



Institut de réadaptation
en déficience physique
de Québec
Institut universitaire

Banque d'activités en ergothérapie

par

**les ergothérapeutes de l'IRD PQ
clientèle enfants-adolescents**

Jun 2006

© Institut de réadaptation en déficience
physique de Québec, 2003



Préambule

L'équipe d'ergothérapeutes travaillant auprès de la clientèle des enfants et des adolescents de l'Institut de réadaptation en déficience physique de Québec (IRDQP) a développé, depuis plusieurs années, un outil de travail qui lui permet de créer des **programmes d'activités personnalisés** à l'intention des parents et des éducateurs.

Il s'agit d'une banque qui recueille un très grand nombre d'activités classées selon différentes catégories en fonction des objectifs à atteindre avec les clients (*voir l'**index des catégories** du Manuel d'utilisation ci-joint*). Ces activités stimulent le développement psychomoteur et diverses habiletés essentielles à la réalisation des habitudes de vie des enfants. En consultant cette banque, vous remarquerez que certaines activités se retrouvent dans plusieurs catégories, puisqu'elles peuvent travailler différents aspects simultanément.

Bien qu'il existe de nombreux livres et sites Internet sur le sujet, aucun, à notre connaissance, ne permet de créer rapidement et facilement des programmes d'activités en ergothérapie. Depuis plus de 15 ans, les ergothérapeutes ont cumulé ces idées d'activités à partir de leur expérience et en consultant divers ouvrages sur le sujet. Mentionnons ici les plus récents volumes qui les ont inspirées (activités et images) : *Fine motor dysfunction*, *Pre-writing skills*, *Pre-scissors skills*, *Pre-dressing skills*, et *Positioning for play*, tous disponibles aux éditions *Therapy et Communication Skill Builders*. Pour votre bénéfice, nous avons répertorié des **sites Internet** riches de renseignements utiles pour votre travail au quotidien (*consulter la partie 2 sous le titre « Activités de la vie quotidienne — AVQ »*). Évidemment, cet outil fera l'objet de mises à jour occasionnelles. **Vos suggestions ou commentaires pour améliorer et bonifier cette banque d'activités seront très appréciés. Nous vous invitons à nous les transmettre par courrier électronique à l'adresse suivante : BAE@irdpq.qc.ca**

Nous **remercions** tous nos précieux collaborateurs de ce projet d'envergure. Soulignons la participation exceptionnelle des ergothérapeutes des programmes à l'enfance de l'IRDQP, l'appui exemplaire de M^{me} Hélène Roussel du service informatique, et le soutien de la Direction des services à la clientèle des enfants et adolescents, de la Direction de l'enseignement et du soutien scientifique et du Service des communications et relations publiques.

Pour information :

Institut de réadaptation en déficience physique de Québec (IRDQP)
525, boulevard Wilfrid-Hamel
Québec (Québec) G1M 2S8
Téléphone : 418 529-9141
www.irdpq.qc.ca

MANUEL D'UTILISATION

Pour créer des programmes d'activités personnalisés, vous devez travailler avec deux applications différentes, **Adobe Reader 7.0** et **Microsoft Word** ou une autre application similaire.

Ouvrir d'abord la banque d'activités, sans oublier de faire **afficher les signets** (*ceux-ci correspondent à l'index des catégories ci-inclus*), puis ouvrir un document Word. Naviguer dans la banque et copier les activités à importer dans votre programme. Noter que le **texte et les images s'importent séparément**, et qu'il est possible d'effectuer des modifications dans le texte et le format d'une image lorsqu'ils sont insérés dans un programme d'activités.

Pour sélectionner le texte et les images

Afin d'obtenir les fonctions « Main », « Sélection » et « Instantané », la barre d'**outils de base** doit être affichée. Pour ce faire, dans la barre d'outils, aller dans « Affichage » → puis « Barre d'outils » → et cocher « Outils de base ».

Texte en mode **Sélection** [I▶] :

- Sélectionner l'activité désirée (*faire glisser la souris sur le texte en maintenant enfoncé le bouton gauche de la souris*);
- Copier l'activité en utilisant les fonctions de votre choix (*Ctrl+C, clic sur bouton droit de la souris ou Édition dans la barre d'outils*);
- Ouvrir le document Word et coller le texte dans le programme.

