

Section 3

1. Importance des routines

- Exemples :
 - Précisez en quoi les routines aident votre personne proche.
 - Quel est l'impact des perturbations de la routine ?
 - Dans quelle mesure votre personne proche est-elle ouverte à la spontanéité ?
 - Quelles stratégies d'adaptation sont utilisées lorsque des changements de routine sont inévitables ?

2. Routines à la maison

Routine du matin

a) Réveil :

- À quelle heure la personne se réveille-t-il/elle habituellement ?
- Se réveille-t-elle seule, dépend-elle d'un réveil ou doit-elle être réveillée par quelqu'un ?
- Quelle est son attitude habituelle au réveil ?
 - Exemples :
 - De bonne humeur
 - Grognonne
 - Calme et lente dans ses mouvements
 - Alerté et active

b) Salle de bain :

- Est-ce qu'elle prend son bain ou sa douche le matin ?
- Indiquez si une aide est nécessaire.

Il peut être utile de diriger les lecteur-riche-s vers des informations supplémentaires dans vos notes sur les compétences.

c) Habillement :

- Choisit-il/elle ses vêtements il/elle-même ?
- Indiquez si une aide est nécessaire pour s'habiller.

Il peut être utile de diriger les lecteur-riche-s vers des informations supplémentaires dans vos notes sur les compétences.

d) Déjeuner :

- Indiquez l'heure du repas et la durée du déjeuner.
- Consignez toute restriction alimentaire.
- Quel est le déjeuner habituel ? Y a-t-il un aliment préféré ?
- Qui planifie et prépare le repas ?
- La taille des portions doit-elle être contrôlée et le nombre de portions limité ?
- Où le repas est-il pris ?
 - Exemples :
 - À la cuisine
 - Devant la télévision
- Mange-t-il/elle habituellement avec d'autres personnes ? Si oui, avec qui ?
- Une aide est-elle nécessaire pour manger ?

Il peut être utile de diriger les lecteur-riche-s vers des informations supplémentaires dans vos notes sur les compétences.

- Est-ce qu'il/elle se nettoie et range la cuisine après le repas ?
 - Peut-il/elle le faire sans supervision ou a-t-il/elle besoin d'aide et de rappels ?
- Que se passe-t-il si des visites ou des déplacements perturbent cette routine ?