



Rapport de recherche

PROGRAMME ACTIONS CONCERTÉES

Effets, acceptabilité et faisabilité d'un programme de réminiscence en modalité virtuelle visant à atténuer les conséquences de l'isolement social en période de confinement chez les personnes âgées en résidences

Chercheuse principale

Maude Dessureault, Université du Québec à Trois-Rivières

Cochercheurs

Richard Maziade, président de la FROHMCQ
Lyson Marcoux, Université du Québec à Trois-Rivières
Clémence Dallaire, Université Laval

Établissement gestionnaire de la subvention

Université du Québec à Trois-Rivières

Numéro du projet de recherche

2021-0QBA-297661

Titre de l'Action concertée

Programme de recherche-action pour un vieillissement actif de la population du Québec pendant une période de confinement

Partenaire(s) de l'Action concertée

Le Secrétariat aux aînés du ministère de la Santé et des Services sociaux et le Fonds de recherche du Québec – Société et culture (FRQSC)

Remerciements

Nous souhaitons transmettre nos plus sincères remerciements aux personnes suivantes, qui ont toutes contribué au succès de ce projet de recherche :

- Les seize personnes aînées qui ont participé à ce projet de recherche
- Le personnel de la résidence urbaine et son équipe de direction
- Le personnel de la résidence rurale et son équipe de direction
- Le personnel du CHSLD impliqué
- Marie-Ève Leblanc, inf. PhD, professionnelle de recherche, UQTR
- Gabrièle Dubuc, candidate PhD en psychologie, assistante de recherche, UQTR
- Sylvie Rey, inf. PhD, professeure au département des Sciences Infirmières, UQTR
- Fannie Dupont, inf., candidate PhD en Sciences Infirmières, UOttawa
- Étienne Courchesne-Delisle, étudiant au bac en psychologie, assistant de recherche, UQTR
- Léa Durocher, inf., candidate M.Sc en sciences infirmières, assistante de recherche, UQTR
- Jeanne Gagnon, étudiante au bac en psychologie, assistante de recherche, UQTR
- Marie-Pier Ouellet, étudiante au bac en psychologie, assistante de recherche, UQTR

Table des matières

Partie A — Contexte de la recherche.....	2
Partie B — Méthodologie	5
Partie C — Principaux résultats.....	7
Partie D — Pistes de solution ou d’actions soutenues par les résultats de la recherche.....	17
Partie E — Nouvelles pistes ou questions de recherche	22
Partie F — Références	23
Appendice A – Le programme de réminiscence de Stinson.....	26
Appendice B – Les outils de collecte de données.....	28
Appendice C – Analyse des données.....	61
Appendice D – Caractéristiques des personnes participantes.....	63
Appendice E – Acceptabilité	67
Appendice F – Attrition et présence aux rencontres.....	71
Appendice G – Faisabilité.....	73
Appendice H – Manuel de formation version recherche	81
Appendice I – Manuel d’interventions version recherche	92

Rapport de recherche complet

Partie A — Contexte de la recherche

Problématique

Les personnes âgées en situation d'isolement social présentent une probabilité accrue de mortalité, de l'ordre de 29% (1). En effet, lorsque les contacts avec autrui deviennent peu fréquents et de piètre qualité, la personne âgée peut subir de nombreuses conséquences négatives, dont notamment l'apparition de symptômes dépressifs, une diminution des capacités cognitives, un déclin fonctionnel, de la malnutrition, une diminution de la satisfaction envers la vie, un plus grand usage des services de santé et un risque accru d'admission en soins de longue durée (1-3). Or, la récente période de confinement associée à la COVID-19 a eu pour effet d'exacerber l'isolement social des personnes âgées dans les résidences pour personnes âgées, les centres de soins de longue durée et la communauté (4) a nécessité la recherche de moyens novateurs pour le contrer. Comme rapporté dans la littérature scientifique, des collaborateurs membres d'équipes de soins à domicile, et le cochercheur issu des milieux de pratique de ce projet, avaient confirmé à la chercheuse principale être témoins sur le terrain des effets négatifs de l'isolement social des personnes âgées, et étaient à la recherche de solutions.

Parmi les interventions possibles face à l'isolement social des personnes âgées, les programmes de reminiscence sont les plus courants dans les milieux de soins institutionnalisés pour personnes âgées (5). Lorsqu'elle est offerte en groupe, l'intervention de reminiscence est composée de rencontres planifiées, au cours desquelles des événements passés sont rappelés et où les personnes parlent de leur vie et racontent leurs souvenirs (6). Plus précisément, la personne âgée y est invitée à partager ses souvenirs, alors qu'un intervenant sert de guide et d'animateur pendant des discussions autour de thèmes de souvenirs définis. Des photos et autres accessoires susceptibles de stimuler les souvenirs sont aussi utilisés (7). Très peu coûteuses et n'ayant pas de conditions d'implantation complexes, les interventions de reminiscences

semblent une avenue très intéressante pour atténuer les conséquences de l'isolement social chez les personnes âgées dans la communauté et leur procurer des émotions positives (8, 9). Les effets positifs de la réminiscence pour les personnes âgées sans atteintes cognitives sont une diminution des symptômes dépressifs, une amélioration du bien-être, un sentiment de paix, de la satisfaction de vivre, une amélioration de la qualité de vie, de l'engagement social, une réduction de l'anxiété et une amélioration des facultés cognitives et/ou de la mémoire (10, 11). Toutefois, une période de confinement ou encore des défis organisationnels quotidiens appellent à reconsidérer les modalités ou moyens d'offrir ce type d'activités aux personnes âgées, dans une approche de transformation des pratiques par étapes, permettant une reconnaissance des défis, besoins, et singularité des milieux et des personnes qui les habitent.

Objectifs poursuivis

Ce projet avait pour but d'explorer l'acceptabilité, la faisabilité et les effets préliminaires d'un programme de réminiscence structuré offert par visioconférence, à des personnes âgées demeurant en résidence et leurs proches. Comme une telle intervention n'a jamais été proposée à distance, le projet visait également l'adaptation d'un programme de réminiscence existant et la production d'un manuel d'interventions détaillé pour une prestation en visioconférence.

L'évaluation de l'acceptabilité consiste à demander aux personnes participantes si elles considèrent le programme de réminiscence vécu comment étant approprié pour contrer leur isolement, raisonnable, adapté et pratique pour une application dans leur vie quotidienne, et satisfaisant leurs attentes (12). L'acceptabilité est aussi essentielle pour l'adoption éventuelle du programme par des résidences, car une intervention perçue comme inacceptable n'est généralement pas adoptée, et n'entraîne donc pas les résultats escomptés (13). Évaluer l'acceptabilité permet également d'ajuster le programme offert pour qu'il réponde le mieux possible aux besoins des personnes. Dans le même sens, l'acceptabilité est également évaluée auprès des animatrices des rencontres (14).

L'évaluation de la faisabilité consiste quant à elle à déterminer si l'intervention peut être exécutée avec succès par les interventionnistes (personnes qui offrent l'intervention ou animatrices) et livrée aux personnes participantes comme prévu (15). Elle réfère à la logistique, soit les procédures et ressources requises pour l'application du programme de réminiscence ainsi que la praticabilité de son application, c'est-à-dire jusqu'à quel point les composantes et activités prévues sont appliquées aisément, selon le mode d'application et l'intensité recommandés par le manuel d'interventions du programme (14). Évaluer la faisabilité permet de tenir compte de la spécificité du contexte où se déroule le programme, d'identifier les barrières à son implantation éventuelle et d'apporter des ajustements, afin qu'il soit le plus adapté possible à la réalité du terrain. Aux mêmes fins, certains facilitateurs à l'implantation sont également documentés.

Enfin, l'évaluation des effets préliminaires d'un programme permet de préciser sa valeur pour atteindre les indicateurs de résultats envisagés auprès des personnes recevant l'intervention (16). Le caractère préliminaire est essentiel dans cette situation où la modalité d'administration de l'intervention proposée et son contexte (visioconférence en résidence pour personnes âgées) n'avaient, à notre connaissance, pas encore fait l'objet d'études.

Questions de recherche

Les questions de recherche étaient donc les suivantes :

- 1) Quelle est l'acceptabilité d'un programme de réminiscence administré en visioconférence auprès de personnes âgées en résidence et leurs proches?
- 2) Quelle est la faisabilité d'un programme de réminiscence administré en visioconférence auprès de personnes âgées en résidence et de leurs proches?
- 3) Quels sont les effets préliminaires d'un programme de réminiscence administré en visioconférence auprès de personnes âgées en résidence et leurs proches?

Partie B — Méthodologie

Description et justification de l'approche méthodologique

L'évaluation de nouvelles interventions se réalise traditionnellement par un processus de recherche en plusieurs phases. Le projet présenté ici représente l'une de ces phases et prend la forme d'une étude pilote, c'est-à-dire une étude de petite échelle utilisant des méthodes mixtes, et visant à explorer l'acceptabilité, la faisabilité et la capacité de l'intervention à induire un effet chez les participants (14). Ce type d'étude permet aussi d'explorer la présence d'enjeux méthodologiques et d'ajuster la méthodologie en conséquence, avant la réalisation de projets de mise à l'essai de plus grande envergure (14, 15).

Au début du projet, la littérature a été consultée afin de choisir un programme de reminiscence répondant à certains critères, c'est-à-dire : adéquat pour la population visée, supporté par des cadres de références et des données empiriques, suffisamment bien décrit pour être répliquable, et pouvant être adapté à une offre en visioconférence. Au terme de cette recension, le programme de reminiscence de Stinson (17) a été retenu. Il comporte douze rencontres de reminiscence d'une heure, offertes deux fois par semaine, pendant 6 semaines (voir Appendice A). Nous avons ensuite adapté ce programme pour un usage en visioconférence et produit un manuel d'interventions détaillé, qui a été révisé au terme du projet.

L'étude pilote a été réalisée auprès de seize personnes participantes, provenant de deux résidences pour personnes âgées de type OSBL d'habitation. Le projet a aussi nécessité l'implication de deux infirmières spécialisées en soins aux personnes âgées, pour animer les rencontres de reminiscence, ainsi que de deux personnes-ressources (membres de l'équipe de recherche), pour l'installation des personnes participantes. Deux petits groupes de reminiscences ont été formés dans chacune des résidences. L'application Zoom®, des tablettes électroniques et des micros-casques ont également été utilisés. Le matériel d'appui à l'animation était des diapositives PowerPoint® comportant essentiellement des photos anciennes personnelles ou issues de banques publiques, et des liens vidéos Youtube®.

Outils de collecte de données (Appendice B)

Un questionnaire sociodémographique et d'histoire de vie, différentes échelles standardisées, et des entrevues semi-dirigées ont été utilisés auprès de toutes les personnes participantes. La captation vidéo des rencontres de réminiscence, la tenue de journaux de bord par les animatrices et les personnes-ressources et une discussion focalisée avec les deux animatrices ont aussi été réalisées.

Analyse des données (Appendice C)

Des médianes ont été calculées pour chacun des indicateurs de résultats évalués. Puis des analyses de contenu selon la méthode de Paillé et Mucchielli (18) ont été réalisées pour les données qualitatives recueillies.

Modifications apportées au devis initial

Nous envisagions au départ un devis quasi expérimental avec groupe témoin non équivalent. Toutefois, nous avons rapidement constaté que cela n'était pas réaliste, pour différentes raisons : recrutement de milieux et de personnes âgées très difficile en contexte de pandémie et de pénurie de personnel dans les OSBL d'habitation pour personnes âgées, refus des personnes participantes de s'engager dans une activité de groupe à attribution aléatoire, et fragilité de leur état de santé compliquant la possibilité pour elles de s'engager à long terme (le groupe témoin devant attendre six semaines avant d'avoir l'intervention). Aussi, bien que la recherche-action vise la transformation des pratiques par les acteurs du terrain, le contexte pandémique et les responsabilités en découlant ne permettaient pas cet engagement intense de leur part. Nous avons donc sollicité leur contribution pour le recrutement et leur connaissance du milieu, mais l'équipe de recherche a entièrement pris en charge le programme de réminiscence. Ainsi, en respectant ces limites à l'engagement des milieux, nous leur avons permis d'être témoins du déroulement des activités et cela a piqué leur curiosité et leur intérêt. Ils attendent d'ailleurs la sortie du manuel d'interventions avec enthousiasme.

Partie C — Principaux résultats

Les caractéristiques des personnes participantes

Les personnes participant au programme de réminiscence étaient des personnes âgées demeurant dans deux résidences OSBL d'habitation pour personnes âgées, et leurs proches. L'une des résidences était en milieu urbain (ville de taille moyenne – 142 000 habitants), et l'autre en milieu rural (village de 2500 habitants), dans la même région administrative. Les deux milieux offraient des soins aux personnes âgées semi-autonomes, mais seulement l'un d'entre eux offrait des soins d'assistance (p. ex., hygiène, habillement, continence, déplacements).

Douze personnes âgées (11 femmes et 1 homme) et quatre proches (3 femmes et 1 homme) ont pu être recrutés. Les participants âgés¹ étaient âgés de 82 à 100 ans, portant l'âge médian à 90 ans. Deux profils se dégagent du côté des proches, puisque deux proches étaient dans la soixantaine, et les deux autres avaient plus de 75 ans. Les deux proches plus jeunes avaient des liens filiaux avec leurs personnes âgées participantes. Tandis que pour les deux proches plus âgés, l'un avait un lien fraternel avec une personne âgée et l'autre avait un lien conjugal avec une personne âgée. Nous n'avons pas consulté les dossiers de santé des personnes participantes – parce que ce n'était pas nécessaire pour les fins de notre projet – mais un simple contact avec elles a permis de constater chez certains : des déficits cognitifs légers, des déficiences auditives ou visuelles, des maladies chroniques et des déplacements par chaise roulante ou avec auxiliaires de marche.

Aussi, l'un des proches avait la particularité d'habiter dans un centre de soins de longue durée (CHSLD). Ce n'était pas une situation que nous avons spontanément envisagée au départ, mais comme cette proposition est arrivée d'elle-même lors du recrutement, nous avons accepté et prévu un léger accommodement, soit d'avoir une personne-ressource supplémentaire pour l'installation spécifique de ce

¹ L'expression « participant âgé » au masculin est utilisée pour assurer l'anonymat des personnes.

proche. Bien entendu, la collaboration de l'équipe soignante de l'unité de vie de ce proche était aussi essentielle, pour qu'il soit prêt à temps pour l'activité ou que ses soins ne soient pas prévus au même moment que ses rencontres de réminiscence. Le Tableau 1 indique la composition des groupes.

Tableau 1. Composition des groupes de réminiscence

Résidence Y – Gr 1	Résidence Y – Gr 2	Résidence Z – Gr 1	Résidence Z – Gr 2
Ainé(e) 84 ans Ainé(e) 92 ans Ainé(e) 97 ans Proche 78 ans	Ainé(e) 83 ans Ainé(e) 89 ans Ainé(e) 91 ans Proche 65 ans Proche 67 ans	Ainé(e) 87 ans Ainé(e) 91 ans Ainé(e) 96 ans	Ainé(e) 82 ans Ainé(e) 85 ans Ainé(e) 100 ans Proche 86 ans
Âge médian des personnes âgées : 90 ans		Âge médian des personnes âgées : 89 ans	
Animation par une infirmière ayant 7 ans d'expérience		Animation par une infirmière ayant plus de 30 ans d'expérience	

Au départ, tous les participants âgés ont rempli un questionnaire sociodémographique et d'histoire de vie (Appendice B) nous permettant de connaître leurs origines et certains aspects clés de leur vie, afin de personnaliser les rencontres de réminiscence. Nous avons également évalué auprès d'eux, par différents outils validés : la présence de symptômes dépressifs, leur niveau de bien-être psychologique, leur satisfaction envers la vie, et leur niveau de solitude ressenti. L'Appendice D présente en détail ces résultats.

Compte tenu de la taille de l'échantillon, l'utilité de ces données est restreinte à la description des personnes participantes. Aussi, malgré un contexte pandémique encore présent au moment de cette cueillette de données (printemps 2022), il apparaît que les signes de dépression légère ou de détresse psychologique modérée identifiés chez trois participants âgés pouvaient s'expliquer par d'autres événements de vie, soit les soucis financiers, le deuil, et les changements de rôles sociaux. Ensuite, toutes les personnes participantes avaient, à des degrés variables, un sentiment de satisfaction envers leur vie. La solitude subjective était toutefois davantage présente chez les personnes âgées que chez les proches.

Aussi, les proches ayant un profil d'âge similaire aux personnes âgées avaient des scores de solitude plus élevés que les proches plus jeunes.

Acceptabilité

L'Appendice E présente les indicateurs et éléments d'acceptabilité utilisés. Neuf personnes âgées (9) et tous les proches (4) ayant maintenu leur participation au projet, du début à la fin, ont réalisé une entrevue semi-dirigée liée à l'acceptabilité du projet. L'attrition est donc de trois âgés participants. L'Appendice F fournit quelques précisions à cet effet. Le caractère pratique de l'activité (Tableau 2) et la volonté de participer à nouveau sont les indicateurs les plus saillants chez les personnes âgées pour appuyer l'acceptabilité du programme de réminiscence.

Tableau 2. Caractère pratique de l'activité

Ce qui appuie le caractère pratique, selon les personnes âgées	Ce qui appuie le caractère pratique, selon les proches
<ul style="list-style-type: none"> - Activité sans déplacement - Activité facile d'installation - Activité pas compliquée - Confort pendant l'activité - Facilitant d'être chez soi pour l'activité (chambre ou appartement) 	<ul style="list-style-type: none"> - Bien organisé - Pouvoir avoir de l'aide pour se connecter

Il faut préciser que nous visions au départ de montrer aux personnes âgées comment utiliser la tablette électronique pour faire une visioconférence avec l'application Zoom®. Or, aucun participant âgé ne voulait faire cet apprentissage, certains allant même jusqu'à en poser une condition à leur participation au projet. L'installation et la connexion Zoom® étaient donc assurées par une personne-ressource, membre de l'équipe de recherche. Un seul participant âgé, à la troisième semaine, a demandé comment allumer ou éteindre son micro, dans l'éventualité où il aurait un appel téléphonique pendant la rencontre. Nous avons aussi tenté de laisser sur place, dans une des résidences, une boîte avec tout le matériel (tablette, micro-casque, consignes de connexion) pour exploration ou usage en dehors de nos rencontres,

mais aucun participant aîné ne s'est intéressé à celle-ci. Les personnes participantes avaient cependant été toutes exposées au matériel technologique et avaient expérimenté une rencontre Zoom® en réalisant leurs questionnaires avec une professionnelle de recherche avant le début du programme de réminiscence. Du côté des proches, le proche en CHSLD recevait le même service d'installation que les participants aînés (par une personne-ressource), et l'autre proche plus âgé a dû recevoir à quelques reprises de l'aide téléphonique pour parvenir à rejoindre la réunion Zoom®. Les deux proches plus jeunes étaient pleinement autonomes avec leur connexion.

Tous les participants aînés ont mentionné leur désir de participer à nouveau à ce type d'activités, à l'exception d'un, ce dernier disant avoir « fait le tour ». Trois participants aînés ont toutefois posé des conditions : l'état de santé doit le permettre (pour deux personnes aînées), et il faudrait que ce soit dans un an ou deux (pour un aîné). Les deux proches plus âgés désiraient aussi participer à nouveau, alors que les deux proches plus jeunes jugeaient qu'une seule participation était suffisante pour eux.

Nous avons également questionné les personnes participantes quant au caractère approprié des rencontres de réminiscence pour briser l'isolement social, et quant à son efficacité. Certains participants aînés ont eu de la difficulté à répondre à ce type de question, notamment parce qu'ils ne se considéraient pas eux-mêmes isolés socialement. La plupart des participants jugeaient cependant le programme de réminiscence approprié et efficace (voir Appendice E).

Appréciation générale

Questionnées sur leurs impressions générales, les personnes participantes ont toutes apprécié le programme de réminiscence, comme en témoignent les quelques commentaires présentés au Tableau 3. Les données d'observations (analyse des enregistrements vidéo) appuient aussi cette appréciation.

Tableau 3. Les impressions générales²

- Euh, moi j'ai adoré ça! - BD

² Les codes débutants par A ou B sont des participants aînés, alors que les P sont des proches.

- *J'ai bien aimé ça.* - PD
- *J'ai trouvé ça très intéressant.* - BA
- *Très très plaisant! J'ai bien aimé ça!* - BC
- *C'était le fun, j'ai bin bin bin aimé ça.* - AB
- *Bien, j'ai bien aimé. Je ne pensais pas trouver ça aussi bien (rire).* – PB
- *Oui j'ai aimé ça! [...] Personnellement, là, j'étais contente d'avoir accepté [de participer].* - AE
- *J'ai bien aimé ça la rencontre, avec les gens.* - PA
- *J'ai trouvé ça intéressant.* – AF

Les animatrices des rencontres de réminiscence ont également été questionnées quant à leur appréciation générale. Elles ont toutes deux beaucoup apprécié leur expérience et soulignent le plaisir d'entrer en relation avec les personnes participantes et la richesse des échanges vécus avec elles. Le Tableau 4 présente leurs témoignages.

Tableau 4. L'appréciation des animatrices

- *J'ai trouvé très agréable d'avoir ces rendez-vous, 2 fois par semaine, où tu dis à quelqu'un : on se voit jeudi, on se voit mardi à 10h, on va se retrouver [...] cette continuité.* – Animatrice B
- *Ce que j'ai le plus apprécié, c'est vraiment cette entrée en relation avec des personnes puis ce développement de liens.* – Animatrice B
- *D'avoir ce contact-là aussi qui n'était pas dans un contexte de donner/prodiguer des soins [...] [où] je finissais tout le temps par être associée en partie à celle qui fait mal ou celle qui donne la médication. Vraiment le fun en tant que professionnelle de la santé de sortir de ce contexte-là tout en gardant la relation avec les personnes âgées.* - Animatrice A
- *Rentrer en communication avec eux, en relation pour qu'ils me fassent confiance.* – Animatrice A

Aussi, peu d'inconvénients ont été rapportés par les personnes participantes. Le Tableau 5 présente ceux-ci. Plusieurs de ces éléments contribuent également à documenter la faisabilité du programme de réminiscence, puisqu'ils réfèrent à des aspects liés au contexte des rencontres de réminiscence, à leur déroulement ou au matériel utilisé.

Tableau 5. Les inconvénients ou les points faibles

Inconvénients ou points faibles évoqués	Participants³
Aucun	5 PA, 1 proche
Surdité/difficulté avec le casque d'écoute	2 PA, 1 proche
Abandon de l'activité par les pairs (attrition)/groupe plus petit suite � l'attrition	1 PA, 1 proche

³ PA signifie « participant aîné »

Disposition personnelle au moment prévu pour l'activité (état de santé variable)	1 PA
Devoir couper la parole quand un souvenir ressurgit, pour ne pas le perdre	1 PA
Photos anciennes d'une ville non fréquentée à l'époque - sans référents personnels	1 PA
Une certaine gêne au début (première semaine)	1 PA

Avantages et les effets perçus

Les personnes âgées rapportent des avantages et effets sur la mémoire et la socialisation, alors que les proches rapportent différents avantages et effets relationnels (voir Tableaux 6, 7 et 8).

Tableau 6. Effets perçus ou avantages liés à la mémoire (personnes âgées)

<p>Stimule le rappel des souvenirs :</p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>Pis ça nous rappelait des souvenirs, même des fois après on disait « Ah, j'aurais dû parler de ça, encore tsé là... »</i> - BD - <i>Parce que, vous nous avez faites vivre, notre vie entière. [...] Pis ça là, on n'y pense pas à ça.</i> - BA - <i>Ces activités, ça nous rappelle des souvenirs [...] – AB</i> - <i>Parce que tsé, moi là, je vais dire comme les enfants, j'approche de 100 ans là, j'en ai des souvenirs! Il y en a plusieurs que je sais le lendemain (rire).</i> - AE
<p>Stimule la mémoire :</p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>C'est toute de la mémoire. Ah, ça l'aide à la mémoire un petit peu.</i> - AC
<p>Fait réfléchir :</p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>Mais là c'est ça, le lendemain, là j'ai dit à [nom de sa fille], sais-tu que ça m'a faite du bien d'accepter [de participer]. Ça m'a faite réfléchir et ça m'a faite renaître.</i> - AE
<p>Mémoire stimulée par le récit des autres :</p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>Parce que des fois, à moment donné, [autre participante] me disait quelque chose pis ça me revenait, j'étais obligée de la couper là tsé. Toi tu te rappelles une chose. [...] S'alimenter.</i> - BF
<p>Partager des souvenirs communs :</p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>C'est parce qu'on a vécu dans le passé. [...] On a vécu ensemble dans le passé, j'ai vécu avec [nom d'une participante]! C'était très intéressant. [...] Vois-tu, j'ai bien aimé ça.</i> - BC
<p>Effets des stimuli visuels :</p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>Tsé ça là, pis là ça te revient pis tu vois ça là, tu te dit ah ça là!</i> - BD - <i>Quand j'ai vu les portraits que...! [Ton admiratif] – BA</i> - <i>[Voir une photo historique publique de l'église son village natal], Mais ça là, ça m'a vraiment touché, oui oui oui.</i> - BA
<p>Revisiter ses photos et ses souvenirs :</p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>Tsé, ma boîte était là, je pourrais bien les sortir et les regarder [photographies], mais je n'y pense pas.</i> - BA

Tableau 7. Effets perçus et avantages liés à la socialisation (personnes âgées et proches)

<p>Occupe les temps libres :</p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>Ça là, c'est, c'est euh... Moi j'ai trouvé que ça nous a occupé.</i> - BA
--

<p>Divertissant :</p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>Ouais, c'est sûr que ça distrait.</i> - AC - <i>Très très plaisant!</i> - BC
<p>Permet de socialiser :</p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>Oui, j'ai aimé ça pour ça: c'est le fun avoir ça, rencontrer des gens.</i> - AB - <i>J'ai bien aimé, les choses qu'on a eu avec euh, madame [prénom d'une participante]. J'ai aimé ça, ça été chacun notre tour, pis tous les portraits qui avaient, c'était merveilleux, hein? – PC</i> - <i>Ça nous donnait la chance de rencontrer du monde. [...] Ouais, de jaser.</i> - PD

Tableau 8. Effets et avantages perçus par les proches

<p>Permet de connaître les autres :</p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>C'est le fun de voir la vie des autres aussi, les différences qui peut y avoir aussi entre famille et tout ça.</i> - PA - <i>Mais j'ai, oui j'ai aimé ça pis en même temps j'apprends à connaître les deux autres personnes qui sont avec ma mère là dans le fond. [...]</i> - PB
<p>Permet le partage :</p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>Parce que c'était intéressant ce qu'elles avaient à nous dire elles aussi [autres participantes], mais c'est ça, c'est le fun de pouvoir partager.</i> - PA
<p>Permet une participation active des personnes âgées :</p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>Ça les a faites participer, comment je dirais ça... Ça leur a aussi montré que ce n'est pas parce qu'ils sont âgés qu'ils ne sont pas intéressants. Tsé pis qu'ils ont pas des choses à dire.</i> - PB
<p>Valorise les personnes âgées :</p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>Là-dessus j'ai trouvé ça le fun parce que justement je pense que ça les a valorisés aussi un petit peu aussi, dans le sens que oui, on a encore des choses à dire.</i> - PB
<p>Offre un apprentissage surprenant sur la richesse du passé des personnes âgées :</p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>Je trouvais ça intéressant d'entendre ce qu'eux ont vécu plus jeune. Pis crime ils ont vécus des choses, pis quand même! Tsé je trouvais que...je ne pensais pas qu'ils avaient autant faites de choses pour le temps. Je pensais qu'ils avaient moins de possibilités que nous, bien sûr.</i> - PB

La dyade aîné-proche a aussi été beaucoup appréciée des participants aînés concernés. Un participant aîné a d'ailleurs souligné que « [...] le fait que ce soit [mon proche] qui soit complice avec ça, j'ai trouvé ça bien! ». Même si plusieurs participants aînés n'avaient pas de proches recrutés pour le projet, deux participants aînés avaient des liens fraternels, deux participants aînés se connaissaient depuis leur jeunesse et deux autres participants aînés partageaient des liens d'amitiés actuels. Plusieurs personnes aînées avaient aussi grandi dans le même village ou la même paroisse. L'appréciation de cette proximité et de ces liens est aussi visible dans plusieurs témoignages présentés dans les tableaux précédents. Parmi les autres aspects favorables du projet, un proche a souligné qu'il avait trouvé intéressant d'expérimenter

une communication via la tablette électronique avec son aîné. Un autre proche a mentionné qu'il avait trouvé que les problèmes langagiers de son aîné semblaient beaucoup moindres lors de sa participation, comparativement à sa façon de s'exprimer au quotidien. Ce proche a aussi souligné que l'activité lui avait permis de constater l'acuité des souvenirs de son aîné, même les plus lointains, et avait apprécié voir son aîné participer activement.