Images en mode **Instantané** [☒] :

Pour encadrer l'image à copier :

- Placer le curseur dans le coin supérieur gauche de l'image et maintenir enfoncé le bouton gauche de la souris;
- Faire glisser le curseur vers le coin inférieur gauche, puis vers le coin inférieur droit (*la copie ou photo de l'image est prise au moment où on relâche le bouton de la souris*);
- Coller l'image dans le document Word.

INDEX DES CATÉGORIES

PARTIE 1

DÉVELOPPEMENT

☐ MOTRICITÉ GLOBALE

- ✓ Contrôle de la tête
- ✓ Contrôle du tronc
- ✓ Déplacements (exploration)
- ✓ Planification motrice
- ✓ Équilibre debout
- ✓ Équilibre postural

☐ MEMBRES SUPÉRIEURS

- ✓ Inhibition des membres supérieurs
- ✓ Force aux épaules
- ✓ Force de préhension
- ✓ Cocontraction de la ceinture scapulaire
- ✓ Fonction d'appui
- ✓ Dégagement des membres supérieurs
- ✓ Supination
- ✓ Coordination oculomotrice

☐ MOTRICITÉ FINE

- ✓ Préhension/relâchement
 - Préhension palmaire
 - Pincés
- ✓ Dissociation des mouvements
 - Dissociation du poignet et de l'avant-bras
 - Dissociation des doigts
 - Dégagement de l'index
- ✓ Dextérité
- ✓ Stimuler l'intérêt au graphisme

- ✓ **Utilisation du crayon**
 - Activités « conscience kinesthésique » des mains et des doigts (habiletés préécriture)
 - Stabilité et contrôle aux membres supérieurs
 - Stabilité et contrôle du poignet
 - Mouvement directionnel des lettres
 - Écriture pour gaucher
- ✓ **Utilisation des ciseaux**
- ✓ **Utilisation complémentaire des mains**

☐ **STIMULATIONS SENSORIELLES**

- ✓ **Stimulations tactiles**
- ✓ **Stimulations vestibulaires**
- ✓ **Stimulations proprioceptives**
- ✓ **Stimulations visuelles**
 - Fixation visuelle
 - Poursuite visuelle
- ✓ **Stimulations auditives**

☐ **ASPECT PERCEPTIVO-COGNITIF**

- ✓ **Éveil-intérêt**
- ✓ **Permanence de l'objet**
- ✓ **Relation contenu/contenant**
- ✓ **Relation de cause à effet**
- ✓ **Notion de couleur**
 - Discrimination
 - Identification
- ✓ **Notion de grandeur**
 - Discrimination
 - Identification
- ✓ **Notion de forme**
 - Discrimination
 - Identification
 - Constance de la forme
 - Imitation de formes
 - Copie de formes
- ✓ **Notion d'espace**
 - Positions spatiales

- Relations spatiales et habiletés de construction visuographique
- Figure-fond
- ✓ **Notion de nombre**
- ✓ **Conscience du corps**
 - Concept corporel
 - Discrimination droite/gauche
 - Schéma corporel
 - Perception tactile
 - Conscience du membre atteint
 - Symétrie corporelle
- ✓ **Croisement de la ligne médiane**
- ✓ **Intégration bilatérale**
 - Activités bilatérales symétriques sans rotation
 - Activités bilatérales symétriques avec rotation
 - Activités bilatérales asymétriques sans rotation
 - Activités bilatérales asymétriques avec rotation
- ✓ **Mouvements réciproques et alternatifs des membres supérieurs**
- ✓ **Praxies**
 - Motrices
 - Habillage
- ✓ **Attention-concentration**
- ✓ **Mémoire visuelle**
- ✓ **Orientation dans le temps**
- ✓ **Jeux fonctionnels – jeux d’association**

PARTIE 2

ACTIVITÉS DE LA VIE QUOTIDIENNE (AVQ)

- ❑ **HABILLAGE DE L’ENFANT**
 - ✓ Principes généraux
 - ✓ Positions favorables à l’habillage
- ❑ **TRANSPORT DE L’ENFANT**
- ❑ **ENTRAÎNEMENT PROPRETÉ**
 - ✓ Facteurs facilitants
 - ✓ Particularités

- ✓ Préentraînement
- ✓ Procédure
- ✓ Postentraînement

DÉGLUTITION

☐ ENVIRONNEMENT D'APPRENTISSAGE

- ✓ Que votre enfant apprenne à reconnaître qu'on va lui donner à manger
- ✓ Que votre enfant démontre plus d'intérêt par rapport à la nourriture et participe plus activement au repas
- ✓ Que votre enfant se sente bien et qu'il ait du plaisir au cours d'activités se rapportant à l'alimentation
- ✓ Que votre enfant soit moins agité pendant le repas
- ✓ Que votre enfant exprime davantage ses besoins et ses désirs au regard des aliments
- ✓ Que votre enfant accepte de se faire aider à l'heure du repas

