

3

FAVORISER LA SANTÉ ET LE BIEN-ÊTRE

Assurer la sécurité des personnes
Aide aux soins personnels
Accompagnement aux rendez-vous
Suivi des plans établis par des
spécialistes

FAVORISER LA SANTÉ ET LE BIEN-ÊTRE

Les personnes auprès desquelles vous travaillez jouiront mieux de la vie si elles sont en bonne santé. En tant que travailleur de première ligne, vous avez, entre autres, pour rôle de veiller à ce que ces personnes aient les mêmes possibilités en matière de santé et de bien-être que nous avons tous.

Cette partie porte sur les aspects suivants :

- ◆ Assurer la sécurité des personnes
- ◆ Aide aux soins personnels
- ◆ Accompagnement aux rendez-vous
- ◆ Suivi des plans établis par des spécialistes

ASSURER LA SÉCURITÉ DES PERSONNES

L'une des tâches importantes d'un travailleur de première ligne est de veiller à la sécurité des personnes auprès desquelles il travaille. De plus, le travailleur doit être conscient des situations qui peuvent porter atteinte à sa propre sécurité.

Pour plus de renseignements, veuillez consulter la partie sur les visites à domicile et le travail en isolement du DSP Orientation Manual (guide d'orientation des travailleurs de première ligne) de Familles.

Un travailleur de première ligne peut offrir la sécurité aux personnes auprès desquelles il travaille en :

- ◆ leur prêtant attention et en les guidant, tant à domicile qu'à l'extérieur;
- ◆ leur offrant un milieu sûr;
- ◆ mettant en œuvre des mesures efficaces de prévention des infections;
- ◆ se servant de ses muscles d'une façon convenable.

Prévention des blessures

Pour prévenir les blessures, il faut s'habituer à être vigilant sur le plan de la sécurité. Quand vous travaillez auprès d'enfants et d'adultes à domicile, il est important de connaître les dangers possibles. Si vous avez des inquiétudes sur le milieu physique, communiquez avec votre superviseur.

Règles fondamentales pour la sécurité à domicile (*adapté à partir du texte de Mosby, 2003*)

- ◆ Vérifiez si l'éclairage est suffisant, surtout autour des marches, dans les escaliers, les couloirs, les entrées et aux endroits où les surfaces ne sont pas planes.
- ◆ Éliminez le désordre (dans les escaliers, dans les endroits de passage).
- ◆ Enlevez les tapis effilochés et les carpettes.
- ◆ Si quelque chose se renverse, nettoyez-le tout de suite, surtout s'il s'agit d'un liquide ou de quelque chose de gras.
- ◆ Éloignez les petits appareils électriques de l'eau dans la cuisine et la salle de bain.
- ◆ Encouragez l'utilisation de barres d'appui près des toilettes, dans la baignoire et dans la douche.
- ◆ Encouragez l'utilisation de tapis antidérapants dans la baignoire, dans la douche et sur le sol de la salle de bain.

- En faisant la cuisine, tournez les casseroles de façon à ce que les poignées ne dépassent pas.
- Veillez à ce que les personnes ne soient jamais seules pour se servir de la cuisinière ou du four à micro-ondes.

Prévention des infections

Pour éviter de propager des maladies, il est important d'avoir de bonnes habitudes en matière d'hygiène. L'une des choses essentielles à faire pour prévenir les infections est de se laver les mains. Les experts en prévention des infections estiment que c'est l'une des mesures les plus efficaces pour éviter de propager une infection.

Habitudes à prendre – Lavez-vous les mains :

- quand vous arrivez au travail;
- avant d'être en contact avec la personne auprès de laquelle vous travaillez ou avec ses objets de soins personnels, et après;
- pendant que vous vous occupez de ses soins personnels, si, pour une raison quelconque, vous êtes interrompu;
- entre vos diverses tâches;
- après avoir été aux toilettes;
- quand vous toussiez, que vous éternuez ou que vous vous mouchez;
- avant et après les repas;
- avant de manipuler des aliments et après;
- quand vos mains ont touché des liquides corporels;
- avant de quitter votre travail.

Le travailleur de première ligne doit aussi savoir quelles autres précautions prendre pour éviter les maladies et les infections, telles les précautions standard ou précautions générales d'hygiène.