Autres constats

Deux participants aînés venaient d'aménager récemment dans leurs résidences et ont mentionné que le programme les avait aidés à s'habituer à leur nouveau milieu, et à connaître les autres. Un participant aîné a aussi raconté que sa participation l'avait incité à initier une activité ludique à faire avec d'autres résidents. Enfin, nous avons laissé les participants aînés prendre des initiatives lors des rencontres (comme présenter une poupée ancienne ou lire un hommage à un être aimé décédé) et celles-ci ont été vraiment appréciées.

Faisabilité

L'Appendice G décrit les indicateurs de faisabilité utilisés pour ce projet. Le Tableau 9 résume ici quelques faits saillants liés à la faisabilité du programme de réminiscence. En somme, la mise à l'essai s'est avérée très positive et appui la faisabilité du programme.

Tableau 9. Faisabilité de l'intervention – Faits saillants

Aspects de la vie personnelle	- Les participants peuvent vivre des deuils, des inconforts physiques et autres événements difficiles qu'ils partagent lors des rencontres ou qui interfèrent avec leur participation. Il faut pouvoir assurer l'accompagnement nécessaire aux personnes concernées, en dehors des rencontres.
Dynamiques des groupes	- La dynamique des groupes influence le déroulement. Une familiarité déjà présente entre les participants facilite grandement l'aisance.
Moment des activités	- Il est très important de respecter les besoins du milieu en ce qui a trait à l'horaire des rencontres. Nous avons une résidence où les rencontres se déroulaient le matin, pour éviter les conflits d'horaire avec les soins et services d'assistance (dont l'hygiène). Alors que pour l'autre résidence, c'était l'après-midi, puisque plusieurs participants faisaient différentes sorties en après-midi.

	<ul style="list-style-type: none"> - Il faut éviter les conflits d'horaire avec les autres activités de la résidence. Ne <u>jamais</u> être en conflit d'horaire avec le Bingo (extrêmement aimé et populaire). Dans notre cas, un seul groupe était occasionnellement en conflit d'horaire avec les activités « café rencontre » ou « chapelet ». - La saison pourrait influencer l'intérêt pour les rencontres. Quand les beaux jours arrivent, les personnes âgées passent beaucoup plus de temps à l'extérieur. - L'horaire doit aussi convenir à l'animatrice. Nous avons pris en compte l'agenda des deux animatrices de notre projet, et nous avons déplacé une rencontre dans la semaine, lorsque c'était nécessaire (deux occurrences).
Contexte de l'intervention	<ul style="list-style-type: none"> - Les animatrices avaient chacune deux groupes de réminiscence par semaine, à distance, deux fois par semaine, soit une implication de deux fois 2 heures par semaine (avec pause de 30 minutes au milieu). - Il est certain que pour se souvenir des discussions précédentes, il importe de ne pas trop multiplier les groupes. Les animatrices ont trouvé que la formule expérimentée était adéquate (2 groupes, 5 heures en tout par semaine, sur 2 avant-midis ou après-midi). Les rencontres étaient à 9h et 10h30 ou à 13h et 14h30.
Nombre de participants	<ul style="list-style-type: none"> - Compte tenu du contexte en Zoom®, mais également pour offrir plus de temps de parole à chacun des participants, de petits groupes sont nécessaires (4 à 6 maximum, idéalement).
Préparation des animatrices	<ul style="list-style-type: none"> - En contexte de recherche, les diapositives PowerPoint® étaient fournies aux animatrices. Donc leur préparation se résumait à lire le manuel de formation fourni, ainsi que le manuel détaillé d'interventions. Mais en milieu clinique, cette tâche de préparation des PowerPoint® s'ajoute à l'ensemble des tâches requises. - Les animatrices ont adopté tel quel le manuel d'interventions, mais celui-ci laissait beaucoup de place à la liberté d'animation, et cela fut apprécié celles-ci. Les animatrices ont trouvé le manuel très clair et bien structuré. - Aucun défi d'implantation (usage du manuel et réalisation des rencontres) n'est survenu.

Retombées immédiates ou prévues

La principale retombée de ce projet pilote est sans aucun doute le manuel de formation et d'interventions du programme de réminiscence, que nous avons élaboré, peaufiné et ajusté suite à sa mise à l'essai. Celui-ci sera disponible d'ici la fin de l'année 2023, sur le site <http://www.uqtr.ca/projet-reminiscence>. En contexte de recherche, le volet formation et le volet intervention étaient séparés en deux manuels, présentés à l'Appendice H et à l'Appendice I. Comme l'indiquent les filigranes de ces Appendices, ces manuels permettent de comprendre les fins détails du programme de réminiscence en contexte de recherche, mais ne sont pas destinés à un usage en milieu clinique. Le manuel qui sera sur le site web est celui qu'il vous faudra utiliser, et nous nous engageons à réaliser régulièrement des mises à

jour de celui-ci, en fonction de son évolution. Par ailleurs, nous étions également soucieux de pouvoir offrir une alternative aux milieux sans connexion internet ni matériel électronique, alors nous avons également adapté le manuel à la formule en présence. Cette deuxième version du manuel sera aussi disponible sur le site web. Ce site web est d'ailleurs une autre retombée importante, puisqu'il comportera, en plus des manuels à jour, différentes sources d'accompagnement pour les utilisateurs : capsules vidéo explicatives, gabarits PowerPoint®, photos publiques régionales, etc. Nous offrirons également de l'accompagnement à tout milieu nous en manifestant la demande. Enfin, le site web sera répertorié dans une banque de ressources pour personnes âgées accessible sur le web.

Principales contributions en termes d'avancement des connaissances

Les principales contributions de ce projet concernent notamment la faisabilité méthodologique des projets conduits auprès de personnes âgées très âgées (85 ans et plus), que ce soit en termes de stratégies de recrutement, d'attitudes face à l'attribution aléatoire ou des défis de collectes de données avec des outils validés pour des personnes âgées âgées en moyenne de 70 à 75 ans. Ce projet vient également contribuer aux connaissances à propos des programmes de réminiscence pour les personnes âgées sans déficits cognitifs ou avec déficits cognitifs légers, et offerts dans la communauté, alors que la littérature porte davantage sur les programmes offerts aux personnes âgées atteints de troubles cognitifs majeurs et vivant en milieux de vie institutionnalisés. Enfin, ce projet pilote confirme qu'il est possible de réaliser des activités stimulantes et sources d'émotions positives avec les personnes âgées en utilisant la visioconférence, et ce, même si ces dernières ne souhaitent pas apprendre le fonctionnement d'une tablette électronique ni d'une application de visioconférence. L'originalité de notre programme de réminiscence repose également sur le fait que nous avons utilisé des photos et images publiques, et pas seulement les photos personnelles des participants. Enfin, l'inclusion de proches dans les activités de réminiscence est aussi originale et peu présente dans la littérature, et encore davantage pour ce qui est du proche en CHSLD.

Partie D — Pistes de solution ou d'action soutenues par les résultats de la recherche

Dans cette section, nous présentons quelques pistes d'actions et réflexions liées aux milieux de vie collectifs pour personnes âgées, et pour la communauté.

Piste 1 – Créer des programmes soutenant les activités sociales dans les milieux de vie collectifs pour personnes âgées en perte d'autonomie

Au cours de ce projet, qui s'est déroulé de 2021 à 2023, nous avons assisté à un bond important du coût des biens et des services, à de multiples niveaux de la société, incluant les produits alimentaires. Les organismes sans but lucratif (OSBL) d'habitation pour personnes âgées, et les résidences privées pour personnes âgées (RPA) ont dû composer avec ces défis financiers, combinés à une pénurie importante de main-d'œuvre. Conséquemment, les activités sociales et récréatives sont très souvent les premières à être retirées de l'offre de services dans ces milieux de vie collectifs, lorsqu'il faut couper dans les dépenses. Or, ces activités demeurent indispensables pour la santé physique et mentale des personnes âgées. Les plus mobiles d'entre elles - ou celles ayant le réseau social le plus développé - trouveront les moyens de vivre des activités à l'extérieur de leur RPA ou bénéficieront de la présence de leurs proches. Mais les personnes âgées sans réseau social ou à mobilité réduite souffrent assurément de solitude et d'isolement social dans un milieu pauvre en activités. Or, les personnes âgées ayant ce dernier profil sont nombreuses, considérant que 48% des personnes âgées en RPA sont âgées de 85 ans et plus (19). Dans l'un de nos milieux de recherche, qui offrait pourtant des activités trois à quatre après-midis par semaine, une participante racontait ceci : « Tsé, c'est long quand tu sors de table à midi et demi, pis qu'après ça, ça va rien qu'après quatre heures et demie pour revoir le monde ». Cette dame soulignait d'ailleurs qu'elle préférait les journées de beau temps, où elle pouvait « [...] passer les après-midis à voir du monde dans les balançoires. »

Le Secrétariat aux Aînés, par le biais d'initiatives comme le Programme Action Personnes âgées du Québec, soutient financièrement des organismes dont les activités et services préviennent le déconditionnement des personnes âgées, visent à contrer l'isolement social, valorise et encourage leur participation sociale et contribuent à leur maintien dans leur communauté. Or, à la lecture de la liste des organismes récipiendaires 2022-2023, il apparaît que ces activités et services bénéficient majoritairement à de « jeunes » personnes âgées de la communauté, encore actives et capables de rejoindre physiquement l'organisme pour y vivre différentes activités (p. ex., dans les Clubs d'Âge d'Or). Bien sûr, les Centres d'action bénévole, aussi bénéficiaires de ce programme, peuvent étendre leurs services jusque dans les résidences pour personnes âgées en perte d'autonomie, mais les activités ou services à caractère social ou visant à briser l'isolement demeurent minoritaires dans l'offre de ce type d'organisme. Par exemple, ces organismes offrent souvent une ligne d'écoute ou des appels téléphoniques amicaux pour briser l'isolement social. Malheureusement, ce n'est pas le moyen le plus adapté aux personnes âgées très âgées, alors que quatre personnes âgées sur cinq âgées de 85 ans et plus accusent des pertes auditives (20) rendant la conversation téléphonique plus difficile. Conséquemment, il serait souhaitable que des programmes puissent soutenir l'offre d'activités sociales destinées aux personnes âgées en perte d'autonomie, dans leur résidence pour personnes âgées. Par ailleurs, plusieurs de nos participants âgés étaient d'anciens membres actifs des Clubs de l'Âge d'Or, de l'AFÉAS et des Cercles des Fermières et racontaient de nombreux souvenirs liés aux activités offertes dans ces organismes « alors qu'ils étaient jeunes » [sic].

Piste 2 – Initier des communications publiques faisant la promotion de la bienveillance par la présence auprès des personnes âgées et le partage d’activités avec elles

Dans notre projet de recherche, nous avons été surpris – et même choqués – de constater que de « jeunes » personnes âgées retraitées refusaient de s’investir deux heures par semaine pendant six semaines pour partager une activité avec leur proche très âgé. Nous avons eu droit à des commentaires comme : « C’est parce que j’ai une vie, vous savez. » et « Vous ne trouverez pas grand monde pour dire oui à une proposition comme celle-là : c’est trop d’heures. » En parallèle, nous avons également vu des participants âgés refuser catégoriquement que l’on invite un de leurs proches à participer aux activités de reminiscence « parce qu’il était hors de question qu’on les dérange avec ça. » [sic]. Il y a fort probablement une explication sociologique à ce phénomène, mais il n’en demeure pas moins que la valeur que l’on donne et l’attention que l’on porte aux personnes âgées sont très variables d’une société à l’autre. Les Québécois pourraient considérer davantage leurs personnes âgées, notamment en évitant de les laisser seuls et sans visite dans une résidence pour personnes âgées. Il ne s’agit pas là de proche aidance, mais de bienveillance (21), pour laquelle l’effort à investir nous apparaît bien minime. Rendre visite, prendre un café, sortir au parc, faire un casse-tête ensemble : de petits gestes qui font une grande différence, et qui ne sont clairement pas assez présents dans notre société à l’heure actuelle.

Piste 3 – Poursuivre le soutien aux initiatives favorisant l’accès à Internet pour les personnes âgées

Dans le cadre de ce projet de recherche, nous avons volontairement prévu du matériel permettant d’avoir accès à Internet de manière autonome, sans devoir compter sur le réseau d’une résidence, sachant que plusieurs résidences n’ont pas Internet, ou ont une connexion limitée aux bureaux administratifs. Pourtant, notre projet démontre qu’Internet permet d’offrir des moments de socialisation et de partage forts agréables, en visioconférence, en plus de donner accès à des vidéos musicales anciennes qu’il est

très agréable de visionner en chantant, puis de commenter en petit groupe. De plus, notre expérience démontre que de donner accès à Internet et à du matériel informatique comme des tablettes électroniques et des micros-casques ne signifie pas nécessairement qu'il vaille montrer aux personnes âgées comment utiliser seuls ce matériel. L'installation pour une activité en visioconférence est très rapide et ne requiert aucune intervention particulière par la personne jusqu'au débranchement, une fois la visioconférence terminée.

Limites dans l'interprétation des résultats

Les résultats de ce projet pilote doivent être considérés à la hauteur de ce qu'ils sont, soit les résultats d'une expérience à petite échelle, mais résolument nécessaire dans le cadre du développement d'un programme de reminiscence offert en visioconférence à des personnes âgées en résidence et leurs proches. En effet, apprécier l'acceptabilité et la faisabilité du programme auprès d'un petit échantillon est essentiel avant de viser une mise à l'essai à grande échelle.

L'Appendice D présente l'ensemble des scores des personnes participantes aux questionnaires de mesure réalisés avant et après leur participation au programme de reminiscence. Considérant la taille de l'échantillon, aucune conclusion quant aux effets du programme de reminiscence ne peut être tirée de ces résultats. Par ailleurs, les scores suggérant une amélioration (meilleur bien-être psychologique et moindre solitude subjective) sont autant présents chez les personnes participantes qui ont maintenu leur participation que chez celles l'ayant cessé après une puis trois rencontres. Il n'est donc pas possible de parler d'effets mesurables pour le programme. Toutefois, la passation de ces questionnaires – toujours accompagnés d'un membre de l'équipe de recherche pour les participants âgés et proches plus âgés – s'est tout de même avérée fort utile pour documenter la faisabilité de méthodes de recherche auprès de personnes âgées très âgées. Aussi, il importe de retenir que bien que l'effet du programme ne soit pas

démontré quantitativement, ses effets positifs pour les participants sont tout de même bien appuyés par les riches résultats qualitatifs obtenus, qui pourront d'ailleurs servir à éclairer de futurs choix d'outils de mesure d'effets chez les personnes âgées très âgées participant à un programme de réminiscence.

Partie E — Nouvelles pistes ou questions de recherche

Ce projet a déjà conduit à la création d'un nouveau projet de recherche financé par le Secrétariat aux aînés et les Fonds de recherche du Québec – Société Culture, dans le cadre du *Programme de recherche-action pour un vieillissement actif de la population du Québec*. En collaboration avec une société d'histoire, ce projet intitulé *Notre histoire à partager* permettra de favoriser la participation sociale des personnes âgées, en invitant au CHSLD les personnes de la communauté de tous âges, autour d'une exposition historique par et pour les personnes âgées du CHSLD et mettant en lumière leurs vies et leur remarquable contribution à la société. Une façon de vivre la réminiscence autrement, et d'y inclure un partage intergénérationnel et une forme de participation sociale pour les personnes âgées en CHSLD. À terme, le projet permettra de répondre aux questions suivantes : 1) Quelles sont l'acceptabilité et la faisabilité d'une telle initiative? 2) Quels sont les facteurs qui facilitent ou nuisent à sa réalisation? 3) Quels sont les effets perçus de ce projet sur les personnes âgées, leurs proches, le personnel et les bénévoles du CHSLD, les membres de la société d'histoire et les visiteurs de la communauté? 4) Quelles sont les caractéristiques des pratiques mises en œuvre par la société d'histoire pour favoriser et soutenir la participation sociale des personnes âgées hébergées, dans ce projet puis dans ses activités régulières?

D'autre part, une nouvelle proposition de recherche sera également soumise à un concours de financement dans la prochaine année. Il s'agit du projet **Racontage**, un projet visant à initier des personnes étudiantes universitaires de 1^{er} cycle en Sciences Infirmières et en Psychologie à l'animation de rencontres de réminiscence auprès de personnes âgées de différents profils (âge, niveau d'autonomie), afin de développer leurs compétences relationnelles et contrer l'âgisme paternaliste, particulièrement présent chez les professionnels de la santé (22-24). Cette expérience intergénérationnelle est également susceptible de plaire aux personnes âgées comme aux personnes étudiantes et de contribuer à agir contre l'isolement social.

Partie F — Références

1. Holt-Lunstad J, Smith TB, Baker M, Harris T, Stephenson D. Loneliness and social isolation as risk factors for mortality: a meta-analytic review. *Perspectives on psychological science : a journal of the Association for Psychological Science*. 2015;10(2):227-37.
2. Freedman A, Nicolle J. Social isolation and loneliness: the new geriatric giants: Approach for primary care. *Canadian Family Physician*. 2020;66(3):176-82.
3. Leigh-Hunt N, Bagguley D, Bash K, Turner V, Turnbull S, Valtorta N, et al. An overview of systematic reviews on the public health consequences of social isolation and loneliness. *Public health*. 2017;152:157-71.
4. Gale A. Preventing Social Isolation: A Holistic Approach to Nursing Interventions. *Journal of Psychosocial Nursing & Mental Health Services*. 2020;58(7):11-3.
5. Mikkelsen ASB, Petersen S, Dragsted AC, Kristiansen M. Social Interventions Targeting Social Relations Among Older People at Nursing Homes: A Qualitative Synthesized Systematic Review. *Inquiry (00469580)*. 2019;56:N.PAG-N.PAG.
6. Stinson C, Long EM. Reminiscence: Improving the quality of life for older adults. *Geriatric Nursing*. 2014;35(5):399-401.
7. Haight BK, Webster JD. *The art and science of reminiscing: Theory, research, methods, and applications*: Taylor & Francis; 1995.
8. Cappeliez P, Guindon M, Robitaille A. Functions of reminiscence and emotional regulation among older adults. *Journal of Aging Studies*. 2008;22(3):266-72.
9. Henkel LA, Kris A, Birney S, Krauss K. The functions and value of reminiscence for older adults in long-term residential care facilities. *Memory*. 2017;25(3):425-35.
10. Shropshire MD, Stapleton SJ, Dyck MJ. Barriers and Insights in Participant Recruitment in Assisted Living Facilities. *Nursing Science Quarterly*. 2020;33(2):116-21.
11. Franck L, Molyneux N, Parkinson L, Franck L. Systematic review of interventions addressing social isolation and depression in aged care clients. *Quality of Life Research*. 2016;25(6):1395-407.
12. Kazdin AE. Acceptability of alternative treatments for deviant child behavior. *Journal of Applied Behavior Analysis*. 1980;13(2):259-73.
13. Eckert TL, Hintze JM. Behavioral conceptions and applications of acceptability: Issues related to service delivery and research methodology. *School Psychology Quarterly*. 2000;15(2):123.
14. Sidani S, Braden CJ. *Nursing and Health Interventions: Design, Evaluation, and Implementation*. 2^e éd: Wiley-Blackwell; 2021.
15. Feeley N, Cossette S, Côté J, Héon M, Stremler R, Martorella G, et al. Best practices for research. The importance of piloting an RCT intervention. *Canadian Journal of Nursing Research*. 2009;41(2):84-99.
16. Sidani S. *Health intervention research: Understanding research design and methods*. Thousand Oaks, CA: Sage Publications Inc; 2014.
17. Stinson CK. Structured group reminiscence: An intervention for older adults. *The Journal of Continuing Education in Nursing*. 2009;40(11):521-8.
18. Paillé P, Mucchielli A. *L'analyse qualitative en sciences humaines et sociales*. 4^e éd. Malakoff Cedex, France: Armand Colin; 2016.
19. Fontaine J. *Rapport sur les résidences privées pour aînés*: Publication JLR; 2019.
20. Laboratoire d'Innovation en Santé des Aînés (LISA). *Audiologie : 2023* ; . Disponible: <https://geriatricsociale.org/projets->

[lisa/audiologie/#:~:text=La%20pr%C3%A9valence%20des%20pertes%20auditives,cinq%20au%20del%C3%A0%2085%20ans.](#)

21. Commission des droits de la personne et des droits de la jeunesse. La bientraitance : 2023 ; . Disponible: <https://www.cdpcj.gc.ca/fr/vos-droits/qu-est-ce-que/bientraitance>

22. Chasteen AL, Bergstrom VNZ, Schiralli JE, Le Forestier JM. Age Stereotypes. Dans: Gu D, Dupre M-E, rédacteurs. Encyclopedia of gerontology and population aging: Springer International Publishing; 2019. p. 1-5.

23. De São José JMS. Ageism in Healthcare. Dans: Gu D, Dupre M-E, rédacteurs. Encyclopedia of gerontology and population aging: Springer International Publishing; 2019. p. 1-3.

24. D'Hondt S, Degryse J-M. Développement d'une version française adaptée de l'Ambivalent Ageism Scale : une mesure de l'âgisme. Canadian Journal on Aging / La Revue canadienne du vieillissement. 2023;42(1):56-68.

Appendice A
Le programme de réminiscence de Stinson

Programme de réminiscence de Stinson

Semaine	Séances	Thèmes/activités
1	1	Introduction des membres et des interventionnistes Se concentrer sur leur histoire personnelle.
	2	Discussion pour apprendre à se connaître. Discuter de la famille, des amis, des moments plaisants.
2	3	La musique des années passées Faire jouer différentes chansons en ordre chronologique. Porter attention si certains membres se rappellent de ces chansons et discuter des souvenirs spécifiques qui y sont associés. Inciter les membres à exprimer en quoi ces chansons sont spéciales pour eux et le sens qu'elles portent. Encourager à chanter et taper dans les mains. Présenter un vidéoclip avec une représentation de la musique d'époque.
	4	Le travail, la vie domestique, le bénévolat ou le premier emploi Partager des photos dépeignant des emplois spécifiques (et autres occupations comme la vie domestique, le bénévolat ou le premier emploi) des années 1920 à 1960. Questionner et animer la discussion au sujet des « chemins non empruntés ».
3	5	Les fêtes Discuter des fêtes. Photographies des grandes fêtes. Chanter des chansons. Discuter de la nourriture, des vêtements, des traditions.
	6	L'école et ses premiers jours Discuter du premier jour d'école. Animer la discussion autour de l'école. Présenter des photographies d'époque, à l'école. Discuter des vêtements et des professeurs.
4	7	Les premiers jouets de l'enfance et les animaux domestiques Photographies de jouets anciens. Discuter des premiers jouets, des jouets les plus inusités, des jouets préférés, des jouets faits à la maison. Discuter des animaux et des liens
	8	La vie amoureuse Discuter des premiers amours, de demande(s) en mariage, de leur mariage ou union, des mariages en général. Faire jouer de la musique liée au thème. Présenter de courts extraits de vidéos d'époque où de jeunes gens se courtisent. Présenter des photos liées à la vie amoureuse, aux fiançailles, au mariage et à l'église.
5	9	La famille qu'ils ont fondée Discuter des enfants et de la famille. Utiliser des photographies pour solliciter les souvenirs reliés à ces thématiques.
	10	La nourriture Discuter des plats préférés à l'enfance, des plats préférés des fêtes, des odeurs préférées. Discuter de recettes. Les participants peuvent apporter des recettes et partager les souvenirs qui y sont associés ou encore des photos liées à la nourriture.
6	11	Les amis, les loisirs, les vacances Discuter des amis. Parler des moments amusants, de souvenirs amusants. Partager des photos liées aux premiers amis, vieux amis.
	12	Tourner la page Permettre aux membres de parler de leur expérience de participation au groupe. Offrir une dernière chance de partager un souvenir lié aux thèmes précédents. Rafraichissements et collation

Traduit librement en français de : Stinson, C. K. (2009). Structured group reminiscence: An intervention for older adults. *The Journal of Continuing Education in Nursing*, 40(11), 521-528. <https://doi.org/10.3928/00220124-20091023-10> ** Il est à noter que les informations sur le protocole de Stinson les plus complètes dont nous disposons se résument à cet article. **

Appendice B
Les outils de collecte de données

Liste des outils à l'intention des personnes participantes :

- Questionnaire sociodémographique et d'histoire de vie
- Échelle de dépression gériatrique (EGD) – 15 questions
- Échelle de BECK – 13 questions
- Échelle de bien-être général (EBG)
- Échelle de Satisfaction envers la vie
- Échelle de Solitude en 3 points
- Entrevue semi-dirigé sur l'acceptabilité

Liste des outils à l'intention des interventionnistes et personnes-ressources:

- Journal de bord
- Entrevue semi-dirigée avec les interventionnistes

Questionnaire d'informations générales – PARTICIPANTS AÎNÉS

1. Sexe : Masculin

Féminin

2. Genre : Homme

Femme

Indéterminé

3. Date de naissance (Jour / Mois / Année) : _____

4. Âge : _____

5. Plus haut diplôme atteint :

Primaire non complété

Certificat

Primaire

Baccalauréat

Secondaire

Maîtrise

Diplôme d'études professionnelles

Doctorat

Diplôme d'études collégiales

Post-Doctorat

6. Statut civil : Marié (e)

Conjoint(e) de fait

Séparé (e) / Divorcé (e)

Célibataire

Veuf (ve). Depuis combien de temps?

