

Fiche 3

Les ateliers d'orientation temporelle

OBJECTIF : FAVORISER L'ORIENTATION TEMPORELLE

1. COMMENT METTRE EN PLACE CET ATELIER ?

PUBLIC : personnes présentant une démence légère à modérée.

NOMBRE DE PARTICIPANTS : 1 à 6.

DURÉE DE L'ATELIER : 30 à 45 minutes.

FRÉQUENCE : au minimum une fois par semaine. Dix séances.

LIEU : choisir une pièce calme afin d'éviter des distracteurs extérieurs (bruit, passage d'autres personnes). Pour une prise en charge à domicile, réaliser la séance à l'endroit où se trouve le calendrier, l'agenda ou le tableau des activités.

MOYENS HUMAINS : un animateur.

2. PRÉSENTATION

L'orientation dans le temps est une capacité qui s'appuie sur des éléments sémantiques et épisodiques à travers des souvenirs biographiques et des connaissances culturelles et collectives. Par exemple : "Je sais que nous sommes en hiver car il neige" (sémantique) ; "Je sais que nous sommes dimanche car hier je suis allé au marché" (épisodique).

Les ateliers d'orientation temporelle ont pour objectif de renforcer les éléments de mémoire sémantique et épisodique, afin de faciliter l'orientation de la personne malade dans le temps, dans le présent et la réalité.

Pour cela, il est également possible de s'appuyer sur des éléments visuels qui pourront être visibles sur le lieu de vie de la personne. Cependant, pour que ces dispositifs soient pleinement efficaces, il est important de consacrer lors des ateliers, ou en dehors, un temps à la ritualisation de leur utilisation :

- Par exemple, chaque fois que je passe devant le panneau indiquant la date du jour avec André, je lui demande de me dire quelles informations il peut trouver sur ce tableau.

- Chaque fois qu'Anne me demande quel jour nous sommes, je lui réponds qu'elle peut avoir cette information sur son ardoise dans la cuisine, et au besoin je l'accompagne pour lui montrer où cela est rangé.

L'orientation temporelle est importante pour permettre de maintenir une certaine

Les ateliers d'orientation temporelle ont pour objectif de renforcer les éléments de mémoire sémantique et épisodique, afin de faciliter l'orientation de la personne malade dans le temps, dans le présent et la réalité.

autonomie à domicile ou au sein d'une structure : pouvoir se rendre à ses rendez-vous, être chez soi lors de l'arrivée programmée de l'auxiliaire de vie. À ce titre, si un résident présente des difficultés à s'orienter dans le temps, il peut être important de travailler ce point avec lui et lui permettre de repérer les endroits où il peut recueillir les informations pertinentes sur la date du jour, les animations prévues et les soignants présents ce-jour.

En effet, si André, qui adore la chorale, ne sait pas quand elle a lieu ou se souvient que c'est le mardi, mais ne sait pas qu'on est précisément mardi aujourd'hui, il n'aura pas accès à cette activité qui compte pour lui au quotidien.

Un défaut d'orientation temporelle a donc un impact sur les relations avec l'entourage, la capacité à obtenir de l'aide et à accéder à des loisirs en groupe. Cela d'autant plus que ce déficit peut être associé à des troubles de la mémoire, des fonctions exécutives ou de l'attention caractéristiques des maladies neurocognitives. Il est donc important et possible de travailler ce point.

3. OBJECTIFS

- >> Améliorer l'orientation temporelle.
- >> Apprendre à utiliser une aide externe pour s'orienter dans le temps.

4. MODALITÉS D'INTERVENTION

L'atelier cible les personnes présentant une pathologie légère à modérée et ayant des difficultés à se repérer dans le temps ou à gérer des rendez-vous.

Comme dans toute activité d'apprentissage, l'intervenant doit être présent pour valoriser les compétences acquises, même lorsque des imperfections existent. Son rôle est d'accompagner le participant dans l'apprentissage de l'utilisation de son aide externe, en lui redonnant le mode d'emploi si besoin. Il est nécessaire de ritualiser l'utilisation de l'aide externe jusqu'à ce qu'elle soit acquise.

