



Communiquer autrement
avec les aînés



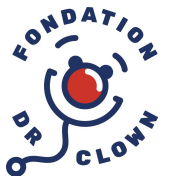
Michèle Sirois

- Clown thérapeutique 16 ans d'expérience
- Comédienne
- Conférencière/formatrice
- Coach
- Formation d'infirmière



Rosalie Hudon Fecteau

- Clown thérapeutique depuis 18 ans
- Comédienne
- Formatrice
- Formée en arts clownesque en France



Ce que nous allons voir aujourd'hui

- Quand les mots s'envolent que reste-t-il ?
- Les 5 valeurs du clown et comment les adapter à votre travail quotidien
- Petit glossaire pour atteindre des moments magiques
- L'importance de prendre soin de soi
- Période de questions



Quelle est votre
pourquoi, votre intention ?





Troubles neuro-cognitifs majeurs

Appellation parapluie: Démence

- **Plusieurs types de maladies dans les troubles neurocognitifs majeurs:**
 - Maladie d'Alzheimer (60%)
 - À corps de Lewy
 - Frontale
 - Vasculaire
 - Mixte
 - Parkinson

Impacts

- **Perte progressive des habiletés cognitives comme:**
 - La mémoire
 - L'attention
 - La compréhension (dont l'humour)
 - La reconnaissance de la personne, de l'objet
 - Le jugement
 - Le langage

Que nous reste-t-il pour communiquer ?



Les émotions résistent à la maladie !



Neurones miroirs

- S'activent quand on voit quelqu'un exécuter une action, par exemple:
 - sourire
 - gagner une médaille
 - avoir mal
 - danser...
- L'émotion est reproduite dans notre cerveau
- Jouent un rôle dans notre capacité à décoder l'émotion de l'autre



Générer des émotions positives

- Préserve un lien de communication
- Reconnaît la personne
- Lui permet de s'exprimer
- Plus satisfaisant pour tous





La valse à 20 ans

Communiquer sans les mots

L'attitude
empathique

Les gestes

Les rythmes

La musique

L'environnement

La réminiscence



**Nous sommes
témoins
de petits
miracles**



Objectif

Vous inspirer à utiliser des modes de **communication** basés sur l'émotion **bienveillante**



Des outils universels

LES 5 VALEURS DU CLOWN

Les 5 valeurs du clown

Ce sont
fondamentalement des
valeurs **humaines**

- **Simplicité**
- **Honnêteté**
- **Légèreté**
- **Ouverture**
- **Joie**



Simplicité

- Une **seule** chose à la fois
- Prendre le **temps** (nous fait gagner du temps)
- Être **attentif**



Honnêteté

- Être authentique
- Émotions vraies



Légereté

- **Ne pas se prendre au sérieux** (malgré le sérieux de la situation).
- **Aimer** qui nous sommes
- **Ne pas se juger**



Ouverture

- Être dans le moment **présent**
- Avoir des **antennes**
- **Voir** l'autre
- **Laisser de côté** nos préjugés



Joie

- Se **connecter** à sa joie
- La chercher dans les **sourires** des autres
- S'accorder du **temps**
- Prendre du **plaisir**





Histoire:
Le nom qui s'envole...

Qu'est-ce que ça veut
dire pour **vous** tout ça?



**PETIT GLOSSAIRE POUR
ATTEINDRE DES MOMENTS
MAGIQUES**

L'intention de bienveillance



La voix



Le ton

Une voix **calme et rassurante**

Débit assez **lent**

Valider



Le point fixe

Lecture du corps, de l'intention et même de l'émotion

Le point fixe permet de valider, de converser avec le corps et d'avancer sûrement dans une proposition



Petit protocole d'entrée en contact

Avant de rentrer :

1-Point fixe 3 secondes

2-On **respire** consciemment

3-On se **reconnecte** avec :

Son intention de
bienveillance

Sa légèreté

Sa joie



Présentation de soi et de la tâche



1- Faire une **lecture** de la chambre

2- **Accomplir** une **seule** chose à la fois

3- **Dire** ce qu'on va faire

La tâche et le toucher

La tâche

Être à l'écoute (antennes). **Se connecter** sur les changements

Le toucher

La qualité du toucher passe par une **main pleine et assurée**



Chanson



Chansons: Frère Jacques, À la claire fontaine, Alouette, Prendre un petit coup, Parlez-moi d'amour, La vie en rose, You are my sunshine, Dodo ti pitit manman (créole), O sole mio (italien)

Valorisation

Reconnaissance de l'histoire de la personne, de son humour, de son vécu

Laisser la personne accomplir une tâche



Comment se positionner physiquement



Si vous êtes debout en face cela envoie comme message; **je suis en charge**

Si vous êtes à côté, dans la même position cela envoie ; **nous sommes des partenaires**

Assurez-vous que la personne vous voit et vous entend bien

Le départ

- **Soutenir le regard** avant de disparaître
- **Un point fixe dans le cadre de la porte**
- Et pourquoi pas un **petit geste ludique**?



La bienveillance envers soi

L'IMPORTANT DE PRENDRE SOIN DE **SOI**

**Prendre soin
de soi...**



Comment y arriver?

1. Déculpabiliser
2. Ne pas rester seul-seule
3. Poser ses **limites**
4. Avoir du temps pour **soi**
5. Reconnaître quand il est temps de demander de l'aide



Exercice simple de gestion du stress

- **Le 365**

3 fois par jour

6 minutes

5 cinq secondes pour l'inspiration, 5 sec pour l'expiration

- **Bouger**

- **Rire**



Ressources disponibles

L'APPUI

<https://www.lappui.org>

Info-aidant 1 855 852 7784

ORDRE DES PSYCHOLOGUES DU QUÉBEC

<https://www.ordrepsy.qc.ca>

CENTRE D'ÉTUDES SUR LE STRESS HUMAIN

<https://stresshumain.ca/>



Des questions ?





Un énorme **MERCI** à vous pour votre présence ici et sur le terrain.

Communiquez avec notre Faculté d'art Clownesque pour :

FACULTÉ
D'ART
CLOWNESQUE

faculteartclownesque.ca

- Accueillir une version plus longue de cette **conférence** dans votre milieu de travail
- Pour apprendre à mettre en **pratique** ce que vous venez d'entendre avec **notre atelier de 3h : Accompagner avec légèreté.** Chez vous ou chez nous
- Découvrir le SHLOJ qui sommeille en vous avec notre **Parcours Découverte**
- Donnez vie à votre essence clownesque avec notre **Parcours Professionnel**

Restons en contact abonnez-vous à notre infolettre : fondationdrclown.ca