7. Si vous êtes ou étiez marié, en quelle année avez-vous célébré votre mariage? _____

8. Si vous êtes ou étiez en union de fait, en quelle année a débuté votre union? _____

9. À quel endroit vous êtes-vous marié? _____

10. Quel emploi occupiez-vous ? _____

11. Si vous n'occupiez pas d'emploi, quelle était votre principale occupation ? _____

12. Dans quelle ville êtes-vous né ? _____

13. Dans quelle ville habitiez-vous lorsque vous aviez :

Moins de 10 ans : _____

10 à 20 ans : _____

20 à 30 ans : _____

30 à 50 ans : _____

14. Combien d'enfants avez-vous ? _____

15. Quels sont votre style musical préféré, votre chanteur ou chanteuse préféré ou votre chanson préférée ?
Vous pouvez donner plusieurs réponses. _____

16. Quel est le lien entre vous et le proche participant ?

Époux/se

Conjoint/e

Fils/fille

Ami/e

Autre : _____

17. Avez-vous un médecin de famille ?

Oui

Non

18. Si vous avez un médecin de famille, est-ce qu'il est facile d'avoir un rendez-vous avec lui ?

Oui

Non

19. À des fins de planification, avez-vous accès à une tablette OU à un ordinateur portable OU à un ordinateur muni d'une caméra ?

Oui

Non

Questionnaire d'informations générales - PROCHEs

1. Sexe : Masculin
 Féminin

2. Genre : Homme
 Femme
 Indéterminé

3. Date de naissance (Jour / Mois / Année) : _____

4. Âge : _____

5. Plus haut diplôme atteint :

- | | |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> Primaire non complété | <input type="checkbox"/> Certificat |
| <input type="checkbox"/> Primaire | <input type="checkbox"/> Baccalauréat |
| <input type="checkbox"/> Secondaire | <input type="checkbox"/> Maîtrise |
| <input type="checkbox"/> Diplôme d'études professionnelles | <input type="checkbox"/> Doctorat |
| <input type="checkbox"/> Diplôme d'études collégiales | <input type="checkbox"/> Post-Doctorat |

6. Dans quelle ville êtes-vous né ? _____

7. Dans quelle ville habitez-vous lorsque vous aviez :

Moins de 10 ans : _____

10 à 20 ans : _____

20 à 30 ans : _____

30 à 50 ans : _____

8. Dans quelle ville habitez-vous présentement ? _____

9. Quel est le lien entre vous et le proche participant ?

- Époux/se
 - Conjoint/e
 - Fils/fille
 - Ami/e
 - Autre :
-

10. Avez-vous un médecin de famille ?

- Oui
- Non

11. Si vous avez un médecin de famille, est-ce qu'il est facile d'avoir un rendez-vous avec lui ?

- Oui
- Non

12. À des fins de planification, avez-vous accès à une tablette OU à un ordinateur portable OU à un ordinateur muni d'une caméra ?

- Oui
- Non

ÉCHELLE DE DÉPRESSION GÉRIATRIQUE – 15 items

Consigne : Choisissez la meilleure réponse pour décrire comment vous vous sentiez au cours de la dernière semaine.

1. Êtes-vous fondamentalement satisfait(e) de la vie que vous menez ?
 Oui
 Non*
2. Avez-vous abandonné un grand nombre d'activités et de centres d'intérêt ?
 Oui*
 Non
3. Sentez-vous un vide dans votre vie ?
 Oui*
 Non
4. Vous ennuyez-vous souvent ?
 Oui*
 Non
5. Avez-vous la plupart du temps un bon moral ?
 Oui
 Non*
6. Craignez-vous qu'il vous arrive quelque chose de grave ?
 Oui*
 Non
7. Êtes-vous heureux(se) la plupart du temps ?
 Oui
 Non*
8. Éprouvez-vous souvent un sentiment d'impuissance ?
 Oui*
 Non
9. Préférez-vous rester chez vous, plutôt que de sortir pour faire de nouvelles activités ?
 Oui*
 Non

10. Avez-vous l'impression d'avoir plus de problèmes de mémoire que la majorité des gens ? Oui*
 Non
11. Pensez-vous qu'il est merveilleux de vivre à l'époque actuelle? Oui
 Non*
12. Vous sentez-vous plutôt inutile dans votre état actuel ? Oui*
 Non
13. Vous sentez-vous plein d'énergie ? Oui
 Non*
14. Avez-vous l'impression que votre situation est désespérée ? Oui*
 Non
15. Pensez-vous que la plupart des gens vivent mieux que vous ? Oui*
 Non

Total:

Comptez 1 point : si la réponse est NON aux questions 1, 5, 7, 11, 13 et si la réponse est OUI aux autres questions (astérisques).

Interprétation de l'EDG à 15 questions (version abrégée) (Sheik et al., 1986):

0 à 5 points : état normal

6 à 11 points : dépression légère

12 à 15 points : dépression importante

Version originale 30 items :

Yesavage, J.A., Brink, T.L., Rose, T.L. Lum, O., Huang, V., Adey, M., & Leirer, V.O. (1983). Development and validation of a geriatric depression screening scale: a preliminary report. *Journal of Psychiatric Research*, 17, 37-49.

Version originale abrégée 15 items:

Sheik, J.I. & Yesavage, J.A. (1986). Geriatric Depression Scale (GDS): recent evidence and development of a shorter version. Dans T.L. Brink (dir.), *Clinical Gerontology: a Guide to Assessment and Intervention* (vol. 5, p.165-174). Haworth Press.

Version originale validée en français au Québec (les items de la version abrégée sont tous inclus dans la version originale) : *Cette traduction est utilisée ici*.

Bourque, P., Blanchard, L., & Vézina, J. (1990). Étude psychométrique de l'Échelle de dépression gériatrique. *Canadian Journal on Aging/La Revue canadienne du vieillissement*, 9(4), 348-355.

Version abrégée validée en français (Européen) :

Clément, J.P., Nassif, R.F., Léger, J.M., Marchan, F. (1997). Mise au point et contribution à la validation d'une version française brève de la Geriatric Depression Scale. *L'Encéphale*, 23, 91-99.

QUESTIONNAIRE ABRÉGÉ DE BECK

LIRE – Ce questionnaire comporte plusieurs séries de quatre propositions. Pour chaque série, lisez les quatre propositions, puis choisissez celle qui décrit le mieux votre état **actuel**.

Entourez le numéro qui correspond à la proposition choisie. Si, dans une série, plusieurs propositions vous paraissent convenir, entourez les numéros correspondants.

A. Je ne me sens pas triste	0
Je me sens cafardeux ou triste.	1
Je me sens tout le temps cafardeux ou triste, et je n'arrive pas à en sortir.	2
Je suis si triste et si malheureux que je ne peux pas le supporter.	3
B. Je ne suis pas particulièrement découragé ni pessimiste au sujet de l'avenir	0
J'ai un sentiment de découragement au sujet de l'avenir.	1
Pour mon avenir, je n'ai aucun motif d'espérer.	2
Je sens qu'il n'y a aucun espoir pour mon avenir, et que la situation ne peut s'améliorer.	3
C. Je n'ai aucun sentiment d'échec dans ma vie.	0
J'ai l'impression que j'ai échoué dans ma vie plus que la plupart des gens.	1
Quand je regarde ma vie passée, tout ce que j'y découvre n'est qu'échecs.	2
J'ai un sentiment d'échec complet dans toute ma vie personnelle (dans mes relations avec mes parents, mon amie, ma femme, mes enfants).	3
D. Je ne me sens pas particulièrement insatisfait.	0
Je ne sais pas profiter agréablement des circonstances.	1

	Je ne tire plus aucune satisfaction de quoi que ce soit.	2
	Je suis mécontent de tout.	3
<hr/>		
E.	Je ne me sens pas coupable.	0
	Je me sens mauvais ou indigne une bonne partie du temps.	1
	Je me sens coupable.	2
	Je me juge très mauvais, et j'ai l'impression que je ne vauds rien.	3
<hr/>		
F.	Je ne suis pas déçu par moi-même.	0
	Je suis déçu par moi-même.	1
	Je me dégoûte moi-même.	2
	Je me hais.	3
<hr/>		
G.	Je ne pense pas à me faire du mal.	0
	Je pense que la mort me libérerait.	1
	J'ai des plans précis pour me suicider.	2
	Si je le pouvais, je me tuerais.	3
<hr/>		
H.	Je n'ai pas perdu l'intérêt pour les autres gens.	0
	Maintenant, je m'intéresse moins aux autres gens qu'autrefois.	1
	J'ai perdu tout l'intérêt que je portais aux autres gens, et j'ai peu de sentiments pour eux.	2
	J'ai perdu tout intérêt pour les autres, et ils m'indiffèrent totalement.	3
<hr/>		
I.	Je suis capable de me décider aussi facilement que de coutume.	0
	J'essaie de ne pas avoir à prendre de décision.	1
	J'ai de grandes difficultés à prendre des décisions.	2
	Je ne suis plus capable de prendre la moindre décision.	3
<hr/>		

J.	Je n'ai pas le sentiment d'être plus laid qu'avant.	0
	J'ai peur de paraître vieux ou disgracieux.	1
	J'ai l'impression qu'il y a un changement permanent dans mon apparence physique, qui me fait paraître disgracieux.	2
	J'ai l'impression d'être laid ou repoussant.	3
<hr/>		
K..	Je travaille aussi facilement qu'auparavant.	0
	Il me faut faire un effort supplémentaire pour commencer à faire quelque chose.	1
	Il faut que je fasse un très grand effort pour faire quoi que ce soit.	2
	Je suis incapable de faire le moindre travail.	3
<hr/>		
L.	Je ne suis pas plus fatigué que d'habitude.	0
	Je suis fatigué plus facilement que d'habitude.	1
	Faire quoi que ce soit me fatigue.	2
	Je suis incapable de faire le moindre travail.	3
<hr/>		
M.	Mon appétit est toujours aussi bon.	0
	Mon appétit n'est pas aussi bon que d'habitude.	1
	Mon appétit est beaucoup moins bon maintenant.	2
	Je n'ai plus du tout d'appétit.	3
<hr/>		

Version originale :

Beck, A. T., Rush, A. J., Shaw, B. F. & Emery, G. (1979). *Cognitive therapy of depression*. New York: Guilford.

Validée en français :

Vézina, J., Landreville, P., Bourque, P., & Blanchard, L. (1990). Questionnaire de dépression de Beck : étude psychométrique auprès d'une population âgée francophone. *Revue Canadienne du Vieillissement*, *10*, 29-39.

Interprétation : Score de 0 à 39 (par addition). 0-4 = pas de dépression, 4-7 = dépression légère, 8-15 = dépression modérée, 16 ou plus = dépression sévère.

ÉCHELLE DE BIEN-ÊTRE GÉNÉRAL

LIRE – Les questions suivantes cherchent à déterminer comment vous vous sentez et comment ça va en général. Pour chaque question, indiquez d'un «X» la réponse qui correspond le mieux à votre situation.

1. Comment vous sentez-vous en général? (DEPUIS LES QUATRE DERNIÈRES SEMAINES)

- 0 D'excellente humeur
- 1 De très bonne humeur
- 2 Surtout de bonne humeur
- 3 J'ai beaucoup de hauts et de bas
- 4 Plutôt découragé(e)
- 5 Très découragé(e)

2. Êtes-vous dérangé(e) par la nervosité ou par vos «nerfs»? (DEPUIS LES QUATRE DERNIÈRES SEMAINES)

- 0 Énormément, au point où je ne peux plus travailler ou voir à mes affaires
- 1 Beaucoup
- 2 Passablement
- 3 Assez pour me déranger
- 4 Un peu
- 5 Pas du tout

3. Vous sentez-vous maître de votre comportement, de vos pensées, émotions OU sentiments? (DEPUIS LES QUATRE DERNIÈRES SEMAINES)

- 0 Oui, complètement
- 1 Oui, en grande partie
- 2 De façon générale
- 3 Pas vraiment

- 4 Non, et cela m'inquiète un peu
- 5 Non, et cela m'inquiète beaucoup

4. Êtes-vous triste, découragé(e), sans espoir, ou avez-vous des problèmes au point où vous vous demandez si les choses en valent la peine? (DEPUIS LES QUATRE DERNIÈRES SEMAINES)

- 0 Énormément, au point où j'ai presque tout lâché
- 1 Beaucoup
- 2 Passablement
- 3 Assez pour me déranger
- 4 Un peu
- 5 Pas du tout

5. Vivez-vous ou avez-vous l'impression de vivre de la tension, du stress ou de la pression? (DEPUIS

LES QUATRE DERNIÈRES SEMAINES)

- 0 Oui, je ne peux presque plus le supporter
- 1 Oui, beaucoup
- 2 Oui, plus que d'habitude
- 3 Oui, mais à peu près comme d'habitude
- 4 Oui, un peu
- 5 Pas du tout

6. À quel point êtes-vous heureux(se), satisfait(e) ou content(e) de votre vie personnelle? (DEPUIS LES QUATRE DERNIÈRES SEMAINES)

- 0 Extrêmement heureux(se), je ne peux être plus satisfait(e) ou content(e)
- 1 Très heureux(se)
- 2 Assez heureux(se)
- 3 Satisfait(e), content(e)
- 4 Un peu satisfait(e)
- 5 Très insatisfait(e)

7. Avez-vous des raisons de vous demander si vous perdez la raison ou le contrôle de vos gestes, paroles, pensées ou sentiments, ou encore, si vous perdez la mémoire? (DEPUIS LES QUATRE DERNIÈRES SEMAINES)

0	Pas du tout
1	Quelque peu
2	Un peu, mais pas assez pour m'inquiéter
3	Un peu, assez pour m'inquiéter
4	Assez, et je suis plutôt inquiet(ète)
5	Beaucoup, et je suis très inquiet(ète)

8. Êtes-vous anxieux(se), inquiet(ète) ou préoccupé(e)? (DEPUIS LES QUATRE DERNIÈRES SEMAINES)

0	Énormément, au point d'en être malade ou presque
1	Beaucoup
2	Passablement
3	Assez pour me déranger
4	Un peu
5	Pas du tout

9. Vous réveillez-vous «frais(aîche) et dispos(e)»? (DEPUIS LES QUATRE DERNIÈRES SEMAINES)

0	Tous les jours
1	Presque tous les jours
2	Assez souvent
3	Moins d'une fois sur deux
4	Rarement
5	Jamais

10. Êtes-vous ennuyé(e) par quelques maladies, troubles physiques, douleurs ou craintes au sujet de votre santé? (DEPUIS LES QUATRE DERNIÈRES SEMAINES)

- | | |
|---|---------------------|
| 0 | Tout le temps |
| 1 | La plupart du temps |
| 2 | Souvent |
| 3 | Quelques fois |
| 4 | Peu souvent |
| 5 | Jamais |

11. Votre vie quotidienne est-elle remplie de choses intéressantes pour vous? (DEPUIS LES QUATRE DERNIÈRES SEMAINES)

- | | |
|---|---------------------|
| 0 | Tout le temps |
| 1 | La plupart du temps |
| 2 | Souvent |
| 3 | Quelques fois |
| 4 | Peu souvent |
| 5 | Jamais |

12. Vous sentez-vous découragé(e) et triste? (DEPUIS LES QUATRE DERNIÈRES SEMAINES)

- | | |
|---|---------------------|
| 0 | Tout le temps |
| 1 | La plupart du temps |
| 2 | Souvent |
| 3 | Quelques fois |
| 4 | Peu souvent |
| 5 | Jamais |

13. Vous sentez-vous émotionnellement stable et sûr(e) de vous? (DEPUIS LES QUATRE DERNIÈRES SEMAINES)

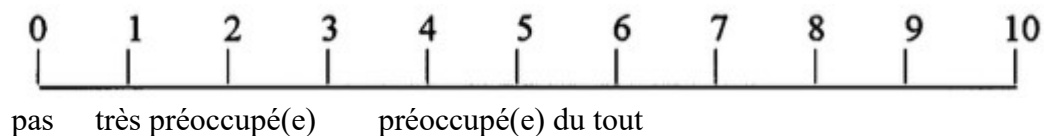
- | | |
|---|---------------------|
| 0 | Tout le temps |
| 1 | La plupart du temps |
| 2 | Souvent |
| 3 | Quelques fois |
| 4 | Peu souvent |
| 5 | Jamais |

14. Vous sentez-vous fatigué(e), épuisé(e) ou exténué(e)? (DEPUIS LES QUATRE DERNIÈRES SEMAINES)

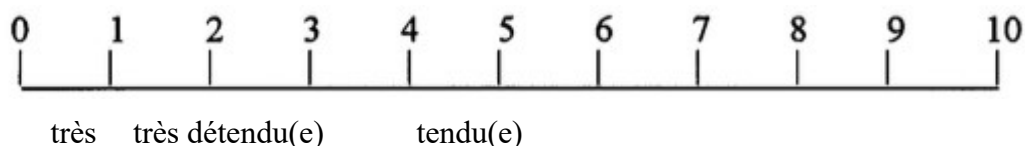
- | | |
|---|---------------------|
| 0 | Tout le temps |
| 1 | La plupart du temps |
| 2 | Souvent |
| 3 | Quelques fois |
| 4 | Peu souvent |
| 5 | Jamais |

Pour chacune des quatre échelles ci-dessous, veuillez noter que les mots à chaque extrémité de l'échelle de 0 à 10 décrivent des sentiments opposés. Encerclez le chiffre **le long de l'échelle** qui traduit le mieux comment vous vous sentez en général DEPUIS LES QUATRE DERNIÈRES SEMAINES.

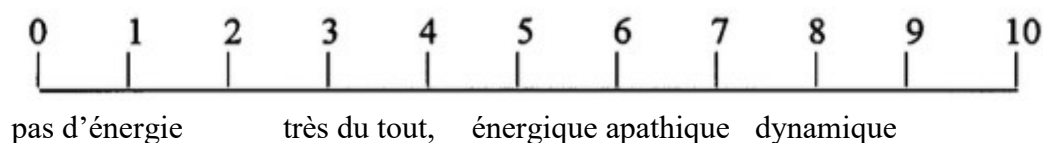
15. À quel point êtes-vous préoccupé(e) par votre santé? (DEPUIS LES QUATRE DERNIÈRES SEMAINES)



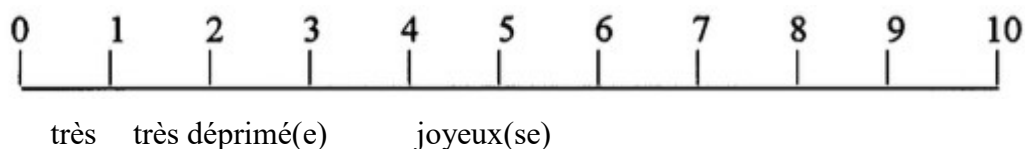
16. À quel point êtes-vous détendu(e) ou tendu(e)? (DEPUIS LES QUATRE DERNIÈRES SEMAINES)



17. À quel point vous sentez-vous plein(e) d'énergie, de pep, de vitalité? (DEPUIS LES QUATRE DERNIÈRES SEMAINES)



18. À quel point vous sentez-vous déprimé(e) ou d'humeur joyeuse? (DEPUIS LES QUATRE DERNIÈRES SEMAINES)



Version originale :

Dupuy, H.J. (1978, 17 octobre). *Self-Representations of General Psychological Well-Being of American Adults*. [communication par affiche]. American Public Health Association Meeting, Los Angeles, California.

Validée en français:

Bravo, G., Gaulin, P., & Dubois, M.-F. (1996). Validation d'une échelle de bien-être général auprès d'une population âgées de 50 à 75 ans. *Revue Canadienne du Vieillessement*, 15(1), 112-128.

Interprétation: Il faut inverser les scores des items 1-3-6-7-9-11-13-15-16. Scores de 0 à 110. Plus le score est élevé, plus le bien-être psychologique est élevé. 0-60 = détresse sévère, 61-72 = détresse modérée, 73 à 110 = bien-être positif.

ÉCHELLE DE SATISFACTION ENVERS LA VIE

Nous présentons ci-dessous cinq énoncés avec lesquels vous pouvez être en accord ou désaccord. À l'aide de l'échelle de 1 à 7 ci-dessous, indiquez votre degré d'accord ou de désaccord avec chacun des énoncés en encerclant le chiffre approprié à la droite des énoncés. Nous vous prions d'être ouvert et honnête dans vos réponses.

1. En général, ma vie correspond de près à mes idéaux.

- | | |
|---|------------------------------|
| 1 | Fortement en désaccord |
| 2 | En désaccord |
| 3 | Légèrement en désaccord |
| 4 | Ni en désaccord ni en accord |
| 5 | Légèrement en accord |
| 6 | En accord |
| 7 | Fortement en accord |

2. Mes conditions de vie sont excellentes.

- | | |
|---|------------------------------|
| 1 | Fortement en désaccord |
| 2 | En désaccord |
| 3 | Légèrement en désaccord |
| 4 | Ni en désaccord ni en accord |
| 5 | Légèrement en accord |
| 6 | En accord |
| 7 | Fortement en accord |

3. Je suis satisfait(e) de ma vie.

- | | |
|---|------------------------------|
| 1 | Fortement en désaccord |
| 2 | En désaccord |
| 3 | Légèrement en désaccord |
| 4 | Ni en désaccord ni en accord |
| 5 | Légèrement en accord |
| 6 | En accord |
| 7 | Fortement en accord |

4. Jusqu'à maintenant, j'ai obtenu les choses importantes que je voulais de la vie.

- | | |
|---|------------------------------|
| 1 | Fortement en désaccord |
| 2 | En désaccord |
| 3 | Légèrement en désaccord |
| 4 | Ni en désaccord ni en accord |
| 5 | Légèrement en accord |
| 6 | En accord |
| 7 | Fortement en accord |

5. Si je pouvais recommencer ma vie, je n'y changerais presque rien.

- | | |
|---|------------------------------|
| 1 | Fortement en désaccord |
| 2 | En désaccord |
| 3 | Légèrement en désaccord |
| 4 | Ni en désaccord ni en accord |
| 5 | Légèrement en accord |
| 6 | En accord |
| 7 | Fortement en accord |

Provenant du site: <http://labs.psychology.illinois.edu/~ediener/SWLS.html>

Version originale :

Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The Satisfaction with Life Scale. *Journal of Personality Assessment*, 49, 71-75.

Validée en français :

Blais, M. R., Vallerand, R. J., Pelletier, L. G., & Brière, N. M. (1989). L'échelle de satisfaction de vie: Validation canadienne-française du « Satisfaction with Life Scale ». *Canadian Journal of Behavioural Science/Revue canadienne des sciences du comportement*, 21(2), 210.

Interprétation (version courte) : Score de 5 à 35 (par addition).

- 31 - 35 Extrêmement satisfait
- 26 - 30 Satisfait
- 21 - 25 Légèrement satisfait
- 20 Neutre
- 15 - 19 Légèrement insatisfait
- 10 - 14 Insatisfait
- 5 - 9 Extrêmement insatisfait

Échelle de solitude en 3 points

Questions	Presque jamais	Parfois	Souvent
À quelle fréquence ressentez-vous que vous manquez de compagnie?	1	2	3
À quelle fréquence ressentez-vous qu'on vous laisse de côté?	1	2	3
À quelle fréquence vous sentez-vous isolé des autres?	1	2	3

Traduction de la version originale anglaise de :

Hughes ME, Waite LJ, Hawkley LC, Cacioppo JT. A short scale for measuring loneliness in large surveys: results from two population-based studies. *Res Aging* 2004 ; 26(6):655-72. 30.

Interprétation: Score de 3 à 9. Un score élevé indique une plus grande solitude subjective.

Entretien semi-dirigé sur l'acceptabilité

Volet qualitatif:

- 1) Quels sont vos impressions suite à votre participation à ces activités de réminiscence? (Dire : Comment vous avez trouvé cela?)
 - a. Est-ce que la durée des rencontres était convenable (1h)?
 - b. La fréquence (2x par semaine)?
 - c. Le nombre (12 rencontres)?
- 2) Quels sont les points forts ou les avantages de ces activités de réminiscence?
- 3) Quels sont les points faibles ou les inconvénients de ces activités de réminiscence?
- 4) Qu'avez-vous le plus aimé dans ces activités de réminiscence?
 - a. Y a-t-il une thématique que vous avez aimé davantage? (* avoir en main le programme de réminiscence pour donner en exemple les séances)
- 5) Qu'avez-vous le moins aimé dans ces activités de réminiscence?
 - a. Y at-il une thématique que vous avez moins aimé? (* avoir en main le programme de réminiscence pour donner en exemple les séances)
- 6) Avez-vous vécu de l'isolement pendant la pandémie de covid-19? *
 - Oui
 - Non
- 7) Si vous avez vécu de l'isolement, est-ce que vous auriez aimé vivre une activité de réminiscence telle que celle qui vous a été offerte?
- 8) Si vous n'avez pas vécu d'isolement, est-ce que vous pensez qu'une activité de réminiscence telle que celle qui vous a été offerte aurait été bénéfique aux personnes isolées à cause de la pandémie?

* Question 6 : Si oui, passez à la question 7. Si non, passez à la question 8.

**Côté notes de terrain : si abandon en cours de route ou rencontres manquées, les participants concernés seront invités à exprimer les motifs sous-jacents.

Volet quantitatif :

- 1) Jusqu'à quel point les activités de réminiscence proposées vous apparaissent appropriées pour contrer l'isolement social?

0	Pas du tout
1	Légèrement
2	Modérément
3	Beaucoup
4	Extrêmement

* Après la question, le répondant pourra préciser sa pensée par des explications, s'il le souhaite.

- 2) Jusqu'à quel point les activités de réminiscence proposées vous apparaissent pratiques pour contrer l'isolement social dans votre vie quotidienne?

0	Pas du tout
1	Légèrement
2	Modérément
3	Beaucoup
4	Extrêmement

* Après la question, le répondant pourra préciser sa pensée par des explications, s'il le souhaite.

- 3) Jusqu'à quel point les activités de réminiscence proposées vous apparaissent efficaces pour contrer l'isolement social?

0	Pas du tout
1	Légèrement
2	Modérément
3	Beaucoup
4	Extrêmement

* Après la question, le répondant pourra préciser sa pensée par des explications, s'il le souhaite.

- 4) Jusqu'à quel point seriez-vous prêt à participer à nouveau à des activités de réminiscence comme celles proposées?