Précautions standard ou générales d'hygiène

- ▶ *Méthode de prévention des infections qui traite tout sang humain ou liquide corporel comme s'ils étaient infectés par des microbes porteurs de maladie*
- ▶ *Le lavage des mains est une partie essentielle de cette méthode, de même que l'utilisation adaptée de gants.*
- ▶ *Il faut toujours porter des **gants jetables** quand il y a un risque de contact direct avec des liquides corporels ou des surfaces corporelles humides.*

Exemples de situations où il faut utiliser des gants jetables

- ▶ Quand on aide quelqu'un aux toilettes, qu'on change une couche ou un sous-vêtement (Attends, Depends, serviette hygiénique, par exemple).
- ▶ Quand on aide quelqu'un à se brosser les dents ou à se servir de soie dentaire, si l'on est en contact avec la bouche ou la brosse à dent (lorsqu'on aide la personne physiquement, en guidant sa main, ou en lui brossant les dents).

Les précautions standard ou générales d'hygiène servent à :

- ➔ *vous protéger contre les maladies infectieuses;*
- ➔ *protéger la personne auprès de laquelle vous travaillez contre les infections dont vous pourriez être porteur – il arrive que les travailleurs passent des infections aux personnes auprès desquelles ils travaillent.*

Il faut toujours se laver les mains AVANT d'utiliser des gants et APRÈS les avoir utilisés.

Pour plus de renseignements sur les précautions générales d'hygiène et les lignes directrices de prévention des infections pour les travailleurs de première ligne dans la communauté,

veuillez consulter le DSW Orientation Manual (guide d'orientation des travailleurs de première ligne) de Services à la famille et Consommation.

Bien se servir de ses muscles

En tant que travailleur de première ligne, vous aurez à fournir toutes sortes de soins différents aux personnes auprès desquelles vous travaillez, et il sera important pour votre propre sécurité et celle de la personne que vous aidez que vous sachiez vous servir de vos muscles sans danger. Il s'agit de savoir comment déplacer et soulever des objets tout en gardant une bonne posture. Ceci est important pour les tâches suivantes :

- ◆ Aider les personnes à se déplacer d'un endroit à un autre.
- ◆ Aider les personnes qui se déplacent en fauteuil roulant ou à l'aide d'un autre équipement.
- ◆ Aider les personnes à s'habiller.
- ◆ Effectuer différentes tâches ménagères et participer à des activités de loisirs.

Conseils pratiques pour bien se servir de ses muscles (adapté à partir du texte de Mosby, 2003)

- ◆ Portez des souliers adaptés quand vous êtes dans la maison.
- ◆ Familiarisez-vous avec l'utilisation des appareils fonctionnels (fauteuil roulant, marchette, canne), en suivant les instructions données par la personne, ses parents ou les autres fournisseurs de soins.
- ◆ Demandez de l'aide si nécessaire.
- ◆ Évitez de vous pencher à partir de la taille ou de faire des torsions de la partie supérieure de votre corps.
- ◆ Lorsque vous déplacez un objet ou une personne, rapprochez-vous-en

- ▶ Poussez, faites glisser ou faites rouler les objets et l'équipement plutôt que de les soulever.
- ▶ Écartez les pieds afin d'avoir une base plus large.
- ▶ Gardez le dos droit.
- ▶ Ajustez la hauteur de votre plan de travail si possible; évitez de tendre les bras, de faire des torsions et de vous plier.
- ▶ Ne soulevez jamais un objet qui se trouve au-dessus de vous; servez-vous d'un tabouret pour vous en rapprocher le plus possible.

Les avantages qu'il y a à vous servir de vos muscles correctement sont les suivants :

- ➔ Cela réduit la fatigue musculaire, la tension et les blessures corporelles.
- ➔ Cela permet d'accomplir les tâches avec une plus grande efficacité.
- ➔ Cela réduit l'anxiété et la peur de la personne quand vous l'aidez.
- ➔ Cela confirme à la personne que vous êtes capable d'accomplir les tâches correctement.

AIDE AUX SOINS PERSONNELS

Les personnes auprès desquelles vous travaillez peuvent avoir diverses raisons d'avoir besoin d'aide pour leurs soins personnels, leur toilette ou leur hygiène. Ces raisons peuvent être les suivantes :

- ▶ Elles sont malades.
- ▶ Elles n'ont ni l'énergie, ni la force nécessaires.
- ▶ Elles ont des douleurs ou ressentent une gêne physique.
- ▶ Elles n'arrivent pas à atteindre certaines parties de leur corps.
- ▶ Elles ont du mal à obtenir, à porter ou à utiliser les fournitures de soins personnels.