Il faut adapter le niveau de difficulté et de complexité de l'aide externe pour ne pas mettre la personne en échec. Les aides externes qui peuvent être utilisées sont d'une complexité variable :

- l'agenda ;
- le calendrier mensuel (tableau à double entrée) ;
- le calendrier mensuel (sur une seule colonne) ;
- le semainier ;
- l'ardoise sur deux jours ;
- l'ardoise sur une journée.

Matériel

- **Prévoir de quoi prendre une collation**
- **Feuille de papier et stylo, et/ou tableau**
- **Fiche d'activité cognitive**
- **Demander à chaque participant d'amener son agenda ou calendrier**

Pour qu'un apprentissage puisse avoir lieu, il faut éviter que l'intervenant manipule l'aide externe. L'animateur guide verbalement la personne dans la manipulation en lui laissant le temps nécessaire, puis cette guidance diminue au fur et à mesure.

Si possible, il laisse la personne noter elle-même les rendez-vous. Cela permet de voir si les informations notées spontanément sont correctes et contiennent suffisamment d'éléments pour être utiles. Dans le cas contraire, il faut envisager que l'aidant note les rendez-vous sur le calendrier ou apprenne à la personne aidée la marche à suivre pour les noter elle-même.

5. DÉROULEMENT DE LA SÉANCE

► LE RITUEL DE DÉBUT

L'intervenant et les participants se présentent au début de chaque séance. L'animateur rappelle l'objectif de l'atelier.

► L'UTILISATION DE L'AIDE EXTERNE

Le ou les participants sont invités à retrouver la date du jour au moyen de leur aide externe personnalisée (agenda, calendrier...). Elle est si besoin notée sur un tableau. L'intervenant invite ensuite les participants à repérer dans leur agenda ou calendrier, le rendez-vous du jour (le groupe orientation). Les événements marquants du jour ou de la semaine sont évoqués : anniversaire, fête religieuse, proximité d'un jour férié... L'intervenant contrôle la bonne utilisation de l'aide externe par les participants et réalise une guidance verbale si besoin : Où est votre agenda ? Comment pouvez-vous voir quel jour nous sommes aujourd'hui ?

► L'ACTIVITÉ D'ORIENTATION

Un thème est donné par l'intervenant pour la séance. Il est en lien avec le calendrier : automne, Noël, rentrée des classes, par exemple. L'intervenant aura préparé des supports (photos, sons, objets...) en lien avec le thème. Les participants sont ensuite invités à décrire comment ils vivaient cet événement en tant qu'enfant ou jeune adulte. L'intervenant incite les participants à rechercher des souvenirs anciens : «Comment se passait la rentrée des classes à votre époque ?». Ensuite, il demande aux participants de décrire ce à quoi cet événement leur semble se rattacher actuellement : «Et maintenant comment se passe la rentrée des classes d'après vous ?» Le groupe compare ensuite l'avant et l'après : «Qu'est-ce qui a changé ?» Suivant les besoins et capacités du groupe, ces éléments pourront être notés au tableau par l'intervenant, un participant «secrétaire» ou par chacun sur une feuille reprenant les illustrations du thème.

► LE RETOUR À L'AIDE EXTERNE

Après avoir annoncé la fin proche de l'atelier, l'intervenant incite les participants à noter le prochain rendez-vous sur leur agenda ou calendrier. C'est un moyen de proposer à nouveau une guidance verbale (« Allez à la date du jour » ; « Où est noté le mois ? » ; « Où est notée l'année ? ») et un apprentissage de l'utilisation de l'agenda pour chaque participant. Ils doivent

retrouver la date du jour, la date du rendez-vous à venir, et le groupe décide ensemble des éléments pertinents à noter dans l'agenda (« Que peut-on noter dans l'agenda ? »).