0	Pas du tout
1	Légèrement
2	Modérément
3	Beaucoup
4	Extrêmement

* Après la question, le répondant pourra préciser sa pensée par des explications, s'il le souhaite.

Interprétation :

Des scores plus élevés indiquent la perception que l'intervention proposée est appropriée, pratique et efficace, et que les participants sont prêts à y participer à nouveau.

Un score total sur l'échelle est calculé avec la moyenne des scores des quatre éléments, pour refléter le niveau d'acceptabilité de l'intervention. La fourchette possible pour le score total de l'échelle est de 0 à 4, un score élevé reflétant une grande acceptabilité. *Traduit et adapté du *TAP questionnaire (Treatment Acceptability Perception questionnaire)* de Sidani et al. (2009)*

Référence complète:

Sidani, S., Epstein, D. R., Bootzin, R. R., Moritz, P., & Miranda, J. (2009). Assessment of preferences for treatment: validation of a measure. *Research in nursing & health*, 32(4), 419.

Journal de bord de l'interventionniste et de la personne-ressource

Basé sur Sidani et Braden, 2021

Instructions : Veuillez compléter ce journal après chaque séance de réminiscence. Dans vos réponses, mentionner, s'il y a lieu, les stratégies de résolution de problèmes et leur efficacité.

Nom et prénom :

Date et heure :

1. Mon rôle :

- Interventionniste
- Personne-ressource

2. Ressources matérielles.

2a. Est-ce que l'équipement était fonctionnel, adéquat et en nombre suffisant ? (Ex : Tablette, casques d'écoute)

- Oui
- Non

Préciser, si nécessaire:

2b. Est-ce que la connexion internet était stable?

- Oui
- Non

Expliquer, au besoin :

2c. Est-ce que l'aménagement du local était adéquat (Ex : nombre de places suffisantes, espace suffisant pour la mobilisation sécuritaire des résidents)? Oui

Non

Expliquer, au besoin :

2d. Est-ce que les documents écrits remis aux participants étaient en nombre suffisant?

Oui

Non

Expliquer, au besoin :

3. Contexte des séances

Expliquer, s'il y a lieu, comment certains événements actuels ont pu influencer la qualité de l'intervention et comment cela a été recadré.

3a. Aspects de la vie collective de la résidence (p. ex. : deuils, déménagements, maladie...) Rien à signaler**Explications, au besoin:****3b. Aspects de la vie personnelle des résidents (p. ex. : deuils, déménagements, maladie, humeur...)** Rien à signaler**Explications, au besoin:****4. Intervention****4a. Est-ce que le contenu présenté était clair, dans le bon ordre et fluide?** Oui Pas tout à fait**Explications, au besoin:**

4b. Est-ce que l'interventionniste s'est sentie à l'aise avec la présentation?

- Oui
- Non

Expliquer, au besoin :

4c. Est-ce que le contenu présenté était bien collé à la réalité des participants? Oui

- Non

Expliquer, au besoin :

4d. Est-ce que le *timing* prévu pour chaque étape de la séance était bien collé à la réalité?

- Oui
- Non

Expliquer, au besoin :

5. Implantation de l'intervention

5a. Est-ce que le nombre de participants est adéquat?

- Oui
- Non

Expliquer, au besoin :

5b. Est-ce que les participants avec des problèmes auditifs comprennent bien?

Oui

Non

Expliquer, au besoin :

5c. Est-ce que les participants semblent acquérir de l'aisance avec l'utilisation du matériel informatique?

Oui

Non

Expliquer, au besoin :

6. Éléments d'acceptabilité

6a. Les participants étaient-ils tous présents à la séance?

Oui

Non

Précisez qui était manquant et la raison évoquée si elle vous a été transmise:

6b. Les participants ont-ils mentionné pendant la séance des éléments liés à l'acceptabilité de l'intervention? (par ex. : commentaires positifs ou négatifs liés à leur expérience) Oui

Non

Si oui, précisez les propos, par qui, et le contexte :

6c. Avez-vous constaté pendant la séance des éléments non verbaux liés à l'acceptabilité de l'intervention? (par ex. : signes de plaisir, air triste, etc.)

Oui

Non

Si oui, précisez les propos, par qui, et le contexte :

Entretien semi-dirigé avec les interventionnistes

- 1) Quelles sont vos impressions suite à votre rôle d'interventionniste dans le projet Réminiscence ?
- 2) Qu'avez-vous le plus apprécié dans cette expérience ?
- 3) Qu'avez-vous le moins apprécié dans cette expérience ?
- 4) Le moment de l'intervention était-il convenable pour vous ? (Jour de la semaine, moment de la journée).
- 5) Y-a-t-il des éléments liés à votre installation qui, selon vous, sont fondamentaux ou essentiel pour bien délivrer l'intervention ? Avez-vous eu à faire des ajustements/modifications en cours de route ?
- 6) Le nombre de participants par groupe était-il adéquat pour vous ?
- 7) Le nombre de séance était-il adéquat pour vous ?
- 8) Deux séances par semaine était-il adéquat pour vous ou vous auriez préféré une séance par semaine ?
- 9) Auriez-vous préféré un seul groupe plutôt que deux ?
- 10) Quels sont vos commentaires à propos du manuel d'interventions, en termes de contenu et de clarté ?
- 11) De quelle façon vous êtes-vous préparée ? Avez-vous lu le manuel d'intervention seulement ou aussi le manuel de formation ?
- 12) Selon vous, quelles sont les habiletés requises par les interventionnistes pour administrer ce programme de réminiscence ?

Appendice C
Analyse des données

Méthodes d'analyse des données	
Données quantitatives	Données qualitatives
<ul style="list-style-type: none"> - Calcul des médianes - Interprétation des scores des échelles standardisées à partir des grilles d'interprétation propres à chacun des outils et en fonction des différentes dimensions ou sous-échelles lorsqu'applicable. 	<ul style="list-style-type: none"> - Transcription de tous les verbatims des entrevues avec les personnes participantes. - Transcription du verbatim de la discussion focalisée avec les interventionnistes. - Analyse de contenu appliquée sur tous les verbatims, éclairée par les indicateurs à l'origine des questions d'entrevues. - Réécoute de tous les enregistrements des rencontres de réminiscence, pour y noter tous les signes verbaux et non verbaux liés à l'acceptabilité. - Analyse du contenu de tous les journaux de bord (interventionnistes et personnes-ressources).

Appendice D
Caractéristiques des personnes participantes

Caractéristiques des personnes participantes

Résultats des échelles de dépression et de l'échelle de bien-être avant l'intervention

Échelle de mesure	Résultats
EDG (symptômes dépressifs)	Un seul participant âgé avait des symptômes associés à la dépression légère
BECK (symptômes dépressifs)	Personne ne présentait un état suggestif d'un état dépressif
EBG (bien-être psychologique)	Trois participants âgés présentaient des scores indiquant la présence d'une détresse psychologique modérée : - 2 pour les dimensions de l'anxiété, de la vitalité et de la santé générale - 1 pour les dimensions de la vitalité et de la maîtrise de soi Toutes les autres personnes participantes présentaient des scores indiquant un bien-être positif.

Tableau 3. Échelle de satisfaction envers la vie

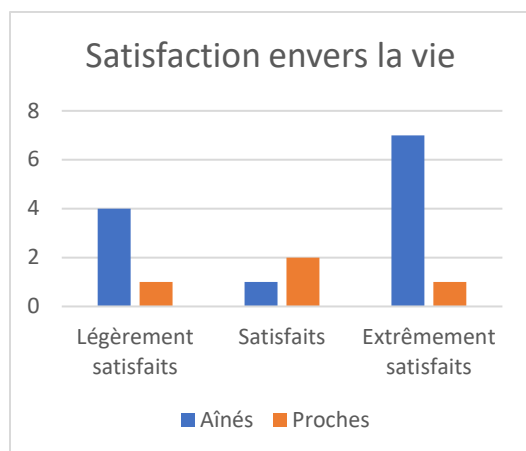
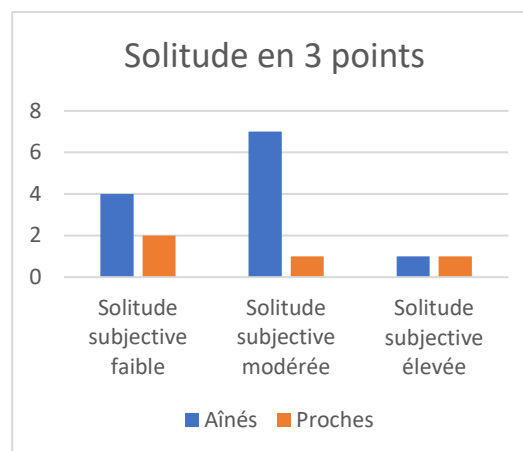


Tableau 4. Échelle de solitude en 3 points



Expérience de la pandémie

Situation d'isolement	Participants
A vécu de l'isolement pendant la pandémie	5 personnes âgées et 3 proches
N'a pas vécu d'isolement pendant la pandémie	4 personnes âgées et 1 proche

Résultats aux échelles de mesures – Personnes âgées

Participant s	Score EDG		Score BECK		Score EBG		Score ESV		Solitude en 3 points	
	Pré- test	Post- test	Pré- test	Post- test	Pré- test	Post- test	Pré- test	Post- test	Pré- test	Post- test
Aîné(e)	2	1	0	0	87	90	32	35	6*	4
Aîné(e)	1	5	1	1	96	98	35	35	6*	4
Aîné(e)	3	6*	3	1	85	84	34	32	5*	4
Aîné(e)	0	3	0	0	95	100	22*	33	3	3
Aîné(e)	7*	3	0	3	74	77	25*	24*	5*	4
Aîné(e)	5	7*	1	4	87	92	23*	27	4	4
Aîné(e)	0	4	0	2	99	92	35	35	4	4
Aîné(e)	0	-	0	-	109	-	21*	-	3	-
Aîné(e)	1	2	0	3	83	73	32	35	3	4
Aîné(e)	4	2	2	0	62*	95	32	35	8**	5*
Aîné(e)	2	3	3	1	50*	92	35	35	6*	3
Aîné(e)	3	5	4	4	69*	65*	26	23*	3	3
Médiane	2,0	3,0	0,5	1,0	86,0	92,0	32,0	35,0	4,5	4,0

Note : une personne âgée n'a pas pu réaliser les post-tests

Les * indiquent un score significatif (voir les grilles d'interprétation plus bas)

Les scores en vert indiquent une amélioration

Les scores en rouge indiquent une détérioration

Résultats aux échelles de mesure - Proches

Participant s	Score EDG		Score BECK		Score EBG		Score ESV		Solitude en 3 points	
	Pré- test	Post- test	Pré- test	Post- test	Pré- test	Post- test	Pré- test	Post- test	Pré- test	Post- test
Proche	3	0	0	0	91	93	30	30	3	3
Proche	1	2	0	1	94	79	28	-	3	3
Proche	3	3	2	3	73	79	32	31	7**	5*
Proche	3	2	3	2	93	83	23*	28	6*	5*
Médiane	3,0	2,0	1,0	1,3	92,0	81,0	29,0	30,0	4,5	4,0

Note : une donnée ESV était manquante pour un proche

Les * indiquent un score significatif (voir les grilles d'interprétation plus bas)

Les scores en vert indiquent une amélioration

Interprétation des scores

EDG : Interprétation de l'EDG à 15 questions :

0 à 5 points : état normal 6 à 11 points* : dépression légère 12 à 15 points : dépression importante

Beck : Interprétation : Score de 0 à 39 (par addition).

0-4 = pas de dépression, 4-7 = dépression légère*, 8-15 = dépression modérée, 16 ou plus = dépression sévère.

Bien-être psychologique : Scores de 0 à 110. Plus le score est élevé, plus le bien-être psychologique est élevé.

0-60 = détresse sévère, 61-72 = détresse modérée*, 73 à 110 = bien-être positif.

Satisfaction vie : Interprétation (version courte) : Score de 5 à 35 (par addition).

- 31 - 35 Extrêmement satisfait
- 26 - 30 Satisfait
- 21 - 25 Légèrement satisfait*
- 20 Neutre
- 15 - 19 Légèrement insatisfait
- 10 - 14 Insatisfait
- 5 - 9 Extrêmement insatisfait

Solitude: Score de 3 à 9. Un score élevé indique une plus grande solitude subjective.

Appendice E
Acceptabilité

Indicateurs d'acceptabilité

Acceptabilité (construits)	Autres données liées
<ul style="list-style-type: none"> - Approprié (pour répondre à l'enjeu de santé ciblé) - Pratique (pour une application dans la vie quotidienne) - Efficace (pour répondre à l'enjeu de santé ciblé) - <i>Risques (du traitement)*</i> - Commodité (facilité et avantage) (mesuré par la volonté de participer à nouveau) 	<ul style="list-style-type: none"> - Taux de participation au départ (intérêt pour l'activité) - <i>Raisons de refus de participation au départ*</i> - L'attrition - Raisons de retrait - Présence aux séances - <i>Adhésion aux recommandations de traitement*</i> - <i>Raisons de non-adhésions aux recommandations de traitement*</i>
	<ul style="list-style-type: none"> - Éléments d'acceptabilité verbaux pendant les séances - Éléments d'acceptabilité non verbaux pendant les séances

**Les éléments en italiques ne s'appliquaient pas à notre projet*

Références :

Sidani, S., Epstein, D. R., Bootzin, R. R., Moritz, P., & Miranda, J. (2009). Assessment of preferences for treatment: validation of a measure. *Research in nursing & health*, 32(4), 419.

Sidani, S., & Fox, M. (2020). The Role of Treatment Perceptions in Intervention Evaluation: A Review. *Science of Nursing and Health Practices - Science infirmière et pratiques en santé*, 3(2). <https://doi.org/https://doi.org/10.31770/2561-7516.1079>

Sidani, S., & Braden, C. J. (2021). Examination of Intervention's Acceptance. Dans S. Sidani & C. J. Braden (édit.), *Nursing and Health Interventions: Design, Evaluation and Implementation* (2nd^e éd.). Wiley Blackwell.

Résultats d'acceptabilité

	Personnes âgées (9)	Proches (4)
Approprié pour l'isolement social	5 – activité appropriée 3 – variable selon les personnes 1 – difficile d'entraîner une personne isolée dans une activité	Tous
Pratique	Tous 3 – sans déplacement 2 – facile d'installation/pas compliqué 1- confortable 1 – facile car chez soi	Tous 1- défis avec la tablette 1- bien organisé
Efficace pour l'isolement social	4 – Efficace 3 - Incertain ou variable selon les personnes 2 - Non efficace (une sans explication, l'autre car elle disait qu'elle avait des proches)	2 – Efficace 1- Plus efficace avec ajout d'une activité de plus, comme un bingo 1 – Incertain
Participerait à nouveau	Tous sauf 1 (3 avec conditions : 1 à long terme, 2 si santé le permet)	2 (ceux + âgés)

Acceptabilité de la durée, de la fréquence et du nombre de rencontres

	Personnes âgées (9)	Proches (4)
Durée (1 heure)	7- Durée adéquate 1- Durée insuffisante pour certains thèmes 1 – Suggère 30 minutes	4- Durée adéquate
Fréquence (2x par semaine)	6- Fréquence adéquate 3- Suggèrent 1x/semaine Précisions: 1- la fréquence favorise la continuité (<i>rester dans l'histoire</i>) 1- parfois activités concurrentes	3- Fréquence adéquate, mais nécessite d'être disponible 1- Suggère 1x/semaine
Nombre (12 séances)	7 – Nombre adéquat 1- Suggère 6 rencontres 1- Trop, mais ne peut nommer un nombre plus adéquat	4- Nombre adéquat

Thèmes favoris (possible de nommer plus d'un thème)

Personnes âgées (9)	Proches (4)
<ul style="list-style-type: none"> - L'école (3) - La vie amoureuse (2) - Vie domestique (1) - Thèmes abordant la jeunesse (1) - Jouets de l'enfance (1) - Loisirs et vacances (1) - Tourner la page/rencontre en présence (1) - Aucun – les a tous aimés (1) 	<ul style="list-style-type: none"> - La famille (1) - Les loisirs et les vacances (1) - La vie amoureuse (1) - La musique (1) - Les recettes (1) - Les amis d'enfance (1) - Les jouets de l'enfance (1) - Aucun – les a tous aimés (1)

Thèmes moins aimés (possible de nommer plus d'un thème)

Thèmes	Participants
Aucun thème moins aimé	5 personnes âgées et 2 proches
La nourriture	1 personne âgée (aucune raison évoquée)
La famille	1 personne âgée (raison : n'a pas eu d'enfants)
Les loisirs et les vacances	1 proche (raison : peut refléter des différences socioéconomiques entre les personnes selon le type de loisirs et de vacances vécus).

Appendice F
Attrition et présence aux rencontres

Attrition et présence aux rencontres

Attrition (sur 16 personnes participantes)	Contexte de l'attrition
Trois personnes âgées : <ul style="list-style-type: none">- Un après 1 rencontre. Motif évoqué : perte d'intérêt et présence d'autres activités à la résidence- Un après 3 rencontres. Motif évoqué : perte d'intérêt.- Un après 6 rencontres. Motif évoqué : perte d'intérêt.	<ul style="list-style-type: none">• 2 avec déficit auditif non compensé (ont quitté après 1 et 3 rencontres):• 1 en conflit important avec une autre personne participante (a quitté après 6 rencontres)

Présence aux rencontres
Total des absences à une séance non liées à de l'abandon : 14
Taux d'absentéisme : 8,9 %
Raisons évoquées pour ces absences : <ul style="list-style-type: none">• Absences liées à une maladie ou à la fatigue : 5 (35,7%)• Absences liées à un RV médical : 3 (21,4%)• Absences liées à un conflit d'activités/visite : 2 (14,2%)• Absences liées à des difficultés de connexion : 2 (14,2%)• Absences pour cause imprécise : 2 (14,2%)

Appendice G
Faisabilité

Faisabilité – Indicateurs

Faisabilité de l'intervention	Faisabilité des méthodes de recherche
<ul style="list-style-type: none"> - Ressources matérielles - Contexte (fonctionnalités) - Ressources humaines - L'implantation de l'intervention 	<ul style="list-style-type: none"> - Recrutement - Sélection des participants - Rétention - Collecte de données

Méthodes à privilégier pour la faisabilité

Selon Sidani et Braden (2021) :

La manière la plus appropriée d'évaluer la faisabilité est qualitative.

Peut être obtenue de 5 façons :

- 1) observations formelles par les chercheurs ou personnes assignées,
- 2) entrevues formelles avec l'interventionniste (personnes qui offrent l'intervention) et les participants (planifiées dans la semaine après les interventions),
- 3) révisions des documents formels (journaux) complétés par les participants ou les interventionnistes,
- 4) rétroactions informelles données par les interventionnistes

Faisabilité de l'intervention – Contexte de l'intervention

Localisation et pièce	<ul style="list-style-type: none"> - Le fait que chacun reste dans sa chambre (ou chez lui pour les proches) procure un endroit parfaitement adapté pour eux, pendant les rencontres. - Il faut par contre modérer les bruits de couloir et les curieux si les portes sont entrouvertes.
Aspects de la vie collective	<ul style="list-style-type: none"> - Certains aspects de la vie collective peuvent être sources de dérangements pendant les rencontres. Exemples tirés du projet : installateur d'air conditionné, déménagement dans la pièce voisine, décès dans la pièce voisine, autres activités dans une salle à proximité, proximité d'une salle commune sujette aux va-et-vient, conflits entre personnes participantes.
Aspects de la vie personnelle	<ul style="list-style-type: none"> - La vie ne s'arrête pas pendant les rencontres, donc il faut demeurer flexible pour : les appels téléphoniques, une visite qui arrive (ou l'infirmière des soins à domicile), les enjeux de santé (toux, fatigue, problèmes langagiers, ralentissement psychomoteur), décès dans la famille, deuil récent non résolu, défis du rôle de personne proche aidante. Concernant ces derniers points, il faut pouvoir assurer l'accompagnement nécessaire aux personnes concernées, en dehors des rencontres.

Dynamiques des groupes	- La dynamique des groupes influence le déroulement. Une familiarité déjà présente entre les personnes participantes facilite grandement l'aisance.
Moment des activités	<ul style="list-style-type: none"> - Il est très important de respecter les besoins du milieu en ce qui a trait à l'horaire des rencontres. Nous avons une résidence où les rencontres se déroulaient le matin, pour éviter les conflits d'horaire avec les soins et services d'assistance (hygiène notamment). Alors que pour l'autre résidence, c'était l'après-midi, puisque plusieurs participants faisaient différentes sorties en après-midi. - Il faut éviter les conflits d'horaire avec les autres activités de la résidence. Ne <u>jamais</u> être en conflit d'horaire avec le Bingo (extrêmement aimé et populaire). Dans notre cas, un seul groupe était occasionnellement en conflit d'horaire avec les activités « café rencontre » ou « chapelet ». - La saison pourrait influencer l'intérêt pour les rencontres. Quand les beaux jours arrivent, les personnes âgées passent beaucoup plus de temps à l'extérieur. - L'horaire doit aussi convenir à l'animatrice. Nous avons pris en compte l'agenda des deux animatrices de notre projet, et nous avons déplacé une rencontre dans la semaine, lorsque c'était nécessaire (deux occurrences).

Faisabilité de l'intervention – Ressources matérielles

Équipement	
<ul style="list-style-type: none"> - Le matériel prêté aux participants âgés et à un proche avait une valeur totale de 400\$ avec taxes, par personne participante. Chaque personne participante avait donc : une tablette Android Samsung 10 pouces protégée par un étui de protection, un micro-casque filaire de marques Logitech, et un support à tablette de marque Amazon Basics. - La taille de l'écran est importante pour assurer une meilleure visualisation par les personnes âgées. - Privilégier un micro-casque où les oreillettes du casque recouvrent bien les oreilles et qui tient bien en place sur la tête (aidant pour les personnes ayant des pertes auditives). - Nos tablettes étaient équipées de la technologie LTE pour avoir internet de manière autonome. La connexion était très stable. Une mauvaise connexion internet pourrait compliquer les choses et est à éviter pour ce type d'intervention. - La personne-ressource (sur place avec les personnes âgées) doit avoir un cellulaire pour communiquer avec l'animatrice, et vice-versa, en cas de besoin. Par exemple, une personne âgée pourrait avoir besoin d'assistance et la personne-ressource doit pouvoir en être informée. - L'animatrice (à distance) utilise son propre matériel informatique (ordinateur, micro, casque d'écoute) et anime les rencontres avec un diaporama PointPoint© (un pour chaque rencontre). 	
Infrastructure	
<ul style="list-style-type: none"> - Un endroit confortable est nécessaire pour l'installation des personnes participantes, mais il est au choix : fauteuil, chaise berçante, chaise droite. Une petite table est toutefois nécessaire pour installer la tablette. Les mains doivent rester libres. - Les tablettes ne doivent pas être approchées l'une de l'autre, sinon de l'écho se produit. Les personnes participantes doivent donc être dans des pièces différentes. 	

- La présence d'une personne-ressource est très importante. Elle aide à l'installation, et assure le bon fonctionnement des rencontres. Elle est présente aussi pour tout besoin.
- Pour la rencontre finale en présence, une table ronde est plus intéressante qu'une table carrée.

Démonstrations des habiletés

- Les personnes âgées et les proches ont pu se familiariser avec la tablette et le Zoom lors de la passation des questionnaires pré intervention.
- Les personnes âgées ont toutes refusé d'apprendre le fonctionnement de la tablette et du Zoom. Ils étaient par contre très à l'aise en étant installés par la personne-ressource.

Documents écrits

- Le calendrier des rencontres, remis à chaque personne participante a été très apprécié. Au départ, nous avons prévu de petits feuillets annonçant la date et la thématique de la prochaine rencontre (remis à la fin de chaque rencontre), mais nous avons abandonné cet usage dès la 2^e semaine, parce que les feuillets n'étaient pas utiles et terminaient au recyclage dès qu'ils étaient reçus.

Faisabilité de l'intervention – Ressources humaines

Moment/contexte de l'intervention

- Les animatrices animaient chacune deux groupes de réminiscence par semaine, deux fois par semaine. Les moments étaient adéquats autant pour elles que pour les participants et déterminés en fonction de leurs agendas.
- Cela signifie donc une implication directe de deux fois 2 heures par semaine (et les deux heures étaient séparées d'une pause de 30 minutes).
- Il est certain que pour se souvenir des discussions précédentes, il importe de ne pas trop multiplier les groupes. Les animatrices ont trouvé que la formule expérimentée était adéquate (2 groupes, 5 heures en tout par semaine, sur 2 avant-midis ou après-midi). Les rencontres étaient à 9h et 10h30 ou à 13h et 14h30.
- L'installation de chaque participant âgé, par la personne-ressource, prend moins de 5 minutes. Il suffit de connaître la procédure de branchement à une réunion Zoom© et cela s'apprend très rapidement.

Préférence de localisation des participants

- L'offre directement à la résidence est idéale pour les personnes âgées (augmente le caractère pratique de l'activité). Les proches non plus n'avaient pas besoin de se déplacer.
- L'horaire était choisi en fonction de leurs besoins et des activités autres de la résidence

Nombre de participants

- Compte tenu du contexte en Zoom, mais également pour offrir plus de temps de parole à chacune des personnes participantes, de petits groupes sont nécessaires (4 à 6 maximum, idéalement).

Préparation des animatrices

- En contexte de recherche, nous avons fourni les diaporamas PowerPoint© aux animatrices. Donc leur préparation se résumait à lire le manuel de formation fourni, ainsi que le manuel détaillé d'interventions.
- Les animatrices ont adopté tel quel le manuel d'interventions, mais celui-ci laissait beaucoup de place à la liberté d'animation, et cela fut apprécié par les animatrices. Suite à cette expérimentation, de petites modifications ont été apportées au manuel en vue de son usage en milieu clinique. Elles ont par ailleurs trouvé le manuel très clair et bien structuré.
- Aucun défi d'implantation (usage du manuel et réalisation des rencontres) n'est survenu.