- Elles sont anxieuses ou ont peur de se blesser.
- Elles souffrent de confusion, ne sont pas capables d'exécuter la tâche en question ou sont en train d'apprendre.
- Elles oublient ce qu'il faut faire et comment le faire.

Il est très important que le travailleur de première ligne écoute attentivement la personne, les autres fournisseurs de soin ou les parents, afin de recueillir des renseignements précis et des instructions. Le travailleur doit savoir :

- pour **quels** aspects de ses soins personnels la personne a besoin d'aide;
- **quand** et **où** la personne préfère que ces soins soient effectués;
- **comment** la personne préfère qu'on l'aide.

Ceci permettra aux soins personnels de se dérouler de la meilleure façon possible.

Observez Susan et Jackie qui discutent du genre de soutien dont leurs fils ont besoin et des connaissances que les travailleurs de première ligne devraient avoir, selon elles.

Domaines communs de soutien

Le type de soutien nécessaire dépendra de certains facteurs, comme les capacités physiques et le niveau de compréhension de la personne. Dans tous les cas, il faut l'encourager à faire le plus possible de choses par elle-même.

Aide pour les repas

Avant de servir un repas, vous devriez faire les choses suivantes :

- ◆ Expliquez ce que vous allez faire.
- ◆ Arrangez la nourriture dans l'assiette de façon à ce que cela soit attrayant. Essayez de ne pas servir des aliments qui sont tous de la même couleur, comme du poisson blanc, des pommes de terre et du chou-fleur.
- ◆ Faites en sorte que la table et la salle soient jolies. Mettez le couvert correctement.
- ◆ Si la personne se sert d'ustensiles adaptés pour manger, comme une assiette avec une butée ou des couverts à manches plus gros, placez-les à l'endroit voulu et à sa portée.
- ◆ Coupez la nourriture et aidez la personne quand elle en a besoin.

En plus de tout cela. . .

Si la personne ne peut pas manger toute seule, elle peut avoir besoin d'aide pour cela. Si c'est le cas, faites les choses suivantes :

- ◆ Asseyez-vous près de la personne et expliquez-lui ce qu'il y a à manger.

- ◆ Préparez les aliments en fonction des recommandations de la personne, de ses parents ou des autres fournisseurs de soins (ajoutez du liquide, coupez-les en petits morceaux ou réduisez-les en purée).
- ◆ Demandez à la personne ce qu'elle souhaite manger d'abord.
- ◆ Donnez-lui à manger un peu à la fois pour éviter qu'elle ne s'étouffe ou qu'elle n'aspire la nourriture dans ses bronches ou ses poumons.
- ◆ Alternez les solides et les liquides.
- ◆ Tenez une conversation agréable avec la personne et encouragez-la à manger.
- ◆ Quand la personne a terminé, lavez-lui les mains et le visage au besoin.
- ◆ Changez ses vêtements s'ils sont sales.

Bain

(adapté de « Best Practice Procedure - Home Care Attendant », Office régional de la santé de Winnipeg, 09/25/01)

- ◆ Soyez organisé. Il devrait faire assez chaud dans la pièce et vous devriez avoir le nécessaire à portée de main, et notamment du savon, une serviette, une débarbouillette et les vêtements que portera la personne après le bain.
- ◆ Si vous constatez la présence de liquides corporels, appliquez les précautions standard, ou précautions générales d'hygiène.
- ◆ S'il a été jugé nécessaire que la personne se serve d'un tabouret ou d'une planche de bain, utilisez ces accessoires. Placez un tapis en caoutchouc ou un coussinet antidérapant au fond de la baignoire. Si l'équipement recommandé n'est pas disponible, le travailleur doit le signaler à son superviseur.
- ◆ Remplissez la baignoire à moitié d'eau tiède. Demandez à la personne si la température lui convient.
- ◆ Aidez la personne à se déshabiller.
- ◆ Abritez-la des regards et n'exposez pas son corps si cela n'est pas nécessaire.

