

BOÎTE À OUTILS POUR DES MILIEUX DE VIE DE QUALITÉ



ATELIER : MON MILIEU DE VIE

PUBLIC CIBLE

- Prestataires de services.

OBJECTIFS

- Définir ce qu'est un milieu de vie.
- Comprendre les sentiments associés aux moments de transition vers les milieux d'hébergement.

DURÉE

- 25 à 30 minutes.

TYPE D'ATELIER

- Introspectif.

MATÉRIEL REQUIS

- Feuilles d'activité : Mon milieu de vie (dernière page du document).
- Crayons et/ou crayons de couleur.

PRÉPARATION

- Imprimer une feuille d'activité par personne participante (dernière page du document).
- Préparer et disposer le matériel sur les tables.
- Asseoir les personnes participantes en groupe de 4 ou 5 personnes autour d'une table pour pouvoir dessiner et écrire.

CONSEILS

1. Positionner dès le départ le contexte de réflexion, d'apprentissage et de bienveillance de l'activité.
2. Exprimer les attentes par rapport à la participation :
 - **Participation** : Chacun est invité à contribuer à sa façon et à exprimer librement sa pensée.
 - **Écoute et respect** : Les idées de tous ont leur place.
 - **Collaboration** : Ensemble, nous construisons la richesse de l'atelier.

Contexte

Alors que les milieux d'hébergement sont pour nous un lieu de travail, pour les personnes hébergées, ils sont un milieu de vie. Nous avons à cœur leur bien-être et la qualité des soins et services que nous leur offrons au quotidien. L'important est de leur offrir une expérience intéressante dans leur milieu de vie, soit la même chose que nous souhaitons pour nous-mêmes.

ATELIER : MON MILIEU DE VIE

Déroulement et consignes

1. **Expliquer vos attentes et le contexte de l'atelier (page précédente).**
2. **Donner quelques explications sur le milieu de vie :**
 - Les milieux d'hébergement travaillent à créer des milieux de vie pour que les personnes « se sentent comme à la maison ». Mais qu'est-ce que ça veut dire réellement, qu'est-ce que ça inclut?
 - Ce n'est pas seulement un lieu physique, ce ne sont pas juste des cadres personnalisés sur les murs...
 - De façon concrète, notre « milieu de vie » inclut notre vécu, notre histoire, ce qui est important pour nous. Il implique aussi toutes les personnes et toutes les activités que nous aimons, nos habitudes de vie, les lieux que nous fréquentons, notre passé, nos rêves pour l'avenir, ce en quoi nous croyons. C'est ce qui fait que nous sommes une personne unique, ce qui définit qui nous sommes. Bref, dans les mots « milieu de vie », nous retenons surtout le mot VIE!
3. **À partir de la feuille « Mon milieu de vie » que chaque personne a en main (disponible à la dernière page de ce document), lire les 5 éléments d'un milieu de vie et donner des exemples.**
4. **Expliquer l'activité de dessin.**
 - Sur votre feuille « Mon milieu de vie », dessinez ou écrivez les éléments importants de votre propre milieu de vie dans les 5 grandes sphères (entourage, lieux de vie, habitudes, passe-temps et intérêts, sens à la vie).
 - Vous n'êtes pas à l'école : vous pouvez parler avec vos collègues pour partager vos éléments.
 - Identifiez au moins 10 éléments, mais vous pouvez écrire autant d'éléments que vous voulez, c'est VOTRE milieu de vie!

Ce n'est pas un concours de dessins et nous ne regarderons pas les fautes!

- Chaque feuille sera personnalisée et unique comme vous.
- On vous donne 10 minutes.