Horaire adopté pour le programme

Mai	Dim	Lun	Mar	Mer	Jeu	Ven	Sam
	1	2 PM Rural	3	4	5 AM Urbain PM Rural	6 AM Urbain	7
	8	9	10 AM Urbain	11 PM Rural	12 PM Rural	13 AM Urbain	14
	15	16	17 AM Urbain	18 PM Rural	19 AM Urbain PM Rural	20	21
	22	23 PM Rural	24 AM Urbain	25	26 AM Urbain PM Rural	27	28
	29	30	31 AM Urbain				
2022	Horaire Réminiscence combiné						

Juin	Dim	Lun	Mar	Mer	Jeu	Ven	Sam
				1 PM Rural	2 AM Urbain PM Rural	3	4
	5	6 PM Rural	7 AM Urbain	8 AM Urbain PM Rural	9	10	11
	12	13	14	15	16	17	18
	19	20	21	22	23	24	25
	26	27	28	29	30		
2022	Horaire Réminiscence combiné						

Les habiletés requises selon les interventionnistes

- *Le background géronto.* – Interventionniste B, approuvé par Interventionniste A
- *Avoir ces connaissances sur les contextes socioéconomiques et les générations, c'est important. C'était généralement des femmes, mais beaucoup de ces dames-là ne cadraient pas avec la femme typique de leur temps. C'était vraiment intéressant. De le savoir et de le reconnaître, et d'être capable de faire du pouce là-dessus, je pense ça été important dans le contexte de l'intervention.* – Interventionniste A
- *Être capable d'exprimer des émotions. Des fois, moi j'étais au bord des larmes, des fois t'es inquiète donc, savoir aussi exprimer des émotions et même des sentiments. « Je suis contente de vous revoir » etc. Et ça je pense que c'est important, c'est ça qui nous permet aussi d'instaurer cette mise en relation et puis en confiance., [...] Ça je pense que ça aide aussi à créer ce lien qui est indispensable au groupe je pense.* – Interventionniste B
- *J'ajouterais la curiosité, être curieux, avoir envie de connaître, mais qu'est-ce que vous avez vécu ? [...] Y'a des choses qui étaient vraiment intéressantes aussi donc cette ouverture à l'expérience.* – Interventionniste B
- *Aussi une certaine simplicité, une humilité, ...je n'étais pas là comme l'infirmière experte. Je suis juste là pour vous écouter et vous montrez des images.* – Interventionniste B
- *Le tact [...] ça je pense qu'il faut absolument en avoir et dans la gestion du groupe, savoir conserver ce tact d'avoir des habiletés en communication.* – Interventionniste B
- *Tout ce qui est gestion de groupe, avoir de l'entregent, être capable d'établir un lien de confiance rapidement, d'avoir ce contact aussi là avec la personne facilement. Parce que c'est une chose d'établir une relation de confiance en personne et s'est une autre de le faire en Zoom.* – Interventionniste A

Effets perçus sur les personnes âgées – selon les interventionnistes

- *[...] y'a un côté aussi très...sur l'estime de soi, je trouve.* – Interventionniste B
- *Y'avais quand même une très bonne entente générale pis j'trouve que les gens, les participants, étaient généreux de dire : « Wow ! C'que t'as fait ! Comme t'as été courageuse ! Comme ça devait être difficile, mais t'as réussi ! ». Pis j'trouvais que cet, cet aspect un peu narcissisant là, tsé j'trouvais que tsé ça, ça devait leur faire du bien aussi euh de de vivre ça, effectivement, dans le côté social, mais aussi lié à l'estime de soi de la personne. Je trouvais ça intéressant.-* Interventionniste B
- *L'interventionniste A ajoutait qu'elle avait perçu une grande ouverture et une grande franchise chez les participants, qui dévoilaient même des histoires très personnelles et intimes. Un grand degré d'aisance à relater leur vie, même dans ses aspects les plus intimes.*

**Nous n'avons pas questionné les effets perçus auprès d'elles. Il s'agit de partage spontané en entrevue.*

Indicateurs (explications détaillées)
<p>1. Ressources matérielles (fonctionnels, adéquats et en nombre suffisant?) (Sidani et Braden, page 250)</p> <ul style="list-style-type: none"> a. Équipement pour la présentation du matériel éducatif (ex : connexion internet, ordinateur ou tablette, casque d'écoute) b. Infrastructure c. Équipement pour la démonstration des habiletés d. Documents écrits <p>S'il y a lieu, est-ce que les stratégies de résolution de problèmes proposées ont été efficaces?</p>
<p>2. Contexte (fonctionnalités) : expliquer comment certains événements ont pu influencer la qualité de l'intervention et comment cela a été recadré (Sidani et Braden, page 251)</p> <ul style="list-style-type: none"> a. Localisation de l'endroit (immeuble) où se déroule l'intervention b. La pièce dans laquelle se déroule l'intervention c. Les circonstances particulières entourant la vie des participants : <ul style="list-style-type: none"> i. Aspects de la vie collective de la résidence (deuils, déménagements, maladie) ii. Aspects de la vie personnelle des résidents (deuils, déménagements, maladie, humeur) d. Le timing convenable pour l'interventionniste et le participant. <p><i>Ce timing cible le bon moment durant lequel l'intervention (de type individuel ou en groupe / en personne ou à distance [par téléphone ou par Zoom]) est offerte (jour de la semaine et période de la journée propice à...)</i></p>
<p>3. Ressources humaines (Sidani et Braden, page 252) :</p> <ul style="list-style-type: none"> a. Timing durant lequel l'intervention est donnée pour optimiser les bienfaits de celle-ci b. Préférence des participants concernant l'endroit et le moment durant lesquels l'intervention est administrée c. Nombre de participants (échantillon recruté pour recevoir l'intervention) d. Nombre d'interventions à évaluer e. Préparation des interventionnistes aux interventions (page 253) : <ul style="list-style-type: none"> I. Contenu (clarté et profondeur, nécessité d'adapter l'intervention) II. Structure de l'intervention : la préparation et l'entraînement préalables aux interventions permettent de réviser la conceptualisation et l'opérationnalisation de l'intervention III. Interventionnistes : défi dans l'application de l'intervention, entraînement et attention portée aux habiletés requises par les interventionnistes pour administrer l'intervention.
<p>4. Implantation de l'intervention</p> <p>Défis de l'intervention, spécialement pour celle administrée avec les technologies (technology-based interventions) (Sidani et Braden, page 255).</p> <ul style="list-style-type: none"> a. Contenu clair? bon ordre? fluide? Aussi, compréhension et séquence logique du contenu de l'intervention, si termes techniques utilisés :

- i. explications claires,
 - ii. clarification des termes,
 - iii. justification de l'intervention donnée
 - iv. séquence des explications r/a recommandations d'un traitement présenté du plus simple au plus complexe
- b. Facilité avec laquelle l'intervention a été administrée selon le mode choisi : le nombre de participants est adéquat? Collé à la réalité des participants? Connection stable et de bonne qualité sans interruption des échanges? Même pour ceux avec des problèmes de vision et d'audition?
- c. Compréhension et perception de la pertinence des activités auxquelles les participants (personnes âgées) participent? Collés à leur réalité?
- d. Perception des participants des fonctions du système (acquisition d'aisance avec l'utilisation du matériel informatique?)
- e. Temps requis pour compléter les séances et accéder au système

Références :

Sidani, S., & Braden, C. J. (2021). Examination of feasibility: Intervention and Research Methods. Dans S. Sidani & C. J. Braden (édit.), *Nursing and Health Interventions: Design, Evaluation and Implementation* (2nd^e éd.). Wiley Blackwell.

Appendice H
Manuel de formation version recherche

UQTRUniversité du Québec
à Trois-Rivières

Manuel de formation

**Programme de reminiscence en modalité virtuelle
pour les aînés en résidence et leurs proches**

*Version préliminaire de recherche: NE PAS UTILISER NI REPRODUIRE
Version pour usage en clinique au: <http://www.uqtr.ca/projet-reminiscence>*

Auteurs du guide :

1. Maude Dessureault inf., PhD.
2. Gabrièle Dubuc PhD (c)
3. Marie-Ève Leblanc inf., PhD.
4. Lyson Marcoux psychol., PhD

Collaborateurs :

1. Fannie Dupont

Remerciements :

Sources de financement : Le Secrétariat aux aînés du ministère de la Santé et des Services sociaux et le Fonds de recherche du Québec – Société et culture

Version préliminaire de recherche: NE PAS UTILISER NI REPRODUIRE
Version pour usage en clinique au: <http://www.uqtr.ca/projet-reminiscence>

Composantes clés de la réminiscence positive (Rainbow 2013, chapitre 2, page 21)

Voici un tableau qui résume les composantes clés de la réminiscence positive

Habilités	Connaissances	Attitudes
Écoute active – pour répondre à la communication verbale et non verbale	Processus de groupe : comprendre le rôle que les individus jouent dans les groupes et promouvoir une identité de groupe	Promouvoir la personnalité des individus : respecter l'unicité de la personne qui s'exprime
Empathie – expérimenter le monde de l'autre sans perdre le sens de soi	Processus de deuil : bien discerner les réponses normales ou anormales aux situations de pertes	Valoriser les histoires des aînés et se montrer enthousiaste d'apprendre de leurs vies
Apprendre sur la réminiscence	Trouver les normes culturelles et religieuses pertinentes aux situations vécues	Reconnaître le rôle du passé des aînés dans leur vie actuelle
Reconnaître quand il est nécessaire de référer à une autre ressource pour du support supplémentaire	Être à l'affût des émotions transmises lors des souvenirs évoquant les pertes	Encourager les aînés à prendre une place active et non passive au sein de la société

Version préliminaire de recherche. NE PAS UTILISER NI REPRODUIRE
Version pour usage en clinique. <http://www.usg.ca/projet-reminiscence>

Apprendre comment être en accord avec le langage verbal et non verbal (Rainbow 2013, chapitre 2, page 23)

Ces interventions mentionnées ci-bas constituent autant des habiletés lors d'interaction en présence qu'à distance *

Tableau sur le langage non verbal et verbal

<p>Non-verbal :</p> <ul style="list-style-type: none"> - S'asseoir au même niveau que la personne à qui l'on s'adresse (non applicable à distance par rapport aux proches et à l'intervencionniste qui interagissent à distance) - Maintenir un contact visuel sans fixer* - Démontrer votre attention et intérêt en hochant la tête et avec des expressions faciales qui démontrent votre compréhension et acceptation - Promouvoir l'expression des émotions sans interruption - Accepter les silences sans s'empresser de combler rapidement l'espace-temps
<p>Verbal :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Soyez clair à propos du temps alloué pour la discussion de groupe - Reconnaître les émotions exprimées et avoir une communication empathique, rester connecté au monde de l'individu pour une période de temps - Se montrer intéressé et concerné avec des commentaires qui expriment le soutien comme : « Oui, je vois comment cela a pu être difficile pour vous ». - Utiliser des questions ouvertes pour encourager les aînés à partager leurs pensées et leurs ressentis associés aux souvenirs : « Comment ces mots-là vous ont fait réagir ? ou Qu'est-ce que vous avez ressenti quand c'est arrivé ? Comment allez-vous faire face à cela, maintenant que c'est passé » - Éviter de minimiser les émotions avec des expressions laconiques ou convenues, ce qui pourrait empêcher les expressions de sentiments douloureux. Utiliser plutôt des questions qui permettent aux individus une opportunité d'approfondir davantage leurs sentiments comme : « Cela me semble avoir été une période douloureuse pour vous. Est-ce que cela pourrait vous aider de m'en dire davantage à propos de ce que vous avez vécu à ce moment-là ? » - Valoriser ce qui a été partagé à la fin de chaque séance - Aider les Aînés à « Revenir au moment présent » à la fin de la séance pour finaliser en parlant du ici et maintenant.

* Pour l'intervention à distance, particularité de la façon dont notre regard est affecté par le fait de se retrouver devant un écran :

Apprendre à bien cibler le non verbal est évidemment plus difficile durant des séances à distance puisque il est impossible d'avoir un contact visuel franc avec l'auditeur. Les gens, devant une caméra, ont souvent tendance à fixer l'écran tandis que pour donner à l'autre l'impression qu'on le regarde vraiment, il faut regarder la caméra.

Barrières à la communication de groupe efficace (Rainbow 2013, chapitre 2, page 26-27)

Distractions externes qui peuvent nuire à l'écoute et l'attention des participants lors des séances :

- Bruits extérieurs : Travaux sur la route à l'extérieur, construction en cours (immeuble), trafic routier
- Bruits intérieurs : Télévision, musique, conversation des autres personnes, sonneries et bruits des téléphones
- Environnement : Sièges des fauteuils ou des chaises inconfortables, Température inconfortable (trop chaud, trop froid)
- Autres distractions : Demandes contradictoires, incluant des appels téléphoniques

Distractions internes nuisibles à une écoute efficace :

- Comportement d'inattention :
 - o Manque de contact visuel, s'asseoir trop loin ou avoir des meubles comme barrières
- Bloquer l'expression :
 - o Bloquer activement l'expression des sentiments et des pensées émises, afficher des expressions faciales qui peuvent être perçues comme des signes de jugements (ex : froncer ou élever les sourcils).
- Attitudes personnelles :
 - o Tenir des points de vue expliquant comment les autres doivent vivre leur vie, ce qui peut entraîner des réponses choquantes ou critiques à l'égard des individus,
 - o Avoir des préjugés importants envers certains groupes de gens, ce qui peut mener à des réactions d'aversion et de peur,
 - o Démontrer un grand besoin de donner des conseils, ou s'empresseur de faire de la réassurance, ce qui empêche les individus de trouver leurs propres solutions à leurs difficultés ou d'exprimer leur sentiment de malaise.
- Sentiments personnels :
 - o Sentiments de fatigue ou d'exaspération à force d'écouter les difficultés vécues,

Version préliminaire de recherche: NE PAS UTILISER NI REPRODUIRE
Version pour usage en clinique au: <http://www.uqtr.ca/projet-reminiscence>

- Irritation ou impatience devant les commentaires ou comportements des participants : écouter en continu et de manière constante peut être exigeant et fatiguant au fil du temps,
- Des craintes pour le futur de ceux qu'on aime et le rappel de ses propres pertes passées peuvent être provoquées lorsqu'on écoute les autres se raconter,
- Être à l'affût de ses propres émotions et les accepter concernant les pertes passées aide à améliorer nos habiletés à bien écouter et à bien réagir face aux histoires de deuils et de pertes racontées par les autres.

Organisation des groupes de réminiscence (selon Rainbow, 2003 ; chapitre 3, p.46)

Principes directeurs

1. Les animateurs des groupes de réminiscence ont besoin du soutien des autres collègues impliqués (ex : personne-ressource, responsable de la résidence) lors de l'introduction et du développement des activités (*cohésion d'équipe);
2. L'équipe de travail des groupes de réminiscence contribue à la création d'un climat de soins dans les établissements qui favorisent le maintien et la célébration de l'unicité de l'individu ;
3. Le travail de réminiscence positive nécessite un engagement de temps de personnel, d'encadrement et de ressources financières ;
4. Une direction conjointe plutôt qu'unique ou individuelle est plus efficace pour promouvoir un processus de réminiscence positif ;
5. Placer avant la mise en place et pendant la durée des activités des groupes de réminiscence, ainsi que l'évaluation après réalisation, contribuent à la réussite de ce type d'activité.

Version préliminaire de recherche: NE PAS UTILISER NI REPRODUIRE
Version pour usage en clinique au: <http://www.uqtr.ca/projet-remniscence>

L'art de maintenir une bonne communication entre les participants (aînés et proches) durant les séances de réminiscence (selon Rainbow, 2003 ; chapitre 3, p.65)

Début des séances : briser la glace

Au début de la séance de groupe, même si ce même groupe a déjà eu des rencontres ensemble à quelques reprises, tous - incluant les membres et les leaders (dans ce cas-ci l'interventionniste et la personne-ressource) - peuvent avoir un sentiment de malaise comme s'ils avaient à recommencer de nouveau.

Rapidement, les leaders doivent être des facilitateurs dans l'établissement d'un sentiment *d'être ensemble et de confiance*. Des interventions pour briser la glace sont inestimables pour tenter de diminuer les tensions dans le groupe, procurer des activités agréables à tous tout en offrant la possibilité pour chaque membre du groupe d'être impliqué dans le début de la séance.

Idées pour briser la glace : **Certaines s'appliquent seulement en personne**

1. Pour les aînés en présence, la personne-ressource peut utiliser une balle souple (ex : balle qui fait un drôle de bruit quand elle est manipulée) qui est doucement lancée aux aînés, en expliquant que celui qui la reçoit doit dire son nom quand il attrape la balle. Cette activité peut susciter le sourire.
2. Demander aux membres du groupe des questions fermées à propos de leur histoire de vie comme « Où avez-vous vécu étant enfant ? Quel a été votre premier travail ? ». Cette activité ne doit être utilisée que dans la mesure où les membres du groupe seront en mesure de répondre facilement.

S'assurer que tous ont répondu à la question durant un premier tour de table avant d'inciter des aînés à donner plus de détails sur le sujet. Cette activité est efficace pour briser la glace en donnant la possibilité à tous de débiter la séance de groupe et peut aussi révéler des liens entre des aînés qui pourraient avoir été des voisins dans leur enfance ou avoir eu une occupation commune.

* **Note :** Les détails pour la suite de la réponse à ce genre de question (plutôt fermée et courte) seront demandés aux participants lors de la séance de réminiscence dont le thème sera apparié à cette question.

3. Faire circuler un panier contenant des petits objets représentant le thème de la séance de réminiscence qui sera abordé parmi les aînés du groupe et encourager chacun d'eux à choisir un de ces objets. Par la suite, demander à chacun des aînés

pourquoi ils ont choisi cet objet et le souvenir qui y est associé. S'assurer d'avoir suffisamment d'objets pour tous les aînés. Si deux aînés veulent le même objet, encouragez-les à se partager l'objet. Cette activité donne une chance à tous de partager un souvenir en début de séance.

4. Débuter la session avec une chanson populaire que tous les aînés connaissent bien afin qu'ils puissent chanter ensemble. Les encourager à se tenir par la main ou à taper des mains pendant qu'ils chantent. Cette activité aide à détendre l'atmosphère et à évoquer des souvenirs à travers la musique.

Utilisation des questions et réponses de façon appropriée

1. Essayer d'éviter de poser des questions comme : « Vous souvenez-vous... ? Qu'est-ce que vous vous souvenez à propos de ... ? ». Utiliser davantage une formulation de questions qui ne mettra pas en évidence les éventuelles pertes de mémoire associées à un type de souvenir comme : « Qu'est-ce que cela vous rappelle ? À quoi vous pensez quand vous regardez cet objet ? Qu'est-ce que vous pensez quand vous regardez cet objet ? ». Une question commençant par « Vous souvenez-vous... ? » pourrait faire ressortir les pertes de mémoire et un sentiment d'échec chez l'aîné qui tente de se rappeler en vain et qui devra admettre des difficultés à répondre à la question.
2. Utiliser des questions ouvertes pour encourager les aînés à détailler leurs souvenirs. Voici un exemple : « À quoi votre première journée ou vos premiers jours à l'école ressemblaient ? ». Les questions fermées encouragent davantage les réponses à un seul mot. Éviter les questions du genre : « Étiez-vous enfant unique ? ou Avez-vous eu une enfance joyeuse ou triste ? ».
3. Faire un résumé suivant la verbalisation des souvenirs de chacun des aînés et demander si l'histoire racontée évoque des souvenirs. Par ex. : Mme X nous a raconté à quoi ressemblaient ses journées d'école alors qu'elle devait se lever très tôt pour faire les corvées autour de la maison. Et vous, quand est-ce que vous deviez effectuer les corvées ?
4. Il est important de laisser suffisamment de temps aux aînés pour répondre aux questions incitatives et retrouver leurs souvenirs. Les personnes âgées expriment un grand plaisir à avoir la possibilité d'entrer en contact avec des souvenirs qui ne font généralement pas partie de leur répertoire familial de souvenirs.

Animation et Maintien des groupes de réminiscence (selon Rainbow, 2003 ; chapitre 4, p.70)

Principes directeurs

1. Le choix des thèmes appropriés et d'éléments déclencheurs ravive les souvenirs du groupe. Les thèmes qui comportent un élément d'action sont particulièrement évocateurs pour stimuler les souvenirs ;
2. Les éléments déclencheurs doivent faire appel à une variété de sens et être pertinents pour toutes les cultures représentées dans le groupe ;
3. L'utilisation de « *brise-glace* », de questions ouvertes, de résumés de souvenirs et de médiation entre les membres du groupe favorise la communication de groupe ;
4. C'est important de planifier la dernière séance de groupe de manière plus spéciale ;
5. Préserver et partager des souvenirs valorise le vécu des aînés.

Médiation dans le groupe

La promotion d'une expérience de réminiscence positive pour tous les membres du groupe peut parfois dépendre de la capacité de l'interventionniste à servir de médiateur entre les membres du groupe. Il peut s'agir de s'assurer qu'aucun membre ne monopolise le temps du groupe avec un long flux ininterrompu de souvenirs, ce qui prive les autres de l'opportunité de partager leurs souvenirs. Les membres dominants du groupe jouent souvent le rôle d'"experts" en matière de rappel (voir chapitre 2). Ils ont une mémoire rapide et aiment souvent raconter des histoires amusantes de leur passé. Les interventionnistes doivent faire taire les membres dominants du groupe pour éviter que l'irritation ne se développe au sein du groupe. Souvent, il suffit pour l'interventionniste d'interpeller d'autres personnes pour rappeler au membre dominant qu'il fait partie d'un processus de groupe. Toutefois, si cela ne fonctionne pas, il peut être utile de rappeler à

cette personne les règles de base du groupe, qui consistent à donner à chacun une chance de s'exprimer et la possibilité de partager ses souvenirs. Continuez en résumant le dernier souvenir que la personne dominante a partagé, puis tournez-vous vers les autres membres du groupe pour les encourager à participer.

Une autre situation difficile qui nécessite la médiation de l'interventionniste est celle où une personne corrige une autre personne sur l'exactitude de ses propos ou souvenirs. Il est essentiel que l'interventionniste protège les membres du groupe contre une telle dévalorisation. Dans cette situation, il est important d'insister sur le fait que la mémorisation est un processus très personnel et que le rôle du groupe est de soutenir chaque personne, puis d'apprécier, et non de dévaloriser, la mémoire et les souvenirs des personnes.

L'utilisation d'un langage raciste ou sexiste est un autre domaine qui nécessite une médiation, en particulier s'il est destiné à un membre du groupe. Il est essentiel que l'interventionniste fasse immédiatement comprendre que les commentaires offensants sont irrespectueux et blessants et ne peuvent être tolérés.

Version préliminaire de recherche: NE PAS UTILISER NI REPRODUIRE
Version pour usage en clinique au: <http://www.uqtr.ca/projet-remembrance>

Appendice I
Manuel d'interventions version recherche

UQTR



Université du Québec
à Trois-Rivières

Manuel d'intervention

**Programme de reminiscence en modalité virtuelle
pour les aînés en résidence et leurs proches**

*Version préliminaire de recherche: NE PAS UTILISER NI REPRODUIRE
Version pour usage en clinique au: <http://www.uqtr.ca/projet-reminiscence>*

Présentation de l'intervention et des auteures

Nom de l'intervention : Programme de réminiscence en modalité virtuelle pour les aînés en résidence et leurs proches

Auteures du guide :

1. Maude Dessureault inf., PhD.
2. Gabrièle Dubuc PhD (c)
3. Marie-Ève Leblanc inf., PhD.
4. Lyson Marcoux psychol. PhD

Collaborateurs :

1. Fannie Dupont

Remerciements

Sources de financement : Le Secrétariat aux aînés du ministère de la Santé et des Services sociaux et le Fonds de recherche du Québec – Société et culture

Aperçu de l'intervention¹

Description brève :

Ce programme comporte 12 séances de réminiscence d'une durée d'une heure offertes à 3 ou 4 dyades aîné-proche, et animées à distance, par visioconférence pendant 6 semaines. Accompagnés en tout temps par une personne-ressource pendant les séances, les aînés sont réunis dans une salle de leur résidence et connectés avec chacun une tablette électronique et un micro-casque, alors que les proches participent à distance aux rencontres, depuis leur domicile.

Élément à décrire	Élément spécifique	Exemple
Nom de l'intervention		Programme de réminiscence en modalité virtuelle pour les aînés en résidence et leurs proches
Buts de l'intervention	Buts ultimes	Améliorer le bien-être psychologique et la satisfaction envers la vie. Réduire le sentiment de solitude et les symptômes dépressifs.
	Changements ² souhaités (résultats immédiats et résultats intermédiaires)	<ul style="list-style-type: none"> - Expérimenter des émotions et sentiments positifs dans ses relations avec les autres, dans le présent, par l'usage des traditions narratives (se raconter, converser) - Développer une participation active dans l'environnement social

¹ Présentation selon Sidani et Braden (2021), p.134, composantes et activités inspirées de Stinson (2014)

² Selon O'Rourke, Cappeliez et Claxton (2011) et Satorres (2017)

- Renforcer ses liens sociaux
- Développer une identité personnelle et sociale
- Maintenir et construire la confiance en soi par le biais des éléments positifs des souvenirs racontés

Composantes ³ et activités	Composante 1 : Introduction des membres et de l'interventionniste	But : Familiarisation et établissement du cadre des rencontres. Activités : - Familiarisation avec l'interventionniste - Rappel de la structure des rencontres. - Rappel des ressources disponibles pour contrer les risques. - Présentation générale des aînés et des proches, dans le ici et maintenant, exé sur les lieux où ils ont vécu.
	Composante 2 : Discussion pour apprendre à se connaître	But : Discuter de la famille, des amis, des moments plaisants des débuts de leur vie. Activités : - Tours de paroles des aînés pour discuter de la famille où ils sont nés, des amis et de moments plaisants de leur vie. - Partage de photos illustrant la famille, les amis, des moments plaisants. - Poser des questions afin d'enrichir le dévoilement de l'aîné sur le début de sa vie. - Encourager les proches à ajouter des histoires partagées.

³ Une composante est aussi une séance de réminiscence.

Composante 3 :
La musique des années
1920 à 1960

Buts : - Faire surgir des souvenirs
oubliés mais stimulés à l'écoute de
chansons ou mélodies reconnues par
l'aîné. - Réguler les émotions.

Activités :

- Faire jouer différentes chansons en
ordre chronologique
- Porter attention si certains aînés se
rappellent de ces chansons et discuter
des souvenirs spécifiques qui y sont
associés.
- Inciter les aînés à exprimer en quoi
ces chansons sont spéciales pour eux et
le sens qu'elles portent.
- Encourager les aînés à chanter et
taper dans les mains.
- Présenter un vidéoclip avec une
représentation de la musique
d'époque.
- Encourager les proches à ajouter des
histoires partagées.

Composante 4 :
Le travail, la vie
domestique, le
bénévolat ou le
premier emploi

But : Discuter du travail, de la vie
domestique, du bénévolat ou du
premier emploi.

Activités :

- Tours de paroles des aînés pour
discuter du travail, de la vie
domestique, du bénévolat ou premier
emploi.
- Partage de photos dépeignant des
emplois spécifiques (et autres
occupations comme la vie domestique,
le bénévolat ou le premier emploi)
- Questionner les aînés et animer la
discussion

Composante 5 :
Les Fêtes

- Encourager les proches à ajouter des histoires partagées.

But : Discuter des fêtes et de leurs traditions.

Activités :

- Tours de paroles des aînés pour discuter des traditions liées aux fêtes (nourriture, vêtements, chansons).
- Partage de photos dépeignant des fêtes.
- Écoute de chansons liées aux fêtes
- Questionner les aînés et animer la discussion.
- Encourager les aînés à chanter les chansons.
- Encourager les proches à ajouter des histoires partagées.

