de participer à des activités quotidiennes porteuses de sens. L'ergothérapie peut aussi contribuer à la prévention des handicaps et des maladies, tout en favorisant notre participation dans notre vie personnelle et dans nos communautés. L'ergothérapie nous aide à participer à l'occupation qu'est la vie.



## Pourquoi la santé des aînés est-elle si importante?

Des statistiques canadiennes révèlent que les aînés représentent le segment de la population dont la croissance est la plus rapide, et que près de cinq millions de personnes sont âgées de 65 ans et plus au Canada. La vaste majorité des personnes âgées vivent dans des résidences privées et indiquent qu'elles ont une très bonne ou excellente santé. Toutefois, les maladies chroniques augmentent avec l'âge et, parmi les personnes âgées de 75 ans et plus, une personne sur 10 a besoin d'aide pour effectuer les activités de base de la vie quotidienne.

Les aînés jouent des rôles clés dans les collectivités, en faisant du bénévolat, en travaillant, en partageant leurs connaissances et leurs expériences et en jouant le rôle d'aidant. Les collectivités et les sociétés doivent soutenir ces rôles occupationnels, en veillant à ce que les environnements soient favorables à l'intégration, accessibles et sécuritaires, ce qui, en retour, facilitera la participation des aînés aux rôles qu'ils choisiront d'assumer.

## Comment l'ergothérapie peut-elle venir en aide aux aînés?

Les ergothérapeutes travaillent avec les aînés, y compris les aînés handicapés, afin qu'ils puissent vieillir à l'endroit de leur choix, en établissant des relations avec les aînés, leur famille, leurs aidants et les intervenants communautaires.

Les ergothérapeutes revendiquent et contribuent à la planification de milieux de vie et communautaires sécuritaires, accessibles, abordables et adaptés aux aînés. Les ergothérapeutes travaillent avec d'autres professionnels pour évaluer les clients et les aider à faire l'acquisition des habiletés requises pour mener une vie saine et significative.

## Que font les ergothérapeutes?

- Offrir aux clients des possibilités de rehausser leur autonomie, de faire des choix personnels et de tisser des liens sociaux;
- Travailler avec les individus, les familles et les organismes de soutien pour cibler les besoins et favoriser les possibilités de participation à des occupations significatives;
- Participer à la détermination, à la planification, à la mise en œuvre et au suivi des objectifs à court terme et à long terme qui favorisent la participation à la vie quotidienne;
- Adapter et modifier le domicile et le milieu de travail pour favoriser l'autonomie et réduire au minimum les risques de blessures et la douleur;
- Concevoir des outils et des ressources en vue d'inciter tous les aînés à mener une vie active;
- Concevoir des horaires de soins pour inciter les gens à s'adonner à des occupations significatives dans les établissements de soins;
- Établir des liens entre les communautés et les chercheurs en vue d'évaluer l'efficacité des programmes novateurs de soins à domicile ou en résidence.

## Dans quels milieux les ergothérapeutes travaillent-ils?

Les ergothérapeutes travaillent avec des professionnels de la santé et d'autres professionnels dans divers endroits, comme les établissements de soins de longue durée, les services de soutien communautaire, les équipes de santé familiale, les hôpitaux et le domicile des clients.

Les ergothérapeutes travaillent également avec différentes organisations, comme les organismes gouvernementaux et communautaires, les décideurs et les fournisseurs de soins, afin d'élaborer des programmes et des ressources.

## L'ergothérapie est vraiment efficace!

*Richard travaille pour une entreprise qui possède et gère plusieurs établissements de soins de longue durée pour les aînés. Richard cherche des moyens d'améliorer la qualité de vie de ses résidents tout en maintenant les coûts. Son entreprise a décidé d'embaucher une ergothérapeute qui a conçu et participé à la mise en œuvre de programmes individualisés en fonction des habiletés et des intérêts personnels des résidents. L'ergothérapeute a aussi travaillé avec les membres du personnel de soins pour veiller à ce qu'ils comprennent comment ils peuvent offrir le meilleur soutien possible aux résidents et elle a initié des programmes sur mesure qui ont donné aux résidents la possibilité de s'adonner à des occupations significatives. Grâce à cette intervention, les résidents plus heureux et en meilleure santé, ils participent à des occupations significatives à tous les jours, ils ont besoin de moins de soins de la part du personnel et le personnel est plus confiant et plus efficace face à cette approche. Grâce à l'ergothérapie, Richard offre le meilleur service possible.*