- ◆ Pour éviter les blessures, suggérez à la personne de se tenir au comptoir de la salle de bain si nécessaire.
- ◆ **NE LA LAISSEZ PAS S'ACCROCHER AU PORTE-SERVIETTE.**
- ◆ Aidez la personne à s'installer dans la baignoire comme votre superviseur vous l'a recommandé.
- ◆ Lorsque la personne est dans le bain, évitez qu'elle ne prenne froid. Couvrez-la dans la mesure du possible, et évitez les courants d'air.
- ◆ Pour la laver, suivez les principes de l'asepsie : lavez la partie la plus propre d'abord, et la moins propre à la fin (commencez par le visage, et terminez par le périnée, c'est-à-dire le postérieur). Prêtez attention à ses préférences et encouragez-la à être aussi indépendante que possible.
- ◆ Rincez-la soigneusement en veillant à bien éliminer le savon, surtout dans les plis et entre les orteils.
- ◆ Les soins à apporter au périnée (c'est-à-dire au postérieur) peuvent être effectués de la façon recommandée par votre superviseur.
- ◆ Changez l'eau du bain si elle devient trop savonneuse, trop froide ou trop sale.
- ◆ Une fois que vous avez lavé et rincé la personne, videz la baignoire.
- ◆ Faites sortir la personne de la baignoire de la manière recommandée par votre superviseur.
- ◆ **NE SOULEVEZ PAS LA PERSONNE COMPLÈTEMENT À PARTIR DU FOND DE LA BAIGNOIRE.**
- ◆ Si la personne est faible ou ne peut plus se lever, videz la baignoire, couvrez la personne d'une serviette et appelez votre superviseur.
- ◆ Une fois la personne sortie du bain, aidez-la à bien se sécher, surtout dans les plis de la peau.
- ◆ Tapotez légèrement la peau au lieu de la frotter.
- ◆ Si la famille ou le médecin de famille l'a demandé, appliquez une crème hydratante ou une lotion vendue sans ordonnance, ou encore

du talc (**NE MÉLANGEZ PAS** ces produits) sur la personne (lorsqu'elle est sortie du bain, afin d'éviter les chutes).

- ◆ Lorsque la personne est sèche, habillée et installée en toute sécurité, nettoyez la baignoire et l'équipement, et accrochez le tapis de bain et les serviettes. Placez les vêtements et le linge à laver à l'endroit voulu, selon ce que vous indique la personne.
- ◆ Signalez à votre superviseur toute préoccupation que vous pourriez avoir en ce qui concerne le niveau de soutien nécessaire pour ces tâches.

Lavage des cheveux *(adapté de « Best Practice Procedure - Home Care Attendant », Office régional de la santé de Winnipeg, 09/25/01)*

- ◆ Vous pouvez laver les cheveux de la personne sous la douche, dans la baignoire, dans le lavabo ou lorsque la personne est au lit.
- ◆ Touchez l'eau pour vous assurer qu'elle est tiède et non chaude. Demandez à la personne si la température lui convient.
- ◆ Utilisez beaucoup d'eau tiède pour mouiller ses cheveux.
- ◆ Appliquez le shampoing et faites mousser en massant le crâne de la personne. Veillez à ce que le shampoing ne lui coule pas dans les yeux.
- ◆ Rincez-lui les cheveux complètement à l'eau tiède.
- ◆ Veillez à bien rincer les endroits comme l'arrière du cou et des oreilles.
- ◆ Séchez-lui bien les cheveux en absorbant l'eau à l'aide d'une serviette.
- ◆ Vous pouvez alors finir de lui sécher les cheveux à l'aide d'un séchoir, mais **NE VOUS SERVEZ PAS** du réglage le plus chaud.
- ◆ Il faut brosser les cheveux de la personne ou la peigner tous les jours.
- ◆ **NE LUI FAITES PAS DE MISE EN PLIS, DE COULEUR OU DE PERMANENTE ET NE LUI COUPEZ PAS LES CHEVEUX.**

Soins de la peau

- ◆ Le savon ordinaire sèche la peau. La personne peut utiliser des produits médicamenteux ou hydratants à la place de savon, si le superviseur l'a conseillé.
- ◆ Pour adoucir la peau et éviter la sécheresse, vous pouvez appliquer des crèmes ou des lotions que l'on obtient sans ordonnance. Réchauffez la lotion dans vos mains avant de l'appliquer et appliquez-la doucement, sans masser ni froter vigoureusement.