Composante 6 :
L'école et ses premiers jours

But : Discuter de l'école et de ses premiers jours.

Activités :

- Tours de paroles des aînés pour discuter de l'école (premier jour ou entrée à l'école, uniforme scolaire, enseignantes)
- Partage de photos dépeignant la vie scolaire.
- Questionner les aînés et animer la discussion.
- Encourager les proches à ajouter des histoires partagées.

Composante 7 :
Les premiers jouets de l'enfance

But : Discuter des premiers jouets de l'enfance.

Activités :

Version préliminaire de recherche: NE PAS UTILISER NI REPRODUIRE
Version pour usage en clinique au: <http://www.uqtr.ca/projet-remembrance>

Composante 8 :
La vie amoureuse

- Tours de paroles des aînés pour discuter des premiers jouets, des jouets les plus inusités, des jouets préférés, des jouets faits à la maison.
- Partage de photos de jouets anciens.
- Questionner les aînés et animer la discussion.
- Encourager les proches à ajouter des histoires partagées.

But : Discuter de la vie amoureuse.

Activités :

- Tours de paroles des aînés pour discuter des premiers amours, des fréquentations, des demandes en mariage (fiançailles), de leur mariage ou union des mariages en général.
- Partage de photos liées à la vie amoureuse, aux fiançailles, au mariage (célèbre ou non).
- Faire jouer de la musique liée au thème.
- Questionner les aînés et animer la discussion.
- Encourager les proches à ajouter des histoires partagées.

Composante 9 :
La famille et les animaux domestiques

But : Discuter de la vie familiale, des enfants et des animaux domestiques.

Activités :

- Tours de paroles des aînés pour discuter des enfants, des animaux et de la vie en famille.
- Partage de photos liées aux enfants, à la vie familiale et aux animaux domestiques
- Questionner les aînés et animer la discussion.

Composante 10 :
La nourriture

- Encourager les proches à ajouter des histoires partagées.

But : Discuter des plats préférés et des recettes.

Activités :

- Tours de paroles des aînés pour discuter des plats préférés liés à l'enfance, des plats préférés des fêtes, des odeurs préférées et de recettes favorites.
- Partage de photos liées à la nourriture
- Partage de recettes par les aînés qui le désirent.
- Questionner les aînés et animer la discussion.
- Encourager les proches à ajouter des histoires partagées.

Composante 11 :
Les premiers amis – les vieux amis

But : Discuter de l'amitié, tout au long de la vie.

Activités :

- Tours de paroles des aînés pour discuter de leurs premiers amis, de leurs vieux amis, de moments et souvenirs amusants.
- Partage de photos liées aux amis
- Questionner les aînés et animer la discussion.
- Encourager les proches à ajouter des histoires partagées.

Composante 12 :
Tourner la page

But : Permettre aux membres de parler de leur expérience de participation au groupe.

		<p>Activités :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Tours de paroles des aînés pour offrir une dernière chance de partager un souvenir lié aux thèmes précédents. - Tours de paroles des aînés et des proches pour parler de leur niveau d'appréciation des activités de réminiscence. - Partage de rafraîchissements et collations.
Modalité	<p>Modalité en partie virtuelle.</p> <p>Format de groupe impliquant 3 aînés regroupés avec une personne-ressource, puis 3 proches et l'interventionniste à distance, tous connectés en visioconférence.</p> <p>Combinaison de présentations orales et visuelles, discussions de groupe, et assistance technique.</p>	<p>Modalité virtuelle : Usage de tablettes électroniques, de micro-casques, et de l'application de visioconférence Zoom.</p> <p>Présentation orale (interventionniste) : Usage de termes simples et adaptés au niveau de langage des participants, pour annoncer les consignes ou thèmes du jour.</p> <p>Présentation visuelle (interventionniste et personne-ressource) : Usage de photos (personnelles et publiques), de musique et de vidéoclips pour stimuler les souvenirs.</p> <p>Discussion (interventionniste): Animation des tours de paroles et usage de questions pour inciter au dévoilement des souvenirs.</p>

Version préliminaire de recherche: NE PAS UTILISER NI REPRODUIRE
Version pour usage en clinique au: <http://www.uqtr.ca/projet-reminiscence>

Assistance technique (personne-ressource) : Rappel de l'activité, aide à l'installation des aînés pour les rencontres, à la connexion Zoom et à l'usage des tablettes. Assurer le confort et répondre aux émotions négatives, s'il y a lieu. Gestion de l'affichage des images sur un écran à part.

Dose	<p>Douze séances (une composante par séance).</p> <p>Chaque séance est d'une durée de 60 minutes ; elle est donnée deux fois par semaine, sur une période de six semaines.</p>
------	--

Résumé des ressources humaines et matérielles

Catégories	Éléments
Personnel (autre l'interventionniste)	Une personne-ressource pour accompagner l'installation du groupe et collaborer à la diffusion des images
Environnement	<p>Un local permettant :</p> <ul style="list-style-type: none"> - L'accueil d'un groupe de trois à quatre aînés sous forme de demie table ronde, et un coin en retrait pour la personne-ressource - Un bon éclairage - Une température confortable - Une bonne acoustique et un minimum de bruits extérieurs pour faciliter l'audition et réduire les distractions.
Objets	<ul style="list-style-type: none"> - Table pour les aînés - Table pour la personne-ressource

- Tablettes électroniques (une pour chaque aîné et une pour la personne-ressource) avec technologie LTE (connectées à internet)
- Micro-casques (un pour chaque aîné et un pour la personne-ressource)
- Supports à tablettes (un pour chaque tablette)
- Un portable de 15 pouces ou plus (ou autre écran)
- Un pointeur/sélecteur de diapositives PWP à distance
- Feuilles annonçant le thème et le moment de la prochaine rencontre.
- En contexte de recherche : papier/crayon pour notes au besoin par la personne-ressource

Étapes préliminaires à la réalisation des séances

Ces étapes préliminaires peuvent être réalisées par l'interventionniste et/ou la personne-ressource, mais le résultat de ces étapes doit être partagé entre les deux.

Créer le groupe : Les aînés préfèrent généralement connaître à l'avance l'identité des autres membres du groupe avant de décider de participer à l'activité. Comme la réminiscence implique le dévoilement des souvenirs et des discussions personnels, plusieurs personnes envisagent plus favorablement cette activité si elle est faite en présence de personnes qui leur sont déjà familières et avec lesquelles elles ont des affinités. Pour certaines personnes, l'absence d'affinités peut même se traduire en refus de participer à l'activité. Une bonne stratégie consiste à identifier un premier participant, puis de demander à celui-ci de nommer deux autres aînés avec qui il aimerait réaliser l'activité.

Connaître le groupe : Il est souhaitable de connaître des éléments-clés de la vie des participants avant les rencontres. Cela permet de personnaliser les séances, notamment par l'usage de photos de banques publiques significatives pour les personnes, en fonction de leur histoire de vie. Avoir une connaissance de base des participants permet également de mieux comprendre éventuellement certaines réactions durant les séances (ex : une aînée qui a eu un conjoint décédé de noyade et qui entend un autre aîné parler de voyage en bateau pourrait se montrer triste ou troublée face à l'enthousiasme de certains pour une situation qui lui rappelle un drame). Un exemple de questionnaire « histoire de vie » est disponible à l'annexe X.

Recueillir les photographies personnelles : Avant le début du programme de réminiscence, il est important de recueillir les photos personnelles que les aînés souhaitent partager. Ces photos sont sélectionnées en fonction de liens avec les différents thèmes des séances. Elles sont recueillies par numérisation, à l'aide d'un téléphone cellulaire.

Créer des montages de photographies numériques : Utiliser le logiciel PowerPoint pour créer un montage qui permettra de présenter les photographies en partage d'écran sur Zoom, lors de chacune des séances. Sur chaque montage, chaque photo est accompagnée du nom de l'aîné(e) ayant partagé celle-ci. Les photos sont celles qui ont été sélectionnées par les aînés dans leurs photos personnelles ainsi que des photos sélectionnées par l'interventionniste sur des sites d'archives libres de droits, en se rapportant aux informations fournies dans le questionnaire d'histoire de vie complété par chaque aîné.

Configuration des tablettes et de Zoom : Créer un lien Zoom récurrent, sans salle d'attente, avec audio « téléphone et audio de l'ordinateur », avec paramètres « enregistrer automatiquement la réunion dans le Cloud » (**si en contexte de projet de recherche**), et s'assurer que le paramètre de partage d'écran est activé. S'assurer que l'application Zoom est en évidence sur la page principale des tablettes. Selon l'aisance des

participants, choisir de sauvegarder à l'avance ou non les informations de connexion Zoom dans les tablettes. Dans les paramètres des tablettes, s'assurer que le bouton « WiFi » est activé ou non, selon l'usage du réseau internet de la résidence ou de la LFE.

Préparation du portable/écran : Afin de permettre un contact visuel plus long avec les photographies pour les aînés, un ordinateur portable est aussi utilisé comme écran pour projeter les présentations PowerPoint utilisées lors des séances. Ce portable doit donc contenir les présentations PowerPoint qui seront utilisées pour l'ensemble du programme.

Préparer les feuillets thématiques : Ce manuel inclut onze feuillets thématiques à imprimer. Ils indiquent le thème de chacune des rencontres, en plus d'annoncer le thème, la date et l'heure de la rencontre suivante. Le verso de ces feuillets rappelle les coordonnées des ressources à contacter en cas d'émotions négatives ou de détresse psychologique.

Organisation matérielle et ressources nécessaires :

Environnement physique : De concert avec la direction de l'établissement où se déroule le programme de réminiscence, une salle privée doit être réservée où les aînés peuvent parler sans être écoutés ou distraits par des non participants. La taille de la salle doit être confortable pour les quatre personnes et l'accès doit être adapté aux capacités des participants. Les chaises doivent être confortables pour que les aînés puissent être assis durant une heure. Une table est nécessaire afin de déposer les tablettes et libérer les mains des aînés, et permettre l'installation d'un écran ou d'un portable (minimum 15,6 pouces) permettant la projection de photos. Un souci doit être porté à ce que la température et la luminosité de la pièce soient agréables aux participants.

Ressources matérielles :

- Matériel informatique sur place : Le programme prévoit de prêter une tablette avec accès à internet (LTE) à chaque aîné. Un casque d'écoute avec microphone leur est aussi fourni afin de limiter les distractions sonores et les retours de sons. Un petit support ajustable pour le positionnement de la tablette est également fourni. Le participant peut utiliser son ordinateur portable (muni d'une caméra) ou sa tablette personnelle, s'il le préfère. Un ordinateur portable et un « clicker » à diapositives sont également utilisés par la personne-ressource pour projeter plus longuement les images utilisées pendant les séances.
- Feuilles thématiques : feuille indiquant au recto le thème du jour, le thème suivant, la date et l'heure de la prochaine rencontre, puis au verso les coordonnées des ressources en cas d'émotions négatives ou détresse psychologique.

Environnement et matériel des proches (connectés à distance) : Les proches ont leur propre matériel informatique (ordinateur muni d'une caméra ou tablette). Ils doivent avoir accès à une connexion internet stable. Ils reçoivent un lien zoom par courriel pour participer à l'activité ou encore le numéro de réunion et le code secret à entrer et sauvegarder sur leur tablette ou ordinateur. Un seul et même lien Zoom est utilisé pour l'ensemble des rencontres. Il leur sera suggéré d'utiliser un casque d'écoute ou des écouteurs afin de limiter les bruits environnants et que d'autres personnes entendent les propos tenus durant l'activité. Il leur sera aussi suggéré de s'installer confortablement dans un endroit calme de leur demeure afin de limiter les distractions. Pour les proches qui le nécessiteront, une séance de pratique sera proposée pour se familiariser avec la connexion Zoom et la manipulation de la tablette.

Organisation des ressources humaines :

Interventionniste :

Définition : L'interventionniste est une personne formée pour donner l'intervention. Elle s'est approprié le présent manuel d'intervention et le manuel de formation. Elle a de l'expérience auprès des aînés et détient des aptitudes à intervenir auprès de cette clientèle. Elle se sent à l'aise avec les technologies et l'utilisation de Zoom. Elle se sent habilitée à donner l'intervention, de par son expérience, sa formation professionnelle et les connaissances acquises par la lecture de ce manuel.

Rôle : Elle est connectée à distance sur Zoom et s'assure que les séances seront bien enregistrées de façon automatisée dès la connexion Zoom (en contexte de recherche seulement). Son rôle est de présenter le thème du jour et d'animer les discussions. Elle sollicite la participation des aînés et pose des questions afin d'approfondir le dévoilement des réminiscences. Elle favorise l'établissement des liens entre les propos tenus aux séances antérieures et favorise les échanges entre l'aîné et son proche. Elle recadre les interventions lorsqu'elles s'éloignent du thème du jour ou si un participant accapare trop de temps de parole. Elle limite aussi le temps de parole des proches, en rappelant que l'intervention priorise les réminiscences des aînés et que le rôle des proches est d'enrichir leurs souvenirs.

Particularités lors des séances :

L'interventionniste porte attention si un aîné rapporte des souvenirs tristes ou difficiles et aide à restructurer positivement ces souvenirs (voir Stratégies de restructuration cognitive à l'Annexe 2). Elle s'assure de la sécurité physique et psychologique des aînés et intervient en privé, de concert avec l'équipe de recherche, si des signes de détresse font leur apparition (voir la stratégie en cas de risque suicidaire à l'Annexe 3 et les ressources psychologiques à l'Annexe 4).

Lors des premières séances, l'interventionniste dévoile certaines informations à son sujet, afin de mettre la table à la présentation des participants. Elle pourra dire quand elle est née, où elle a grandi, la structure de sa famille, quelle école elle a fréquentée... Elle doit profiter des occasions de rapprochement entre son vécu et celui d'un aîné qui

manifesterait de l'intérêt envers le dévoilement de l'interventionniste. Évidemment, il faut que l'accent soit maintenu sur les aînés, mais l'interventionniste aura avantage à se dévoiler pour consolider les liens créés avec eux. L'interventionniste partage aussi ses qualifications professionnelles. Ce dévoilement sert à offrir une structure de réponse aux aînés, pour qu'ils comprennent le genre d'information qui est attendu d'eux, sans avoir à leur donner une « liste d'épicerie ».

Personne-ressource

Définition : La personne-ressource est présente sur les lieux durant l'activité. Elle est responsable des lieux et favorise le bon déroulement des activités et le confort des aînés, en restant attentive à tout signal de la part de l'interventionniste ou des aînés sur place, autant pour une intervention de logistique, matérielle que relationnelle.

Rôle : Elle prépare la salle et s'assure du confort des lieux. Elle accueille les aînés dans la salle et les aide à se connecter à la rencontre Zoom. Elle offre de l'assistance technique aux aînés en tout temps pendant les séances. Elle gère la projection des images sur l'écran externe (portable). Enfin, elle intervient auprès de tout aîné éprouvant des émotions négatives et/ou nécessitant un retrait de l'activité.

- En contexte de recherche : elle dresse la liste des présences pour chaque séance (aînés et proche). Elle peut également remplir son journal de bord au fur et à mesure; c'est d'ailleurs un outil de choix pour noter toute problématique ou situation qui pourrait être améliorée, entre autres.

Preambule commun pour chacune des composantes (ou séances)

i. Avant l'arrivée des participants :

Personne-ressource : Vingt minutes avant l'activité, ouvrir la salle et arranger les lieux pour accueillir les aînés. S'assurer que la pièce est bien ventilée, de température confortable et avec suffisamment de chaises pour les aînés. S'assurer aussi que

l'espace permet le déplacement d'une chaise roulante. Si possible, installer un pichet d'eau fraîche et des verres. Placer les tablettes et les casques sur la table, devant les chaises. Installer les tablettes dans les supports et brancher les casques aux tablettes. S'assurer que les tablettes sont connectées au réseau internet. À l'aide de sa propre tablette, se connecter au lien Zoom pour s'assurer que l'interventionniste est présente et prête (valide que le son et la caméra de l'interventionniste sont adéquats).

Interventionniste : S'installe adéquatement pour l'intervention. Démarrage de l'application Zoom et vérification de sa caméra et son micro avec l'aide de la personne-ressource.

ii) Introduction (5 minutes):

Personne-ressource : Accueillir les aînés dans la salle. Inviter les aînés à prendre place autour de la table. S'assurer du confort de tous. S'assurer que les aînés à mobilité réduite sont accompagnés vers la salle avec l'aide d'un préposé. Aider les aînés à se connecter à la réunion Zoom, en favorisant leur autonomie, mais en respectant aussi ceux qui refuseront de faire eux-mêmes les manipulations. Les accompagner pour ajuster le casque d'écoute et régler le son et la caméra, si nécessaire, et à choisir l'inclinaison de la tablette avec le support. Puis, aller s'asseoir un peu à l'écart et se connecter elle aussi, micro et caméra fermés mais prête à répondre aux questions autant de l'interventionniste que des participants si des questions surgissent. Elle allume également le portable qui est placé sur la table où sont assis les aînés et ouvre la présentation PowerPoint du jour. Elle s'assure du bon fonctionnement du « flicker » à diapositives. Elle distribue les feuillets thématiques.

- En contexte de recherche : elle a à sa disposition les coordonnées d'un membre de l'équipe de recherche (nom et numéro de téléphone) qu'elle peut contacter aussi au besoin durant la séance si jamais des questions ou un problème surviennent.

Interventionniste : Accueillir les aînés et les proches qui se connectent. S'assurer que tout fonctionne en demandant à tour de rôle à chacun d'essayer son microphone et de nous dire s'il entend bien et voit bien tout le monde.

Projection des images (pour toutes les séances)

Les recommandations d'usage de la visioconférence auprès d'aînés suggèrent de limiter le temps en partage d'écran le plus possible, car celui-ci nuit aux échanges et discussions entre les participants (Aubin et al., 2021). Toutefois, un contact visuel avec les photographies stimule les réminiscences. Pour concilier ces deux réalités, un portable est utilisé pour projeter en tout temps le PowerPoint utilisé lors de la séance. De cette façon, les aînés voient l'interventionniste et les proches sur la tablette, et voient aussi les photos sur l'écran du portable. Pour ce faire, la personne-ressource est responsable de faire correspondre le défilement du PowerPoint sur le portable avec celui réalisé par l'interventionniste sur les tablettes.

Clôture des rencontres communes à toutes les composantes (ou séances)

Interventionniste : Fermer la session Zoom et compléter le journal de bord en ligne (format formulaire PDF à remplir). **En contexte de recherche seulement**

Personne-ressource : Laisser les aînés dire au revoir à leur proche en zoom et les accompagner à tour de rôle dans la fermeture de la séance Zoom. Les accompagner par la suite à la sortie du local ou jusqu'à leur appartement, les remercier. Mettre les tablettes à « Off ». Nettoyer les tablettes avec les lingettes *Chlorox*. Brancher les tablettes pour recharger les piles.

activités et composantes:

Précisions : Les tâches de préambule et de clôture mentionnées plus haut sont réalisées respectivement au début de chaque séance/activité et à la fin de celles-ci. Les scripts suggérés plus bas pour chaque activité sont à titre indicatif et n'ont pas à être lus mot pour mot.

Version préliminaire de recherche: NE PAS UTILISER NI REPRODUIRE
Version pour usage en clinique au: <http://www.uqtr.ca/projet-reminiscence>

Composante 1 : Introduction des membres et de l'interventionniste

- i. But : Familiarisation et établissement du cadre des rencontres
- ii. Activités : Familiarisation avec l'interventionniste. Rappel de la structure des rencontres. Rappel des ressources disponibles pour contrer les risques potentiels. Présentation générale des aînés et des proches, axée sur leurs liens entre eux et leurs villages ou villes natales.

Introduction (10 minutes) **plus longue lors de la première rencontre*

1) Se présenter comme interventionniste

- L'interventionniste se nomme
- L'interventionniste nomme son rôle brièvement
- L'interventionniste nomme ses qualifications et expériences en lien avec l'activité
- L'interventionniste rappelle le rôle de la personne-ressource

Script suggéré

Bonjour, je me présente, je suis xx, et je serai avec vous pendant toute la durée des rencontres de réminiscence. Mon rôle sera d'animer les discussions que nous aurons ensemble. Je suis infirmière spécialisée en soins aux personnes âgées depuis X ans. X [nom de la personne-ressource], qui est [qualifications], sera toujours avec nous lors de nos rencontres pour vous aider, pour quoique ce soit.

2) Rappeler la structure des rencontres

- Rappeler le contexte de recherche
- Expliquer ce qu'est la réminiscence

- Préciser le but attendu des rencontres de réminiscence
- Indiquer le nombre de rencontres et leur durée
- Expliquer la fonction du feuillet thématique
- Mentionner les attentes envers leur participation
- Préciser davantage le rôle de l'interventionniste

Script suggéré :

Nos rencontres de réminiscence font partie d'un projet de recherche mené par une professeure en sciences infirmières de l'Université du Québec à Trois-Rivières. Toute l'équipe du projet tient d'ailleurs à vous remercier pour votre participation à ce projet.

La particularité de nos rencontres est qu'elles sont faites à distance. On les a conçues de cette façon, pour pouvoir offrir ce type d'activités même quand il y a des périodes de confinement. Évidemment, nous allons tout faire pour que cette expérience soit positive pour vous et que vous ayez du plaisir à parler de votre vie.

Car la réminiscence, c'est ça : c'est l'art de se rappeler de ses souvenirs. Alors dans nos rencontres, on vous propose de partager vos souvenirs. Parce que partager ses souvenirs heureux, c'est bon pour le moral et c'est aussi un bon moyen de créer des liens avec les autres.

Alors votre rôle dans nos rencontres sera de raconter vos souvenirs, tels qu'ils vous reviennent en mémoire. Il y aura un thème de souvenirs différent à chacune de nos rencontres, accompagné de photographies. Il y aura des photos personnelles que vous nous avez partagées et d'autres photos anciennes, que nous avons prises dans des banques publiques de photos.

Nous allons avoir douze rencontres d'une heure ensemble, donc 2 rencontres par semaine, pendant 6 semaines. Bien entendu, il se pourrait que pour une raison ou une autre – comme un rendez-vous ou des ennuis de santé – vous manquiez une de nos rencontres. Cela fait partie de la vie, et nous comprenons cela à 100%.

Lors de chaque rencontre, nous vous remettrons un feuillet indiquant le thème de souvenirs du jour, ainsi que le thème de la prochaine rencontre, avec la date et l'heure.

Mon rôle durant notre rencontre est aussi celui d'une gardienne du temps. Nous sommes ensemble pendant 1 heure – donc jusqu'à XXhXX - et je veux permettre à chacun d'entre vous de prendre la parole. Pendant la rencontre, il m'arrivera à quelques reprises d'intervenir pour faire interagir ceux parmi vous qui n'auront pas eu le temps de parler. J'interviendrai aussi pour rappeler le temps restant lorsque nous serons rendus près de la fin de notre rencontre.

Enfin, je vous rappelle qu'il faut respecter la confidentialité des discussions que nous aurons ensemble.

3) Rappeler les ressources disponibles

- Expliquer la possibilité d'émotions négatives
- Indiquer où trouver les coordonnées des ressources disponibles
- Souligner l'assistance en tout temps de la personne-ressource

Script suggéré :

Au verso du feuillet nous avons noté les coordonnées des ressources à joindre au cas où vous en ressentiriez le besoin. Même si nos rencontres visent uniquement les souvenirs heureux et positifs, il peut arriver qu'un souvenir positif pour une personne rappelle un souvenir triste pour une autre. Alors, il est important de souligner qu'en tout temps, en cas de besoin, X [la personne-ressource] sera disponible pour vous écouter de manière plus individuelle et personnalisée, hors du groupe, et, si nécessaire, vous référer à une ressource compétente pour faciliter la gestion de vos émotions. X est aussi disponible pour vous aider en toute circonstance pendant notre rencontre, alors il ne faut pas se gêner. Si vous entendez moins bien, si quelque chose vous dérange, peu importe.

Partie principale (45 minutes)

1) Inviter les participants à se présenter

- Énoncer le thème du jour
- Donner l'exemple en se présentant soi-même
- Initier un tour de parole en invitant une première personne à se présenter
- Animer le tour de parole
- Inciter les aînés à prendre la parole
- Réaliser une activité brise-glace, au besoin

Script suggéré :

La première rencontre d'aujourd'hui sert à vous présenter. J'aimerais apprendre à vous connaître! Avant de vous poser des questions sur vous, je vais d'abord me présenter : je suis XX. Je suis née en 19XX, et j'ai grandi à XX et j'ai passé la majeure partie de ma vie à XX. Maintenant, à tour de rôle, j'aimerais vous entendre. Y a-t-il quelqu'un qui aimerait commencer? Vous pouvez lever la main, comme ceci [l'interventionniste lève la main devant l'écran].

[Faire une pause et attendre de voir si quelqu'un se propose. Confirmer son nom et adressez-vous à lui, sinon, désignez quelqu'un].

Suggestions d'animation

- *Mme X ou M X, parlez-nous de vous et présentez-nous votre proche : qui il est par rapport à vous?* [Laissez le participant parler quelques minutes, puis relancez la question au participant suivant. Procéder de la même façon pour les questions suivantes].

Note : Quand l'interventionniste adresse des questions à un aîné, on préférera poser des questions au « nous » afin que l'interventionniste se fasse plus comme le porte-parole du groupe que l'interlocuteur principal.

Note : Il faut encourager le proche de l'aîné à ajouter des informations pour que l'aîné donne plus de détails. Selon la composition du groupe, il

peut être pertinent de faire participer le proche de la même façon que l'aîné, avec les mêmes questions.

Questions suggérées :

- Comment c'était de grandir à X [nom de la ville/village d'origine]?
- Quels étaient vos lieux favoris à X [nom de la ville/village d'origine]?
- Comment c'était de vivre à X [nom de la ville/village de la vie adulte]?
- Quels étaient vos lieux favoris à X [nom de la ville/village de la vie adulte]?
- Qu'est-ce qui a changé à X [nom de la ville/village d'origine OU de la vie adulte] au cours des dernières décennies ?

2) Réaliser une activité brise-glace ****au besoin seulement, si les participants démontrent trop de retenue.*

- Évoquer un souvenir commun au groupe ou un événement historique connu de tous à partir d'une photographie
- Initier un tour de parole à propos de ce souvenir ou événement

Script suggéré :

La photographie que l'on voit ici vous rappelle-t-elle quelque chose? [Montrer la photo en partage d'écran et laissez un temps de réflexion]. Est-ce que quelqu'un voudrait nous partager les souvenirs qu'il a en lien avec cette image? [Faire une pause et attendre de voir si quelqu'un se propose. Confirmer son nom et adressez-vous à lui. Sinon, désignez quelqu'un].

Note : Après avoir laissé quelques minutes au participant pour réfléchir à votre question tout en regardant la photographie, cessez le partage d'écran pour réaliser la discussion avec eux.