► **SI BESOIN, UN RITUEL DE FIN**

Il pourra ensuite être proposé une collation ou un café.

Pour ceux qui en ont besoin, il peut être conseillé de proposer une à cinq séances en individuel avant l'intégration au groupe, afin de déterminer l'aide externe adaptée et de faire un premier apprentissage de son utilisation. Pour des groupes présentant moins de capacités ou en institution, l'activité d'orientation temporelle peut être utilisée seule sans passer par la phrase qui consiste à apprendre à gérer un agenda.

6. OBSERVATION

Il convient d'observer si les participants peuvent se repérer sur leur aide externe ou celle de l'établissement.

L'intervenant devra chercher à examiner s'ils sont capables d'évoquer des éléments récents en lien avec la date et s'ils peuvent faire la différence entre le passé et le présent.

7. ÉVALUATION

L'intervenant évaluera s'il constate :

- une amélioration de l'orientation dans le temps ;
- l'apprentissage de l'utilisation d'une aide externe (agenda ou calendrier) et la généralisation de son utilisation au quotidien, ou simplement, s'il est fait référence à l'aide externe.

SÉANCE : LA RENTRÉE DES CLASSES

Le thème du jour est communiqué en début de séance.

Chaque participant retrouve la date du jour sur son aide externe.

L'intervenant pourra disposer sur la table : un plumier, un encrier, une trousse contemporaine, un sac à dos et un cartable ancien (objets réels ou photos). Il placera également des photos d'élèves d'autrefois et d'aujourd'hui. Des goûters d'écoliers peuvent être également posés sur la table. Par exemple, la pomme et le chocolat chaud représente le goûter d'autrefois ; les biscuits ou les céréales, celui d'aujourd'hui).

Les participants sont d'abord invités à regarder et à manipuler, photos et objets, à sentir l'odeur de l'encre...

Une fois que chacun a pu découvrir les objets mis à disposition, l'intervenant commence par évoquer le rapport entre le thème et la date du jour : nous sommes début septembre, c'est la rentrée des classes.

Chacun pourra évoquer les souvenirs de leurs rentrées passées. Les objets et photos présentés liés au passé sont regroupés entre eux. Vient ensuite le temps du présent.

Chacun parle de la rentrée des classes telle qu'il la perçoit actuellement (au travers des petits-enfants et arrière-petits-enfants, de la télévision...). Les objets et photos actuels liés à la rentrée des classes sont regroupés.

Vient ensuite le temps de comparer, de constater ce qui a changé entre aujourd'hui et hier, les évolutions que les participants trouvent plutôt bonnes et celles qu'ils apprécient moins.

Faire le rapprochement entre le passé et le présent, les différencier, permet de consolider les souvenirs et de reprendre contact avec le présent. Cela participe à favoriser l'orientation dans le temps.

Chaque participant est ensuite invité à noter le prochain rendez-vous sur son aide externe. Il retrouve tout d'abord la date du prochain rendez-vous sur ce support. L'animateur vérifie que tout le monde est au bon endroit. Puis, les participants décident collectivement ce qui doit être noté : jour, heure et lieu du rendez-vous, ainsi que le nom de l'atelier. L'animateur complète si besoin.

Références

- TING JUNG HSU et al., *Predictors of non-pharmacological intervention effect on cognitive function and behavioral and psychological symptoms of older people with dementia*, *Geriatr Gerontol Int*, 2017, Suppl 1 :28-35. doi : 10.1111/ggi.13037.
- SPECTOR A et al., *Withdrawn : Reality orientation for dementia*, *Cochrane Database Syst Rev.*, 2007 Jul 18 ;(3) :CD001119.
- DUJARDIN Kathy et LEMAIRE Patrick, *Neuropsychologie du vieillissement normal et pathologie*, Édition Elsevier Masson.
- THOMAS-ANTÉRION Catherine, *Mémoire du passé et Maladie d'Alzheimer*, *Abstract Alzheimer*, n°3 Décembre 2008, pp. 3-4.