Escarres

Les personnes qui passent beaucoup de temps au lit ou dans un fauteuil roulant peuvent subir les effets de l'immobilité. Elles peuvent avoir des escarres. Afin d'éviter ce genre de problème de peau, il faut prendre les mesures suivantes :

- ◆ Changez la personne de position **AU MOINS** une fois toutes les **2 heures**.
- ◆ Vérifiez la peau de la personne pour voir s'il s'est produit des changements à chaque fois que vous la déplacez, que vous la changez ou que vous la baignez. Si vous observez des rougeurs, de la pâleur ou une décoloration blanchâtre sur la peau, surtout aux endroits où les os affleurent, prévenez votre superviseur.

Habillage et déshabillage

Il est important de demander à la personne quels vêtements elle préfère. En choisissant ce qu'elle portera, la personne a le sentiment d'avoir une certaine maîtrise. Les vêtements choisis doivent être adaptés au temps qu'il fait, au genre d'activité que la personne va avoir et à l'âge de la personne. Ils doivent être propres et bien entretenus.

- ◆ Expliquez ce que vous allez faire.

- ◆ Placez les vêtements dans le bon ordre (sous-vêtements, puis vêtements, bas, puis souliers).
- ◆ Quand vous aidez la personne à mettre ses vêtements, suivez ses habitudes.
- ◆ Ne pressez pas la personne; certaines personnes ont beaucoup de mal à s'habiller.
- ◆ Pour éviter les chutes, assurez-vous que les bas et les souliers de la personne sont bien mis.

Soins de la bouche et brossage des dents

Les soins buccaux consistent à nettoyer la bouche, les dents, les gencives et la langue pour enlever les morceaux de nourriture et les bactéries. Ces soins aident à prévenir les caries, les maladies des gencives et la mauvaise haleine. Ils donnent aussi une sensation de fraîcheur et de propreté à la bouche :

- ◆ Appliquez les précautions standard ou précautions générales d'hygiène.
- ◆ Préparez tout ce qu'il faut et demandez à la personne de se brosser les dents **ou** brossez-lui les dents. Faites cela devant le lavabo de la salle de bain, si possible.
- ◆ Demandez à la personne de gonfler et de dégonfler ses joues pour bien distribuer l'eau ou le rince-bouche dans toute la bouche et entre les dents, ou demandez-lui de faire « non » avec la tête pour faire cela.

En passant la soie dentaire entre les dents, on enlève les particules de nourriture et autres. Servez-vous de la soie dentaire comme vous l'ont dit la personne, ses parents ou le dentiste.

Aide pour l'utilisation des toilettes

Certains enfants et certains adultes ont du mal à maîtriser leur vessie ou leurs intestins. On appelle cela l'incontinence. Les enfants se servent de couches jusqu'à ce qu'ils puissent maîtriser le processus de l'élimination. Pour les enfants plus âgés et les adultes, il existe toutes sortes de produits en cas d'incontinence (Attends, Depends, etc.).

En général, si les personnes auprès desquelles vous travaillez utilisent ces produits, elles auront besoin d'aide pour les changer. Dans ce cas, vous devrez peut-être les aider à s'occuper de leur périnée, c'est-à-dire à nettoyer la partie de leur corps située entre les jambes, ou parties génitales.

- ◆ Protégez la vie privée de la personne en fermant la porte.
- ◆ Laissez-la un moment seule, s'il n'y a pas de risque.
- ◆ Utilisez du papier hygiénique pour enlever l'urine et les selles. S'il s'agit d'une fille ou d'une femme, il faut toujours nettoyer de l'avant vers l'arrière pour éviter de contaminer le canal urinaire ou le vagin avec des selles ou des bactéries qui viennent de l'anus.
- ◆ Signalez à votre superviseur tout ce qui est anormal.
- ◆ Donnez à la personne le temps de se laver les mains.

Rappel

Dans tous les cas, lorsqu'un travailleur de première ligne aide une personne, il lui faut encourager l'indépendance de celle-ci autant que possible!

ACCOMPAGNEMENT AUX ACTIVITÉS ET AUX RENDEZ-VOUS

Parmi vos tâches, vous aurez peut-être celle d'accompagner la personne auprès de laquelle vous travaillez à ses divers rendez-vous. Il peut s'agir de rendez-vous chez la coiffeuse ou la manucure, ou de visite à des amis, ou encore d'activités qui ont lieu hors

de chez elle. On vous demandera peut-être aussi de l'accompagner à une visite médicale.