Conclusion (5 minutes)

- 1) Clore la rencontre
 - Résumer ce qui a été dit

- Annoncer le thème de la prochaine rencontre

Script suggéré :

C'était super intéressant de vous entendre. Je connais maintenant mieux [parler de toutes les dyades/personnes] Mme X qui vient de X et est accompagnée de X qui est [dire le lien de parenté] ». [Valider si ce que vous avez compris est exact.]

Avant de finir la rencontre et de vous parler de ce qui s'en vient la prochaine fois, est-ce que vous avez des questions ou commentaires concernant le déroulement de cette rencontre? Y a-t-il des aspects que vous avez aimés? Moins aimés?

Je vous donne maintenant ici un aperçu de ce qui s'en vient à la prochaine rencontre, qui aura lieu [dire le jour et l'heure]. Il sera question de la famille, des amis(es) et des moments plaisants liés au début de votre vie. À nouveau, toute l'équipe de recherche tient à vous remercier chaleureusement pour votre participation à ce projet. Au plaisir de vous revoir [jour de la semaine] prochain.

**Version préliminaire de recherche: NE PAS UTILISER NI REPRODUIRE
Version pour usage en clinique au: <http://www.uottawa.ca/projet/remembrance>**

Composante 2 : Discussion pour apprendre à se connaître.

- i. But : Discuter de la famille, des amis, des moments plaisants.
- ii. Activités : Tours de paroles des aînés pour discuter de la famille où ils sont nés, des amis et de moments plaisants de leur vie. Partage de photos illustrant la famille, les amis, les moments plaisants. Poser des questions afin d'enrichir le dévoilement de l'aîné sur le début de sa vie. Encourager les proches à ajouter des histoires partagées.

Introduction (5 minutes)

1) Accueillir les participants

- L'interventionniste rappelle son nom
- L'interventionniste souhaite la bienvenue aux participants
- L'interventionniste rappelle le thème de la rencontre du jour

Script suggéré :

Bonjour, je vous rappelle mon prénom, soit X, et je suis bien heureuse de vous retrouver. Comment allez-vous aujourd'hui? [Laisser le temps aux gens de répondre]. Je poursuis le programme de réminiscence avec vous aujourd'hui. Nous sommes maintenant à notre 2^e rencontre. Nous vous avons remis un petit feuillet à votre arrivée sur lequel on y a noté le thème de la rencontre d'aujourd'hui soit : La famille, les amis, les moments plaisants. À la première séance, nous vous avons demandé de vous présenter. Je me rappelle que Mme X est avec M., que Mme X est avec M. et que M. X est avec Mme X [dire les noms des participants et le lien avec leur proche]. Maintenant, j'aimerais aborder les thématiques d'aujourd'hui en commençant avec la famille. Il est question ici de la famille dans laquelle vous avez grandi, et non la famille que vous avez peut-être fondée.

Partie principale (50 minutes)

- 1) Animer les tours de paroles à l'aide de photographies
 - Initier un tour de parole en présentant des photographies
 - Animer le tour de parole
 - Inciter les aînés à prendre la parole et à évoquer des souvenirs en lien avec les photographies et aussi sans photographies

Script suggéré :

Je vais maintenant vous montrer des photographies. À tour de rôle, vous pourrez me partager les souvenirs qu'elles évoquent. [Lancer le partage d'écran et suivre l'ordre des photographies dans le PowerPoint – celui-ci respecte le tour de rôle. Il s'agit de photos de leurs parents et/ou grands-parents et fratrie].

Suggestions d'animation :

- Tour de parole 1 : *Mme X ou M X, pouvez-vous nous dire ce que représente cette photographie pour vous? [photo(s) de parents ou grands-parents] Qui sont-ils? [Laissez le participant identifier les personnes sur la photographie, puis poursuivre] Que faisaient-ils comme travail dans la vie? [Laisser le participant répondre puis passer au participant suivant, avec les mêmes questions.]*

Note : Après avoir laissé quelques minutes au participant pour réfléchir à votre question tout en regardant la photographie, cessez le partage d'écran pour réaliser la discussion avec eux.

Note : Les participants n'ont pas tous fourni des photos de leurs parents ou grands-parents. Il faut alors adapter la question en demandant *Qui étaient vos parents? Que faisaient-ils dans la vie? sans photo à l'appui.*

- Tour de parole 2 : *Mme X ou M X, pouvez-vous nous dire ce que représente cette photographie pour vous? [photo de la fratrie] Qui sont-ils? [Laissez le participant identifier les personnes sur la photographie, puis poursuivre] Combien de frères et sœurs aviez-vous? [Laisser le participant répondre, puis poursuivre] Aviez-vous une grande différence d'âge? [Laisser le*

participant répondre puis passer au participant suivant, avec les mêmes questions.]

- Tours de parole suivants : une fois les photos toutes visionnées, poursuivre la discussion de la même façon, avec des tours de paroles sur les questions suggérées.

Questions suggérées :

- Quelle était votre routine familiale? Y avait-il des règles?
- Quel est votre souvenir le plus ancien de votre maison d'enfance?
- Quel est votre souvenir le plus ancien de votre vie de famille?
- Quels sont les moments plaisants que vous vivez avec votre famille, avec vos frères et sœurs?

Note : Il faut encourager le proche de l'aîné à ajouter des informations pour que l'aîné donne plus de détails. Par exemple, si l'aîné donne le nombre de ses frères et sœurs, vous pouvez faire intervenir le proche en demandant s'il connaît les noms de la fratrie, leur âge, s'il les a côtoyés, etc.

Note : La thématique des amis prend un thème en entier dans une des rencontres du programme. Ici, elle est évoquée si un participant a eu une famille peu présente ou significative.

Conclusion (5 minutes)

1) Clore la rencontre

- Résumer ce qui a été dit

Annoncer le thème de la prochaine rencontre

Script suggéré :

C'était super intéressant de vous entendre. Vous avez de magnifiques familles et des souvenirs très riches à partager. Avant de finir la rencontre et de vous parler de ce qui s'en vient la prochaine fois, est-ce que vous avez des questions ou commentaires concernant le déroulement de cette rencontre? Y a-t-il des aspects que vous avez aimés? Moins aimés?

Je vous donne maintenant ici un aperçu de ce qui s'en vient à la prochaine rencontre, qui aura lieu [dire le jour et l'heure]. Il sera question de la musique, et de vos souvenirs rattachés à celle-ci. À nouveau, toute l'équipe de recherche tient à vous remercier chaleureusement pour votre participation à ce projet. Au plaisir de vous revoir [jour de la semaine] prochain.

**Version préliminaire de recherche: NE PAS UTILISER NI REPRODUIRE
Version pour usage en clinique au: <http://www.uqtr.ca/projet-reminiscence>**

Annexe 2 : Stratégie de restructuration cognitive

Extraits de *Stratégies pour utiliser les réminiscences dans l'intervention auprès de personnes âgées dépressives*
Cappeliez, 2009

« Cette intervention vise à favoriser une reconnaissance des accomplissements et des forces personnelles, une vision plus équilibrée des échecs et des pertes dans la vie, une acceptation de soi, et un sentiment de direction et de signification pour sa vie. » (Cappeliez, 2009, p. 13).

Questions pour amorcer la validation des expériences positives et souligner les stratégies d'adaptation (Tableau I, p. 10) [Approche : Résolution de problèmes]

- Comment vous êtes-vous arrangé pour surmonter cette situation? Qu'est-ce qui vous a aidé?
- Comment avez-vous développé ces habiletés?
- Comment cela a-t-il marché? Quel résultat avez-vous obtenu?
- Que disent ces souvenirs de votre adaptation à propos de votre capacité de confronter les défis actuels?
- Comment pourriez-vous refaire la même chose aujourd'hui? Qu'est-ce que cela prendrait?
- Comment ce souvenir de votre capacité à surmonter cette crise vous influence-t-elle aujourd'hui? Qu'est-ce que cela dit de vous?

Questions pour amorcer des pensées alternatives et développer une perspective plus équilibrée (Tableau II, p. 11) [Approche : Restructuration cognitive. L'interventionniste devrait connaître les principes généraux de cette approche thérapeutique afin de bien appliquer ces stratégies.]

- Comment pouvez-vous envisager ou interpréter cette situation de manière différente? Comment les autres le verraient-ils?
- En revoyant cet événement, que pensez-vous de votre première impression et de votre réaction émotionnelle à ce moment-là?
- Les conséquences de l'événement ont-elles été aussi mauvaises qu'elles paraissaient à ce moment-là? Quelque chose de positif en est-il ressorti?
- A quel degré êtes-vous vraiment à blâmer pour cette situation? N'êtes-vous pas trop dur avec vous-mêmes?
- Qu'est-ce que cela dit de vous en tant que personne?
- Qu'est-ce que cela signifiait pour vous à ce moment-là? Qu'est-ce que cela signifie pour vous maintenant?

Référence

Cappeliez, P. (2009) Stratégies pour utiliser les réminiscences dans l'intervention auprès de personnes âgées dépressives. *Revue Francophone de Clinique Comportementale et Cognitive*, 14(3), 8-13.

Version préliminaire de recherche: NE PAS UTILISER NI REPRODUIRE
Version pour usage en clinique au: <http://www.uqtr.ca/projet-reminiscence>

Annexe 3

Évaluation du risque suicidaire

CRISE PSYCHOSOCIALE

Arbre décisionnel



Annexe 4

Ressources pour soutien psychologique

Toujours avoir en main les coordonnées des ressources pour du soutien psychologique advenant une situation particulière où l'aîné (ou le proche de cet aîné) pourrait en avoir besoin. Notez les numéros de téléphone de ces ressources. Les coordonnées peuvent changer selon la localisation où vous serez.

Ville où se trouve la résidence : _____

a) Intervenant en santé psychosociale : _____

b) Ligne d'écoute 24h/7j : _____

c) Centre de prévention du suicide : _____

d) Groupe de médecins familiale (GMF) : _____

e) Nom de l'infirmière ou d'un intervenant dans la résidence (ex. : technicienne en loisirs) : _____

Composante 3 : La musique des années 1920 à 1960

- i. Buts : Faire surgir des souvenirs oubliés mais stimulés à l'écoute de chansons ou mélodies reconnues par l'aîné. Réguler les émotions.
- ii. Activités : Faire jouer différentes chansons en ordre chronologique. Porter attention si certains aînés se rappellent de ces chansons et discuter des souvenirs spécifiques qui y sont associés. Inciter les aînés à exprimer en quoi ces chansons sont spéciales pour eux et le sens qu'elles portent. Encourager les aînés à chanter et taper dans les mains. Présenter un vidéoclip avec une représentation de la musique d'époque. Encourager les proches à ajouter des histoires partagées.

Préambule particulier : Ouvrir à l'avance tous les liens Youtube des vidéos pour éviter les longueurs. Ne pas oublier de « partager l'audio » lors du partage d'écran en Zoom.

Introduction (5 minutes)

- 1) Accueillir les participants
 - L'interventionniste rappelle son nom
 - L'interventionniste souhaite la bienvenue aux participants
 - L'interventionniste rappelle le thème de la rencontre du jour

Script suggéré :

Bonjour, je vous rappelle mon prénom, soit X, et je suis bien heureuse de vous retrouver. Comment allez-vous aujourd'hui? [Laisser le temps aux gens de répondre]. Je poursuis le programme de réminiscence avec vous aujourd'hui. Nous sommes maintenant à notre 3^e rencontre. Le petit feuillet que vous avez reçu tout à l'heure indique le thème de la rencontre d'aujourd'hui soit : La musique des années 1920-1960. Lors de notre dernière rencontre, j'ai pu entendre vos magnifiques

souvenirs liés à votre jeunesse, dans vos familles. Aujourd'hui, nous allons parler plutôt de musique. Vous vous souvenez peut-être que lors des entrevues que l'on a fait avec vous avant nos rencontres, on vous avait demandé quels étaient vos chanteurs favoris. Et bien c'était pour pouvoir en discuter ensemble aujourd'hui et vous permettre de nous partager vos plus beaux souvenirs en lien avec la musique, au cours de votre vie. Aujourd'hui, ceux qui le veulent peuvent chanter et taper des mains : tout est permis!

Partie principale (50 minutes)

- 2) Animer les tours de paroles à l'aide de photographies de chanteurs et chanteuses populaires et de vidéoclips
 - Présenter une photographie comme amorce de tour de parole
 - Animer le tour de parole
 - Inciter les aînés à prendre la parole et à évoquer des souvenirs en lien avec la photographie
 - Présenter un vidéoclip comme amorce de tour de parole
 - Animer le tour de parole
 - Inciter les aînés à prendre la parole et à évoquer des souvenirs en lien avec le vidéoclip présenté
 - Inviter les proches à ajouter des informations pour que l'aîné donne plus de détails

Script suggéré :

Je vais commencer par vous montrer une photographie. À tour de rôle, vous pourrez me partager les souvenirs qu'elle évoque. [Lancer le partage d'écran qui présente des photos de chanteurs ou chanteuses connus.] Connaissez-vous ce chanteur (ou cette chanteuse)? Qui voudrait m'en parler? [Laissez un participant répondre, puis passer au suivant, jusqu'à ce que tous aient pu s'exprimer. Lancer

ensuite le vidéoclip associé au chanteur ou à la chanteuse dont il a été question et poursuivre les tours de paroles avec les questions suggérées].

Note : Les questions suggérées peuvent aussi être abordées en discussion seule sans photographies ni vidéoclips.

Questions suggérées :

- Qui était votre chanteur ou chanteuse favorite quand vous étiez jeune?
- Quels souvenirs vous viennent en mémoire suite à l'écoute de cette chanson/musique?
- Quels sont les moments ou les événements de votre vie qui sont associés à cette chanson/musique?
- Avec qui vous écoutiez-vous cette chanson/musique?
- Dans quels lieux écoutiez-vous de la musique?
- Avec quoi écoutiez-vous de la musique (Radio? Tourne-disque? Télévision?)
- Quelle importance ou quelle place prenait la musique/le chant dans votre vie?
- Quel instrument de musique préférez-vous?

[Prendre ensuite les tours de paroles et les mêmes questions avec une autre photo de chanteur ou chanteuse puis la vidéoclip qui y est associée].

Conclusion (5 minutes)

1) Clôturer la rencontre

- Résumer ce qui a été dit
- Annoncer le thème de la prochaine rencontre

Script suggéré :

Quels plaisirs nous avons eu aujourd'hui avec vos souvenirs liés à la musique et aux chansons! Avant de finir la rencontre et de vous parler de ce qui s'en vient la prochaine fois, est-ce que vous avez des questions ou commentaires concernant le

déroulement de cette rencontre? Y a-t-il des aspects que vous avez aimés? Moins aimés?

Je vous donne maintenant ici un aperçu de ce qui s'en vient à la prochaine rencontre, qui aura lieu [dire le jour et l'heure]. Il sera question du travail, de la vie domestique et du bénévolat. À nouveau, toute l'équipe de recherche tient à vous remercier chaleureusement pour votre participation à ce projet. Au plaisir de vous revoir [jour de la semaine] prochain.

Version préliminaire de recherche: NE PAS UTILISER NI REPRODUIRE
Version pour usage en clinique au: <http://www.uqtr.ca/projet-remembrance>

Activité 4 : Le travail, la vie domestique, le bénévolat ou le premier emploi

- i. But : Discuter du travail, de la vie domestique, du bénévolat ou du premier emploi.
- ii. Activités : Tours de paroles des aînés pour évoquer des souvenirs liés au travail, à la vie domestique, au bénévolat ou premier emploi, à tous les âges de la vie. Partage de photos dépeignant des emplois spécifiques (et autres occupations comme la vie domestique, le bénévolat ou le premier emploi). Questionner les aînés et animer la discussion. Encourager les proches à ajouter des histoires partagées.

Introduction (5 minutes)

2) Accueillir les participants

- L'interventionniste rappelle son nom
- L'interventionniste souhaite la bienvenue aux participants
- L'interventionniste rappelle le thème de la rencontre du jour

Script suggéré :

Bonjour, je vous rappelle mon prénom, soit X, et je suis bien heureuse de vous retrouver. Comment allez-vous aujourd'hui? [Laisser le temps aux gens de répondre]. Je vous suis le programme de réminiscence avec vous aujourd'hui. Nous sommes maintenant à notre 4^e rencontre. Le petit feuillet que vous avez reçu tout à l'heure indique le thème de la rencontre d'aujourd'hui soit : le travail, la vie domestique, le bénévolat ou le premier emploi. Lors de notre dernière rencontre, nous avons eu bien du plaisir avec vos souvenirs liés à la musique. Aujourd'hui, nous allons parler plutôt de vos souvenirs liés au travail, à la vie domestique, à votre premier emploi ou au bénévolat.

Partie principale (50 minutes)

- 3) Animer les tours de paroles à l'aide de photographies
 - Initier un tour de parole en présentant des photographies
 - Animer le tour de parole
 - Inciter les aînés à prendre la parole et à évoquer des souvenirs en lien avec les photographies et aussi sans photographies
 - Inviter les proches à ajouter des informations pour que l'aîné donne plus de détails

Script suggéré :

Je vais commencer par vous montrer une photographie. À tour de rôle, vous pourrez me partager les souvenirs qu'elle évoque. [Lancer le partage d'écran qui présente des photos liées au thème du jour]. Qui voudrait me parler de cette photographie? [Laissez un participant répondre, puis passer au suivant, jusqu'à ce que tous aient pu s'exprimer. Poursuivre les tours de paroles avec les questions suggérées].

Questions suggérées

Travail :

- Quel a été votre premier travail?
- Quel a été votre emploi principal?
- Est-ce que vous avez fait un cours spécial pour obtenir une qualification ou pour faire votre métier?
- Quel était le salaire environ d'un travailleur/travailleuse dans votre secteur d'emploi à l'époque?
- Est-ce que vous avez occupé ce travail pendant une longue période?
- S'adresse aux femmes : Avez-vous conservé votre travail ou l'avez-vous abandonné une fois que vous vous êtes mariées?
- Est-ce qu'il y en a parmi vous qui apportaient du travail à la maison?

- Quelles étaient les industries ou entreprises locales qui pouvaient vous fournir du travail à l'époque?
- Est-ce que certains devaient quitter la ville (le village) pour trouver du travail?
- Est-ce que quelqu'un se souvient de comment il avait dépensé sa première paie? Ou encore de quelque chose pour lequel vous aviez travaillé très fort et économisé pour l'obtenir?

Vie domestique (époque vie adulte) :

- Comment fonctionnait votre maison ? Y avait-il des règles ?
- Comment se passaient le ménage ou les corvées à la maison ?
- Comment était aménagée votre maison ? Y avait-il des couleurs particulières ? De la tapisserie ?

Bénévolat :

- Quelles étaient vos implications bénévoles ?
- Avez-vous déjà été impliqué(e) dans un organisme ou une association communautaire ?
- Combien de temps a duré votre implication bénévole ?
- Quelles activités faisiez-vous dans vos implications bénévoles ?

Conclusion (5 minutes)

2) Clôturer la rencontre

Résumer ce qui a été dit

- Annoncer le thème de la prochaine rencontre

Script suggéré :

C'était vraiment intéressant d'entendre vos souvenirs liés au travail, à la vie domestique et au bénévolat! Avant de finir la rencontre et de vous parler de ce qui s'en vient la prochaine fois, est-ce que vous avez des questions ou commentaires

concernant le déroulement de cette rencontre? Y a-t-il des aspects que vous avez aimés? Moins aimés?

Je vous donne maintenant ici un aperçu de ce qui s'en vient à la prochaine rencontre, qui aura lieu [dire le jour et l'heure]. Il sera question des fêtes. À nouveau, toute l'équipe de recherche tient à vous remercier chaleureusement pour votre participation à ce projet. Au plaisir de vous revoir [jour de la semaine] prochain.

**Version préliminaire de recherche: NE PAS UTILISER NI REPRODUIRE
Version pour usage en clinique au: <http://www.uqtr.ca/projet-remembrance>**

Composante 5 : Les fêtes

- i. But : Discuter des fêtes et de leurs traditions
- ii. Activités : Tours de paroles des aînés pour discuter des traditions liées aux fêtes (nourriture, vêtements, chansons, lieux de rassemblement, etc.). Partage de photos dépeignant des fêtes. Écoute de chansons liées aux fêtes (**si la saison est appropriée**), puis, le cas échéant, encourager les aînés à chanter les chansons. Questionner les aînés et animer la discussion. Encourager les proches à ajouter des histoires partagées.

Introduction (5 minutes)

1) Accueillir les participants

- L'interventionniste rappelle son nom
- L'interventionniste souhaite la bienvenue aux participants
- L'interventionniste rappelle le thème de la rencontre du jour

Script suggéré :

Bonjour, je vous rappelle mon prénom, soit X, et je suis bien heureuse de vous retrouver. Comment allez-vous aujourd'hui? [Laisser le temps aux gens de répondre]. Je poursuis le programme de réminiscence avec vous aujourd'hui. Nous sommes maintenant à notre 5^e rencontre. Le thème d'aujourd'hui sera : Les Fêtes. Lors de notre dernière rencontre, nous avons eu des discussions très intéressantes à propos du travail, de la vie domestique et du bénévolat. Aujourd'hui, nous allons parler plutôt de vos souvenirs liés aux fêtes, de toutes les sortes.

Partie principale (50 minutes)

- 4) Animer les tours de paroles à l'aide de photographies

- Initier un tour de parole en présentant des photographies
- Animer le tour de parole
- Inciter les aînés à prendre la parole et à évoquer des souvenirs en lien avec les photographies et aussi sans photographies
- Inviter les proches à ajouter des informations pour que l'aîné donne plus de détails

Script suggéré :

Je vais commencer par vous montrer une photographie. À tour de rôle, vous pourrez me partager les souvenirs qu'elle évoque. [Lancer le partage d'écran qui présente des photos liées au thème du jour] Qui voudrait me parler de cette photographie? [Laissez un participant répondre, puis passer au suivant, jusqu'à ce que tous aient pu s'exprimer. Poursuivre les tours de paroles avec les questions suggérées].

Questions suggérées :

- Quelles étaient vos traditions de Noël ou du Jour de l'an?
- Comment se passait la décoration de l'arbre de Noël?
- Aimiez-vous les chants de Noël? /Quel est votre chant de Noël favori?
- La crèche avait-elle de l'importance pour vous? /Avez-vous des souvenirs liés à la crèche?
- Quel membre de votre famille accueillait les gens pour les festivités?
- Combien y avaient-ils de personnes dans vos fêtes de Noël ou du Jour de l'an?
- Comment se déroulait la fête de Noël? La fête du Jour de l'an?
- Quelle était votre tenue favorite lors des fêtes?
- Quel est le plus beau cadeau que vous ayez reçu lors d'une fête?
- Comment était célébrée la fête X [Pâques, Halloween, St-Jean-Baptiste...] dans votre famille?
- Que faisiez-vous lors des jours fériés?

Conclusion (5 minutes)

1) Clore la rencontre

- Résumer ce qui a été dit
- Annoncer le thème de la prochaine rencontre

Script suggéré :

C'était super intéressant d'entendre vos souvenirs liés aux fêtes! Avant de finir la rencontre et de vous parler de ce qui s'en vient la prochaine fois, est-ce que vous avez des questions ou commentaires concernant le déroulement de cette rencontre? Y a-t-il des aspects que vous avez aimés? Inouïs aimés?

Je vous donne maintenant ici un aperçu de ce qui s'en vient à la prochaine rencontre, qui aura lieu [dire le jour et l'heure]. Il sera question de l'école. À nouveau, toute l'équipe de recherche tient à vous remercier chaleureusement pour votre participation à ce projet. Au plaisir de vous revoir [jour de la semaine] prochain.

Version préliminaire de recherche: NE PAS UTILISER NI REPRODUIRE
Version pour usage en clinique au: <http://www.uottawa.ca/projet/remembrance>

Composante 6 : L'école et ses premiers jours

- i. Buts : Discuter de l'école et de ses premiers jours. Évoquer la période de la vie durant laquelle la personne a reçu de l'éducation.
- ii. Activités : Tours de paroles des aînés pour discuter de l'école (premier jour ou entrée à l'école, uniforme scolaire, enseignantes). Partage de photos dépeignant la vie scolaire. Questionner les aînés et animer la discussion. Encourager les proches à ajouter des histoires partagées.

Introduction (5 minutes)

1) Accueillir les participants

- L'interventionniste rappelle son nom
- L'interventionniste souhaite la bienvenue aux participants
- L'interventionniste rappelle le thème de la rencontre du jour

Script suggéré :

Bonjour, je vous rappelle mon prénom, soit X, et je suis bien heureuse de vous retrouver. Comment allez-vous aujourd'hui? [Laisser le temps aux gens de répondre] Je poursuis le programme de réminiscence avec vous aujourd'hui. Nous sommes maintenant à notre 6^e rencontre, soit déjà la moitié de notre parcours ensemble! Le thème d'aujourd'hui sera : L'école et ses premiers jours. Lors de notre dernière rencontre, nous avons eu de très belles discussions à propos des fêtes, de toutes sortes. Aujourd'hui, nous allons parler plutôt de vos souvenirs liés à l'école.

Partie principale (50 minutes)

5) Animer les tours de paroles à l'aide de photographies

- Initier un tour de parole en présentant des photographies
- Animer le tour de parole
- Inciter les aînés à prendre la parole et à évoquer des souvenirs en lien avec les photographies et aussi sans photographies
- Inviter les proches à ajouter des informations pour que l'aîné donne plus de détails

Script suggéré :

Je vais commencer par vous montrer une photographie. À tour de rôle, vous pourrez me partager les souvenirs qu'elle évoque. [Lancer le partage d'écran qui présente des photos liées au thème du jour]. Qui voudrait me parler de cette photographie? [Laissez un participant répondre, puis passer au suivant, jusqu'à ce que tous aient pu s'exprimer. Poursuivre les tours de paroles avec les questions suggérées].

Questions suggérées :

- Où était votre première école? Dans une ville, un village ou un rang?
- À quelle distance de la maison était votre école?
- De quelle façon vous rendiez-vous à l'école? Était-ce la même façon l'hiver comme l'été?
- Aviez-vous un professeur favori ou que vous détestiez?
- Quelle était votre cours ou matière préférée à l'école?
- Qu'est-ce que vous aimiez le plus faire à l'école?
- Y avait-il des routines ou des tâches amusantes, comme le cirage des planchers en patinant? Ou le nettoyage des broses à tableau?
- Portiez-vous un uniforme ou des habits particuliers? Comment était-il?
- Les classes étaient-elles mixtes ou non?
- Les enseignants ou enseignantes étaient-ils des laïcs ou des religieux?
- Quels jeux faisiez-vous dans la cour de récréation?

- Y avait-il une infirmière qui visitait l'école? Un inspecteur?
- Avez-vous poursuivi vos études dans une école de métiers?
- Quel âge aviez-vous quand vous avez quitté l'école?

