

# Accompagner les personnes âgées et leurs proches pour l'utilisation des tablettes électroniques comme moyen de communication



Le maintien de relations interpersonnelles significatives est un facteur qui contribue à améliorer la qualité de vie des personnes âgées. Le contexte actuel de pandémie ou d'autres contraintes empêchant les visites à la personne (ex. : gastroentérite, distance géographique), nous amènent à se tourner vers les moyens technologiques tels que les tablettes électroniques pour permettre de maintenir une certaine proximité. Dans le but de favoriser des échanges positifs et de qualité entre la personne et ses proches, voici quelques éléments à considérer pour bien les accompagner.

## Avant la rencontre virtuelle :

- Transmettre aux proches l'aide-mémoire leur étant destiné et les référer vers la [capsule du Dr Philippe Voyer\\*](#);
- Spécifier que la vidéo s'adresse aux proches de personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer, mais que celle-ci peut tout de même offrir des stratégies intéressantes pour des personnes âgées;
- Sélectionner le moment de la journée qui semble le plus propice pour l'utilisateur et privilégier une séance par jour puisque cela peut engendrer une certaine charge émotionnelle et cognitive;
- Planifier la rencontre virtuelle avec les proches et prendre le temps de les accompagner dans les étapes de connexion, au besoin;
- Déterminer à l'avance une durée approximative pour la rencontre;
- Sélectionner l'environnement avec soin : éliminer les autres sources de stimuli (ex. : radio, télévision, circulation du corridor), prêter attention à l'éclairage (ex. : le reflet de la lumière extérieure provenant des fenêtres peut être aveuglant) et vous assurer que l'échange ne sera pas interrompu par une personne qui se présenterait de façon imprévue;
- Être vigilant quant au positionnement de la tablette versus les caractéristiques et les problématiques physiques de l'utilisateur (ex. : surdité d'une oreille, dégénérescence maculaire, héminégligence, etc.);
- Pour certains usagers, il peut être gagnant d'établir la communication avec les proches avant d'entrer dans la chambre pour éviter un refus de leur part.



### **Pendant la rencontre virtuelle :**

- Si la personne n'a pas besoin d'accompagnement durant la rencontre, lui laisser un moment d'intimité seule avec ses proches en venant simplement vérifier de temps à autre que tout se déroule comme prévu;
- Au besoin, alimenter les discussions en encourageant les proches à :
  - Parler de ce qu'ils ont fait au cours de leur journée ou de leur semaine en mettant l'accent sur le positif;
  - Rappeler un souvenir heureux et lointain avec précision;
  - Demander conseil à l'usager et ainsi augmenter son sentiment d'utilité et de compétence;
- Faire une visite virtuelle du lieu où ils se trouvent ou montrer un objet significatif pour la personne;
- Chanter, mettre de la musique.
- Recadrer les questions susceptibles de mettre en échec la personne dans sa capacité d'y répondre ou de provoquer de l'anxiété;
- Être attentif au non verbal de la personne pour repérer les signes de fatigue, d'inconfort ou de joie;
- S'assurer que la rencontre se termine sur une note positive autant que possible.

### **Après la rencontre virtuelle :**

- Faire un bref retour avec l'usager;
- Offrir une rétroaction aux proches lorsque possible ou si vous avez remarqué des éléments en particulier durant l'échange ou à sa suite;
- Procéder au nettoyage de la tablette.

\* Adresse pour consulter la capsule vidéo du Dr Philippe Voyer :

<https://www.youtube.com/watch?v=zmyUA5c2fQQ&list=PLDeZyroxJyARWgFxiOKS3vJIPp72mu1qP&index=62>