ATELIER : MON MILIEU DE VIE

Déroulement et consignes

5. Lorsque les dessins sont terminés, **reproduire l'entrée rapide en hébergement**. Il faut aller rapidement dans cette partie, pour bousculer les personnes participantes. Leur demander de rayer deux éléments de leur milieu de vie.
 - Attention! Des changements importants surviennent dans votre vie et vous devez entrer en hébergement très rapidement. Vous devez retirer immédiatement deux éléments de votre milieu de vie.
 - Prenez un crayon et rayez deux éléments de votre feuille. Vous avez 30 secondes.
6. Demander aux personnes participantes comment elles se sentent et faire le lien avec la réalité des personnes hébergées.
 - Les personnes ont très peu de temps pour prendre possession de la chambre. Les personnes hébergées et leurs proches doivent donc choisir rapidement les sacrifices à faire lors de l'admission. Ils n'ont pas le temps de faire leur deuil.
7. **Reproduire la perte de contrôle en hébergement**. Demander aux personnes participantes de passer leur feuille à leur voisin de droite. Ce dernier doit rayer un élément de la feuille qui se trouve devant lui et passer la feuille à son voisin de droite. Répéter l'exercice jusqu'à ce que chaque personne participante retrouve sa feuille.
 - Maintenant que vous êtes entrés dans votre milieu d'hébergement, vous n'êtes plus maîtres de tous vos choix, malheureusement... D'autres font des choix à votre place.
 - Maintenant, passez votre feuille à votre voisin de droite.
 - Sur la feuille que vous avez devant vous, faites un X sur un des éléments du milieu de vie de la personne. Vous avez 10 secondes. Passez ensuite la feuille à droite.
 - Répéter jusqu'à ce que chaque personne retrouve sa feuille.

ATELIER : MON MILIEU DE VIE

Discussions et rétroactions



Animer la discussion et la rétroaction sur l'activité.

- À propos de la perte de contrôle en hébergement.
 - ✓ Comment vous sentiez-vous une fois que vous avez retrouvé votre feuille?
 - À propos de faire des choix pour une autre personne.
 - ✓ Comment vous sentiez-vous de rayer des éléments de la vie de vos collègues?
 - L'importance de la famille.
 - ✓ Qui avait inscrit « son entourage » (sa famille et/ou ses proches) en premier sur sa feuille?
 - Probablement la majorité.
 - ✓ Qui a fait un X sur « l'entourage » (la famille et/ou les proches) d'un ou une collègue?
 - Probablement peu de personnes l'ont fait.
 - ✓ Pourquoi selon vous?
 - ✓ Quelle place devrait-on accorder aux proches significatifs des personnes hébergées?
- ✓ Quels sont les outils à notre disposition pour respecter le milieu de vie des personnes hébergées?

Par exemple :

- **L'accompagnement dans la compassion** : Être à l'écoute et s'ajuster selon l'évolution des besoins de la personne.
- **Approche interdisciplinaire** : Travailler en équipe pour profiter de la force du groupe. Les expertises complémentaires dans nos milieux de vie permettent d'optimiser les chances d'adaptation de la nouvelle personne hébergée.
- **Activités** : Offrir des activités diversifiées qui permettent de répondre aux intérêts des personnes.
- **Relation avec les proches et la communauté** : Permettre de maintenir le rôle social de la personne, qui demeure un parent, un enfant, un ami ou une amie, une sœur ou un frère.
- **Respect** : Reconnaître la valeur d'une personne, lui apporter de la considération. Accorder de l'importance à ce qu'elle est et ce qu'elle fait.
- **Environnement physique** : Personnaliser la chambre, créer une décoration chaleureuse, l'adapter aux réalités physiques et cognitives de la personne...
- **Histoire de vie** : Au-delà de connaître l'histoire de vie des personnes hébergées, comment peut-on l'utiliser pour personnaliser nos interventions?

MON MILIEU DE VIE

ENTOURAGE

Famille, amis, connaissances.

LIEUX DE VIE

Domicile, quartier, lieu de travail, café du coin.

HABITUDES

Routines quotidiennes (ex. : se maquiller, se brosser les dents, etc.), habitudes de sommeil.

PASSE-TEMPS ET INTÉRÊTS

Spectacles, cours, sports, lecture.

SENS À LA VIE

Croyances, engagements, valeurs.