Conclusion (5 minutes)

2) Clore la rencontre

- Résumer ce qui a été dit
- Annoncer le thème de la prochaine rencontre

Script suggéré :

C'était super intéressant d'entendre vos souvenirs liés à l'école! Avant de finir la rencontre et de vous parler de ce qui s'en vient la prochaine fois, est-ce que vous avez des questions ou commentaires concernant le déroulement de cette rencontre? Y a-t-il des aspects que vous avez aimés? Moins aimés?

Je vous donne maintenant ici un aperçu de ce qui s'en vient à la prochaine rencontre, qui aura lieu [dire le jour et l'heure]. Il sera question de vos jeux et jouets d'avance ainsi que des animaux domestiques. À nouveau, toute l'équipe de recherche tient à vous remercier chaleureusement pour votre participation à ce projet. Au plaisir de vous revoir [jour de la semaine] prochain.

Version préliminaire de recherche: N'ÉPAS UTILISER NI REPRODUIRE
Version pour usage en clinique au: <http://www.uqtr.ca/projet-remembrance>

Composante 7 : Les jouets et jeux de l'enfance et les animaux domestiques

- i. Buts : Discuter des premiers jouets et jeux de l'enfance. Évoquer les activités ludiques de l'enfance, puis raviver les souvenirs associés qui pourront être partagés en groupe. Discuter des animaux domestiques.
- ii. Activités : Tours de paroles des aînés pour discuter des premiers jouets, des jouets les plus inusités, des jouets préférés, des jouets faits à la maison. Tours de paroles des aînés pour discuter des animaux domestiques. Partage de photos de jouets et jeux anciens. Partage de photos d'animaux domestiques. Questionner les aînés et animer la discussion. Encourager les proches à ajouter des histoires partagées.

Introduction (5 minutes)

1) Accueillir les participants

- L'interventionniste rappelle son nom
- L'interventionniste souhaite la bienvenue aux participants
- L'interventionniste rappelle le thème de la rencontre du jour

Script suggéré :

Bonjour, je vous rappelle mon prénom, soit X, et je suis bien heureuse de vous retrouver. Comment allez-vous aujourd'hui? [Laisser le temps aux gens de répondre]. Je poursuis le programme de réminiscence avec vous aujourd'hui. Nous sommes maintenant à notre 7^e rencontre. Le thème d'aujourd'hui sera : Les jouets et jeux de l'enfance et les animaux domestiques. Lors de notre dernière rencontre, nous avons pu entendre vos souvenirs liés à l'école. Aujourd'hui, nous allons parler plutôt de vos souvenirs liés aux jouets et jeux de votre enfance, ainsi qu'aux animaux domestiques, si vous en avez eu.

Partie principale (50 minutes)

- 6) Animer les tours de paroles à l'aide de photographies
- Initier un tour de parole en présentant des photographies
 - Animer le tour de parole
 - Inciter les aînés à prendre la parole et à évoquer des souvenirs et à lier avec les photographies et aussi sans photographies
 - Inviter les proches à ajouter des informations pour que l'aîné donne plus de détails

Script suggéré :

Je vais commencer par vous montrer une photographie. À tour de rôle, vous pourrez me partager les souvenirs qu'elle évoque. [Lancer le partage d'écran qui présente des photos liées au thème du jour]. Qui voudrait me parler de cette photographie? [Laissez un participant répondre, puis passer au suivant, jusqu'à ce que tous aient pu s'exprimer. Poursuivre les tours de paroles avec les questions suggérées].

Questions suggérées :

Jeux et jouets :

- Quel est votre plus beau souvenir lié à un jouet ou jeu de votre enfance?
- Quel était votre jeu ou jouet favori?
- Avec qui jouiez-vous?
- Quels étaient vos jeux favoris dehors en hiver?
- Quels étaient vos jeux favoris dehors en été?
- Aviez-vous des jouets ou jeux inusités? Quels étaient-ils?
- Aviez-vous des jouets ou jeux faits maison? Quels étaient-ils?
- Acceptiez-vous facilement de partager vos jouets?

Animaux domestiques

- Aviez-vous des animaux domestiques quand vous étiez enfant? Quels étaient-ils? Comment étaient-ils?
- Avez-vous eu des animaux domestiques au cours de votre vie? Quels étaient-ils? Comment étaient-ils?
- Quels sont vos plus beaux souvenirs liés aux animaux domestiques?
- Comment votre animal domestique était-il arrivé dans votre famille?
- Qui s'occupait de votre animal domestique à la maison?

Conclusion (5 minutes)

3) Clore la rencontre

- Résumer ce qui a été dit
- Annoncer le thème de la prochaine rencontre

Script suggéré :

C'était très intéressant d'entendre vos souvenirs liés aux jouets d'enfance, aux jeux et aux animaux domestiques. Avant de finir la rencontre et de vous parler de ce qui s'en vient la prochaine fois, est-ce que vous avez des questions ou commentaires concernant le déroulement de cette rencontre? Y a-t-il des aspects que vous avez aimés? Moins aimés?

Je vous donne maintenant ici un aperçu de ce qui s'en vient à la prochaine rencontre, qui aura lieu [dire le jour et l'heure]. Il sera question de votre vie amoureuse. À nouveau, toute l'équipe de recherche tient à vous remercier chaleureusement pour votre participation à ce projet. Au plaisir de vous revoir [jour de la semaine] prochain.

Composante 8 : La vie amoureuse

- i. But : Discuter de la vie amoureuse. Évoquer la période de la vie durant laquelle l'aîné a connu ses premiers amours, ses fréquentations, ses sorties de couple, ses fiançailles, son mariage ou son union et raviver les souvenirs associés qui pourront être partagés en groupe.
- ii. Activités : Tours de paroles des aînés pour discuter des premiers amours, des fréquentations, des demandes en mariage (fiançailles), de leur mariage ou union, des mariages en général. Partage de photos liées à la vie amoureuse, aux fiançailles, au mariage (église ou non). Faire jouer de la musique liée au thème. Questionner les aînés et animer la discussion. Encourager les proches à ajouter des histoires partagées.

Introduction (5 minutes)

1) Accueillir les participants

- L'interventionniste rappelle son nom
- L'interventionniste souhaite la bienvenue aux participants
- L'interventionniste rappelle le thème de la rencontre du jour

Script suggéré :

Bonjour, je vous rappelle mon prénom, soit X, et je suis bien heureuse de vous retrouver. Comment allez-vous aujourd'hui? [Laisser le temps aux gens de répondre]. Je poursuis le programme de réminiscence avec vous aujourd'hui. Nous sommes maintenant à notre 8^e rencontre. Le thème d'aujourd'hui sera : La vie amoureuse. Lors de notre dernière rencontre, nous avons pu entendre vos souvenirs

liés aux jeux, jouets et animaux domestiques. Aujourd'hui, nous allons parler plutôt de vos souvenirs liés à la vie amoureuse.

Partie principale (50 minutes)

- 7) Animer les tours de paroles à l'aide de photographies
- Initier un tour de parole en présentant des photographies
 - Animer le tour de parole
 - Inciter les aînés à prendre la parole et à évoquer des souvenirs en lien avec les photographies et aussi sans photographies
 - Inviter les proches à ajouter des informations pour que l'aîné donne plus de détails

Script suggéré :

Je vais commencer par vous montrer une photographie. À tour de rôle, vous pourrez me partager les souvenirs qu'elle évoque. [Lancer le partage d'écran qui présente des photos liées au thème du jour]. Qui voudrait me parler de cette photographie? [Laisse un participant répondre, puis passer au suivant, jusqu'à ce que tous aient pu s'exprimer. Poursuivre les tours de paroles avec les questions suggérées].

Questions suggérées :

Fréquentations :

- Où avez-vous rencontré votre mari/votre épouse?
- Qu'est-ce qui vous a plu en premier chez l'autre? Ou qu'est-ce qui vous a charmé chez l'autre?
- Quel âge aviez-vous lorsque vous vous êtes rencontrés?
- Combien de temps les fréquentations ont-elles durées?
- Aviez-vous un chaperon ou une chaperonne lors de vos fréquentations?

- Que faisiez-vous comme activités de couples pendant vos fréquentations?
- Votre époux a-t-il eu à demander votre main à votre père? / Avez-vous eu à demander la main de votre future épouse à son père?
- Avez-vous fêté vos fiançailles?

Mariage ou union civile :

- À quelle église vous êtes-vous mariés?/ À quel endroit avez-vous réalisé votre union civile?
- Où vous étiez-vous procuré votre robe de mariée? Et l'habit de votre mari?
- Aviez-vous respecté certaines traditions qui portent chance? Si oui, lesquelles?
- Y avait-il beaucoup d'invités?
- Où avait lieu la réception?
- Quels cadeaux avez-vous reçus?
- Avez-vous fait un voyage de noces? Si oui, à quel endroit?
- Avez-vous célébré vos anniversaires de mariage? De quelle manière?

Vie de couple :

- Où êtes-vous allés habiter après votre mariage?
- Quelles activités de couple aimiez-vous faire au cours de votre vie?
- Quelles étaient les plus grandes qualités de votre amoureux/amoureuse?
- Quel était le pire défaut de votre amoureux/amoureuse?

Conclusion (5 minutes)

1) Clôturer la rencontre

- Résumer ce qui a été dit
- Annoncer le thème de la prochaine rencontre

Script suggéré :

C'était super intéressant d'entendre vos souvenirs liés à la vie amoureuse! Avant de finir la rencontre et de vous parler de ce qui s'en vient la prochaine fois, est-ce que vous avez des questions ou commentaires concernant le déroulement de cette rencontre? Y a-t-il des aspects que vous avez aimés? Moins aimés?

Je vous donne maintenant ici un aperçu de ce qui s'en vient à la prochaine rencontre, qui aura lieu [dire le jour et l'heure]. Il sera question de la famille que vous avez fondée, de vos enfants, petits-enfants et arrière-petits-enfants. À nouveau, toute l'équipe de recherche tient à vous remercier chaleureusement pour votre participation à ce projet. Au plaisir de vous revoir [jour de la semaine] prochain.

**Version préliminaire de recherche: NE PAS UTILISER NI REPRODUIRE
Version pour usage en clinique au: <http://www.uqtr.ca/projet-remniscence>**

Composante 9 : La famille que vous avez fondée

- i. But : Évoquer les périodes de la vie durant lesquelles l'aîné a évolué dans ses rôles sociaux (devenir parent, grand-parent puis arrière-grand-parent) et raviver les souvenirs associés qui pourront être partagés en groupe.
- ii. Activités : Tours de paroles des aînés pour discuter des enfants et de la vie en famille, du rôle de parent puis de grand-parent, et de la transmission intergénérationnelle. Partage de photos liées aux enfants, petits-enfants, arrière-petits-enfants et à la vie familiale. Questionner les aînés et animer la discussion. Encourager les proches à ajouter des histoires partagées.

Introduction (5 minutes)

1) Accueillir les participants

- L'interventionniste rappelle son nom
- L'interventionniste souhaite la bienvenue aux participants
- L'interventionniste rappelle le thème de la rencontre du jour

Script suggéré :

Bonjour, je vous rappelle mon prénom, soit X, et je suis bien heureuse de vous retrouver. Comment allez-vous aujourd'hui? [Laisser le temps aux gens de répondre]. Je poursuis le programme de réminiscence avec vous aujourd'hui. Nous sommes maintenant à notre 9^e rencontre. Le thème d'aujourd'hui sera : La famille que vous avez fondée. Lors de notre dernière rencontre, nous avons pu entendre vos souvenirs liés à la vie amoureuse. Aujourd'hui, nous allons parler plutôt de vos souvenirs liés à vos enfants, à la vie familiale, à vos petits-enfants et arrière-petits-enfants.

Partie principale (50 minutes)

- 8) Animer les tours de paroles à l'aide de photographies
- Initier un tour de parole en présentant des photographies
 - Animer le tour de parole
 - Inciter les aînés à prendre la parole et à évoquer des souvenirs en lien avec les photographies et aussi sans photographies
 - Inviter les proches à ajouter des informations pour que l'aîné donne plus de détails

Script suggéré :

Tout d'abord, j'aimerais qu'à tour de rôle, vous commenciez par me dire combien d'enfants, de petits-enfants et d'arrière-petits-enfants vous avez. Qui voudrait commencer? [Animer le tour de parole et laisser tous les participants répondre].

Nous allons maintenant regarder des photographies de ces beaux enfants, petits-enfants et arrière-petits-enfants. À tour de rôle, vous pourrez me partager les souvenirs qu'elle évoque [Lancer le partage d'écran qui présente des photos liées au thème du jour. Laissez le participant concerné par la photographie répondre, puis passer au suivant, jusqu'à ce que tous aient pu s'exprimer. Inclure aussi dans la discussion les personnes qui n'auraient pas fourni de photographies liées au thème du jour. Animer les tours de paroles avec les questions suggérées].

Questions suggérées :

Devenir parent:

- Comment avez-vous appris que vous étiez enceinte? / Comment avez-vous appris que votre femme était enceinte?
- Comment se passaient les grossesses?
- Comment se passaient les accouchements?
- Aviez-vous de l'aide à la maison après la naissance du bébé?

- Quel était le caractère de vos enfants? Qui était l'enfant le plus tannant?
Qui était l'enfant le plus sage?
- Vos enfants ont-ils fait des « mauvais coups »?
- Étiez-vous plutôt sévère ou plutôt permissif/permissive comme parent?
- Quelles sont les activités que vous aimiez faire en famille, avec vos enfants?

Devenir grand-parent :

- Qu'avez-vous ressenti quand vous avez appris que vous alliez devenir grand-mère/grand-père ?
- Quelles étaient vos activités favorites avec vos petits-enfants?
- Avez-vous eu la chance de voir grandir vos petits-enfants près de chez vous/ dans la même ville?

Transmission intergénérationnelle :

- Y-a-t-il un de vos enfants ou petits-enfants qui a vos traits? Qui vous ressemble?
- Y-a-t-il un de vos enfants ou petits-enfants qui a votre caractère?
- Quelle est la plus belle chose que vous ayez transmis à vos enfants?
- Quelle est la plus belle chose que vous avez transmis à vos petits-enfants?

Pour un(e) participant(e) qui n'aurait pas eu d'enfants :

- Avez-vous des neveux ou nièces dont vous êtes proches?
- Y-a-t-il un neveu ou nièce qui a vos traits? Qui vous ressemble?
- Y-a-t-il un neveu ou nièce qui a votre caractère?
- Avez-vous transmis des choses, des apprentissages, à vos neveux ou nièces?
- Y-a-t-il des activités particulières que vous faisiez avec vos neveux ou nièces?

Conclusion (5 minutes)

2) Clore la rencontre

- Résumer ce qui a été dit
- Annoncer le thème de la prochaine rencontre

Script suggéré :

C'était super intéressant d'entendre vos souvenirs liés à vos familles, enfants et petits-enfants! Avant de finir la rencontre et de vous parler de ce qui s'en vient la prochaine fois, est-ce que vous avez des questions ou commentaires concernant le déroulement de cette rencontre? Y a-t-il des aspects que vous avez aimés? Moins aimés?

Je vous donne maintenant ici un aperçu de ce qui s'en vient à la prochaine rencontre, qui aura lieu [dire le jour et l'heure]. Il sera question de la nourriture. Vous pourrez nous parler de vos plats favoris et même partager des recettes avec nous si le cœur vous en dit. À nouveau, toute l'équipe de recherche tient à vous remercier chaleureusement pour votre participation à ce projet. Au plaisir de vous revoir [jour de la semaine] prochain.

Version préliminaire de recherche: NE PAS UTILISER NI REPRODUIRE
Version pour usage en clinique au: <http://www.uatr.ca/projet-remembrance>

Composante 10 : La nourriture

- i. But : Discuter des plats préférés et des recettes pour raviver les souvenirs associés à la nourriture qui pourront être partagés en groupe.
- ii. Activités : Tours de paroles des aînés pour discuter des plats préférés liés à l'enfance, des plats préférés des fêtes, des odeurs préférées et de recettes favorites. Partage de photos liées à la nourriture. Partage de recettes par les aînés qui le désirent. Questionner les aînés et animer la discussion. Encourager les proches à ajouter des histoires partagées.

Introduction (5 minutes)

1) Accueillir les participants

- L'interventionniste rappelle son nom
- L'interventionniste souhaite la bienvenue aux participants
- L'interventionniste rappelle le thème de la rencontre du jour

Script suggéré :

Bonjour, je vous rappelle mon prénom, soit X, et je suis bien heureuse de vous retrouver. Comment allez-vous aujourd'hui? [Laisser le temps aux gens de répondre]. Je poursuis le programme de réminiscence avec vous aujourd'hui. Nous sommes maintenant à notre 10^e rencontre. Le thème d'aujourd'hui sera : La nourriture. Lors de notre dernière rencontre, nous avons pu entendre vos souvenirs liés à la famille que vous avez fondée, à vos enfants, petits-enfants et même arrière-petits-enfants. Aujourd'hui, nous allons parler plutôt de vos souvenirs gourmands, liés à la nourriture.

Partie principale (50 minutes)

- 9) Animer les tours de paroles à l'aide de photographies
- Initier un tour de parole en présentant des photographies
 - Animer le tour de parole
 - Inciter les aînés à prendre la parole et à évoquer des souvenirs en lien avec les photographies et aussi sans photographies
 - Inviter les proches à ajouter des informations pour que l'aîné donne plus de détails

Script suggéré :

Je vais commencer par vous montrer une photographie. À tour de rôle, vous pourrez me partager les souvenirs qu'elle évoque. [Lancer le partage d'écran qui présente des photos liées au thème du jour]. *Qui voudrait me parler de cette photographie?* [Laissez un participant répondre, puis passer au suivant, jusqu'à ce que tous aient pu s'exprimer. Poursuivre les tours de paroles avec les questions suggérées].

Questions suggérées

Plaisirs de manger :

- Quels sont vos plus beaux souvenirs d'enfance liés à la nourriture?
- Quelles étaient vos odeurs de nourriture favorites?
- Quelle était votre repas favori quand vous étiez enfant? Puis adulte?
- Quel était votre dessert favori quand vous étiez enfant? Puis adulte?
- Quel était votre repas de fête (ou spécial) favori quand vous étiez enfant? Puis adulte?
- Y avait-il des traditions alimentaires quand vous étiez enfant? Exemple : « Maigre et jeûne » le vendredi...
- Quelle était votre collation favorite au retour de l'école?
- Quelle était votre friandise favorite quand vous étiez enfant?

- Quelle est votre pâtisserie favorite, encore à ce jour?

Apprendre à cuisiner/Cuisiner :

- Qui vous a appris à cuisiner?
- Quel âge aviez-vous quand vous avez commencé à apprendre à cuisiner?
- Aviez-vous du plaisir à cuisiner ou c'était plutôt une corvée?
- Est-ce que vous suiviez des recettes dans des livres minutieusement ou est-ce que vous cuisiniez « à l'œil »?

Menus et recettes :

- De quoi étaient composés les repas quand vous étiez enfant?
- Quelles recettes faisiez-vous pour plaire à tout coup à votre famille, une fois adulte? (Autant en menu principal qu'en dessert, pâtisseries, etc.)
- Faisiez-vous des recettes originales, inusitées ou inventées?
- Deviez-vous préparer des lunches/boîtes à lunch?

Restaurants :

- Aviez-vous un restaurant favori quand vous étiez jeune?
- Avec qui aimiez-vous partager des repas au restaurant?

Conclusion (5 minutes)

1) Clôture la rencontre

- Résumer ce qui a été dit

Annoncer le thème de la prochaine rencontre

Script suggéré :

C'était super intéressant d'entendre vos souvenirs liés à la nourriture! Avant de finir la rencontre et de vous parler de ce qui s'en vient la prochaine fois, est-ce que vous avez des questions ou commentaires concernant le déroulement de cette rencontre? Y a-t-il des aspects que vous avez aimés? Moins aimés?

Je vous donne maintenant ici un aperçu de ce qui s'en vient à la prochaine rencontre, qui aura lieu [dire le jour et l'heure]. Il sera question des amis, des loisirs et des vacances. À nouveau, toute l'équipe de recherche tient à vous remercier chaleureusement pour votre participation à ce projet. Au plaisir de vous revoir [jour de la semaine] prochain.

**Version préliminaire de recherche: NE PAS UTILISER NI REPRODUIRE
Version pour usage en clinique au: <http://www.uqtr.ca/projet-reminiscence>**

Composante 11 : Les amis, les loisirs et les vacances

- i. But : Discuter de l'amitié, tout au long de la vie, des loisirs et des vacances.
- ii. Activités : Tours de paroles des aînés pour discuter de leurs premiers amis, de leurs vieux amis, des loisirs, des vacances et des moments et souvenirs amusants qui y sont rattachés. Partage de photos liées aux amis, aux loisirs et aux vacances. Questionner les aînés et animer la discussion. Encourager les proches à ajouter des histoires partagées.

Introduction (5 minutes)

1) Accueillir les participants

- L'interventionniste rappelle son nom
- L'interventionniste souhaite la bienvenue aux participants
- L'interventionniste rappelle le thème de la rencontre du jour

Script suggéré :

Bonjour, je vous rappelle mon prénom, soit X, et je suis bien heureuse de vous retrouver. Comment allez-vous aujourd'hui? [Laisser le temps aux gens de répondre]. Je poursuis le programme de réminiscence avec vous aujourd'hui. Nous sommes maintenant à notre 11^e rencontre. Le thème d'aujourd'hui sera : Les amis, les loisirs et les vacances. Lors de notre dernière rencontre, nous avons pu entendre vos souvenirs liés à la nourriture. Aujourd'hui, nous allons parler plutôt de vos souvenirs liés à l'amitié, aux loisirs et aux vacances.

Partie principale (50 minutes)

2) Animer les tours de paroles à l'aide de photographies

- Initier un tour de parole en présentant des photographies
- Animer le tour de parole
- Inciter les aînés à prendre la parole et à évoquer des souvenirs et à bien avec les photographies et aussi sans photographies
- Inviter les proches à ajouter des informations pour que l'aîné donne plus de détails

Script suggéré :

Je vais commencer par vous montrer une photographie. À tour de rôle, vous pourrez me partager les souvenirs qu'elle évoque. [Lancer le partage d'écran qui présente des photos liées au thème du jour]. Qui voudrait me parler de cette photographie? [Laissez un participant répondre, puis passer au suivant, jusqu'à ce que tous aient pu s'exprimer. Poursuivre les tours de paroles avec les questions suggérées].

Questions suggérées :

Amis :

- Avez-vous un(e) meilleure(e) ami(e) quand vous étiez enfant?
- Quels jeux ou activités partagiez-vous avec cet(te) ami(e)?
- Avez-vous eu de longues amitiés, qui ont duré pendant plusieurs années?
- Quels sont vos plus beaux souvenirs d'amitié?
- Quelles activités aimez-vous partager avec vos amis d'aujourd'hui?

Loisirs :

- Quels ont été vos loisirs, tout au long de votre vie?
- Pratiquez-vous un sport?
- Pratiquez-vous un loisir créatif? (Tricot, couture, scrapbooking)

- Aimez-vous les activités en plein air ou avec la nature?
- Aimez-vous le jardinage? Les plantes?
- Qu'aimez-vous faire comme activité plaisante, quand vous aviez un petit moment pour vous?

Vacances :

- Comment se passaient les vacances quand vous étiez enfant?
- Comment se passaient les vacances avec votre mari/épouse et vos enfants?
- Avez-vous fait des voyages au cours de votre vie? Si oui, à quel endroit êtes-vous allés?
- Quels sont vos plus beaux souvenirs de vacances ou de voyages?

Conclusion (5 minutes)

2) Clore la rencontre

- Résumer ce qui a été dit
- Annoncer le thème de la prochaine rencontre

Script suggéré :

C'était super intéressant d'entendre vos souvenirs liés à la nourriture! Avant de finir la rencontre et de vous parler de ce qui s'en vient la prochaine fois, est-ce que vous avez des questions ou commentaires concernant le déroulement de cette rencontre? Y a-t-il des aspects que vous avez aimés? Moins aimés?

Je vous donne maintenant ici un aperçu de ce qui s'en vient à la prochaine rencontre, qui aura lieu [dire le jour et l'heure]. Il s'agira de notre dernière rencontre et elle s'intitule « Tourner la page ». Cette rencontre n'a pas de thème précis et vous permettra de partager n'importe quel autre souvenir que nous n'aurions pas évoqué au cours de nos rencontres. À nouveau, toute l'équipe de recherche tient à vous remercier chaleureusement pour votre participation à ce projet. Au plaisir de vous revoir [jour de la semaine] prochain.

Composante 12 : Tourner la page

- i. But : Clore le programme. Effectuer une rétroaction sur les activités. Offrir une dernière opportunité de partage et de socialisation.
- ii. Activités : Permettre aux membres de parler de leur expérience de participation au groupe. Offrir une dernière chance de partager un souvenir lié aux thèmes précédents. Offrir rafraichissements et collations.

Introduction (5 minutes)

1) Accueillir les participants

- L'interventionniste souhaite la bienvenue aux participants
- L'interventionniste rappelle le thème de la rencontre du jour

Script suggéré :

Bonjour à tous! Comment allez-vous aujourd'hui? [Laisser le temps aux gens de répondre]. Je poursuis le programme de réminiscence avec vous aujourd'hui. Nous sommes maintenant à notre 1^{er} rencontre. Le thème d'aujourd'hui sera : Tourner la page. Lors de notre dernière rencontre, nous avons pu entendre vos souvenirs liés aux amis, aux loisirs et aux vacances. Aujourd'hui, nous allons plutôt vous donner l'opportunité de partager d'autres souvenirs liés aux thèmes des rencontres précédentes, ou encore des souvenirs liés à d'autres thèmes que nous n'avons pas abordés. Nous reviendrons aussi sur votre expérience de participation à ce groupe de réminiscence. Quelqu'un voudrait commencer? [Laisser le temps aux gens de répondre].

Partie principale (50 minutes)

2) Animer les tours de paroles

- Initier un tour de parole
- Animer le tour de parole
- Inciter les aînés à prendre la parole et à partager leur point de vue
- Inviter les proches à ajouter des informations pour que l'aîné donne plus de détails

Script suggéré :

Questions suggérées :

- *Y-a-t-il eu un évènement public marquant pour vous?*
- *Quels sont vos souvenirs liés à l'arrivée de la télévision?*
- *Comment était votre première voiture?*

Conclusion (5 minutes)

3) Clore la rencontre

- Résumer ce qui a été dit
- Remercier les participants

Script suggéré :

C'était super intéressant de vous entendre! Avant de finir la rencontre, est-ce que vous avez des questions ou commentaires? Comment avez-vous trouvé votre expérience avec ce groupe?

À nouveau, toute l'équipe de recherche tient à vous remercier chaleureusement pour votre participation à ce projet. Ce fût un plaisir et un honneur pour moi de vous accompagner pendant les 6 dernières semaines et d'entendre ces magnifiques souvenirs qui témoignent de la richesse de vos vies.