☐ ENVIRONNEMENT SENSORIEL

- ✓ Que votre enfant réagisse de façon moins exagérée aux différentes stimulations
- ✓ Que votre enfant réagisse davantage aux stimulations
- ✓ Que votre enfant soit moins défensif vis-à-vis des stimulations
- ✓ Que votre enfant accepte plus facilement les manipulations autour de la bouche et dans la bouche

☐ POSTURE

- ✓ Que votre enfant soit installé le plus adéquatement possible au moment de l'alimenter
- ✓ Que votre enfant soit installé dans la position la plus facilitante au moment de l'alimenter
- ✓ Que votre enfant développe plus de stabilité au niveau de la mâchoire en vue d'obtenir de meilleurs mouvements des lèvres et de la langue

☐ HYPOTONIE DES STRUCTURES ORALES

- ✓ Que votre enfant développe plus de tonus et de mobilité des joues, des lèvres et de la langue

☐ HYPERTONIE DES STRUCTURES ORALES

- ✓ Que le tonus des joues et des lèvres soit diminué

☐ TECHNIQUES D'ALIMENTATION

- ✓ Que votre enfant soit nourri de la façon la plus efficace

SÉLECTION DES ALIMENTS

- ✓ Que la nourriture présentée à l'enfant lui permette de développer ses habiletés au maximum

PROCESSUS DE DÉGLUTITION

- ✓ Que la succion devienne plus efficace : rythmée, soutenue et forte
- ✓ Que le mâchonnement et la mastication se développent
- ✓ Que l'enfant développe un réflexe d'avalement plus efficace

PROBLÈMES SPÉCIFIQUES

- ✓ Que les nausées soient moins fréquentes et moins vives
- ✓ Que le réflexe gastro-oesophagien diminue
- ✓ Que l'enfant développe un meilleur contrôle de la salive
- ✓ Que le gavage de votre enfant soit vécu positivement

AUTONOMIE

- ✓ Que votre enfant apprenne à se servir de la cuillère
- ✓ Que votre enfant apprenne à se servir du verre
- ✓ Que votre enfant apprenne à boire à la paille

CLIENTÈLE ARTHRITIQUE

FORCE MUSCULAIRE

DEXTÉRITÉ

MOBILITÉ ARTICULAIRE

- ✓ Extension des doigts et du poignet
- ✓ Mouvements à l'avant-bras, au coude et à l'épaule

PROTECTION ARTICULAIRE

- ✓ Diminuer le stress sur les articulations et la douleur

PÂTE THÉRAPEUTIQUE

EXTENSION DES COUDES

❑ **MOUVEMENTS DES AVANT-BRAS**

❑ **MOUVEMENTS DES POIGNETS**

- ✓ Déviation radiale et ulnaire
- ✓ Extension du poignet
- ✓ Flexion du poignet

❑ **MOUVEMENTS DES DOIGTS**

- ✓ Pincés terminales : tous les doigts
- ✓ Pincés terminales : un doigt et le pouce
- ✓ Pincés pulpaire
- ✓ Pincés latérales
- ✓ Pincés tridigitales
- ✓ Flexion des doigts
- ✓ Flexion des doigts séparément
- ✓ Flexion intrinsèque des doigts
- ✓ Interosseux
- ✓ Extension de tous les doigts
- ✓ Extension des doigts séparément
- ✓ Adduction des doigts
- ✓ Abduction des doigts
- ✓ Flexion du pouce
- ✓ Extension du pouce
- ✓ Abduction du pouce
- ✓ Adduction du pouce

PROTHÈSE

❑ **ENTRETIEN ET HYGIÈNE**

- ✓ Généralités
- ✓ Particularités : prothèse myoélectrique

❑ **PORT**

- ✓ Port cosmétique
- ✓ Mettre la prothèse humérale

- ✓ Enlever la prothèse humérale
- ✓ Prothèse myoélectrique

☐ **ENTRAÎNEMENT**

- ✓ Généralités
- ✓ Intégration de la prothèse
- ✓ Fonction d'appui – réactions de protection
- ✓ Préhensions/relâchements

SITES DE RÉFÉRENCES SUR LE WEB

SITES POUR ENFANTS (jeux, images, activités, etc.)