Il est important que vous connaissiez et que vous compreniez votre rôle en matière d'activités et de rendez-vous.

- ◆ Devez-vous fournir le transport?
- ◆ Devez-vous aider la personne à résoudre des problèmes?
- ◆ Devez-vous aider la personne à communiquer?
- ◆ Êtes-vous responsable de tout ce qui figure ci-dessus?

Vos responsabilités en matière d'activités et de rendez-vous varieront d'une situation à l'autre, selon votre rôle. Vous offrirez un niveau de soutien qui correspondra aux besoins de la personne.

Par exemple

Si votre rôle consiste à fournir le transport jusqu'à un rendez-vous médical, vous attendrez sans doute dans la salle d'attente. Cependant, si vous êtes chargé d'aider la personne à communiquer, vous irez peut-être dans la salle d'examen avec elle.

Rappel

- Rassemblez les renseignements avant de partir pour aller au rendez-vous ou à l'activité (le lieu du rendez-vous, l'endroit où il faut stationner, les renseignements médicaux, les dépenses prévues).
- Prenez note des renseignements importants que les parents ou les autres fournisseurs de soins devront connaître (ordonnances, rendez-vous de suivi nécessaires).

SUIVI DES PLANS ÉTABLIS PAR DES SPÉCIALISTES

Le fait qu'une personne ait des troubles incapacitants ne signifie pas nécessairement qu'elle est en mauvaise santé. Dans des cas assez rares, l'invalidité peut s'accompagner de troubles médicaux, psychiatriques ou émotionnels. Dans ces cas, on peut demander au travailleur de première ligne, avec l'autorisation de son superviseur, de mettre en œuvre un plan de soins établi, qui peut consister en des séances de thérapie, ou des interventions visant à aider la personne à atteindre son plein potentiel, ou encore des tâches directement liées à un trouble médical.

Observez Jackie en train de travailler avec Tyler afin de l'encourager à se servir de ses jambes et de ses pieds pour se pousser avec sa marchette. Ceci est un exemple d'activité qu'un parent peut vous demander de faire au cours de votre travail. Il peut s'agir d'une activité recommandée aux parents par un physiothérapeute.

Voici des exemples de spécialistes dont vous aurez peut-être à suivre les directives :

Médecin

- ▶ Personne agréée pour pratiquer la médecine.
- ▶ Prescrit des médicaments.

Psychiatre

- ▶ Médecin spécialisé dans le diagnostic et le traitement des troubles psychiatriques.
- ▶ Prescrit des médicaments.

Psychologue

- ▶ Spécialiste non-médical qui fait des diagnostics et traite les personnes qui ont des problèmes mentaux et émotionnels.
- ▶ Ne peut pas prescrire de médicament, ni traiter les problèmes de santé physique.

Orthophoniste

- ◆ Aide les personnes à apprendre à communiquer, c'est-à-dire à écouter, à comprendre et à exprimer des idées.

Ergothérapeute

- ◆ Aide les personnes à surmonter les problèmes physiques ou sociaux dus à leur maladie ou à leur déficience.
- ◆ Sait adapter l'environnement de la personne afin que celle-ci puisse accomplir certaines tâches indépendamment et en toute sécurité.

Physiothérapeute

- ◆ Fait appel à des activités et à des exercices afin d'aider la personne à surmonter ses problèmes de mouvements et de posture, qui portent en général sur les grands muscles du corps.

Spécialiste du comportement

- ◆ Évalue le comportement de la personne et établit un plan détaillé pour traiter ce comportement.
- ◆ Aide la famille ou le fournisseur de soins à mettre le plan en œuvre.

En conclusion...

En votre qualité de travailleur de première ligne, vous aurez l'occasion d'aider les personnes auprès desquelles vous travaillez à être en bonne santé. Ceci peut signifier que vous veillerez à leur sécurité, que vous les aiderez à s'occuper de leurs soins personnels, que vous les amènerez à leurs rendez-vous et que vous ferez le suivi des directives données par des spécialistes. Comme nous tous, les personnes qui ont des

troubles incapacitants doivent adopter des habitudes saines pour pouvoir mener une vie enrichissante.

Ressources

Batshaw, M. (dir. de collection). **When Your Child Has a Disability, édition révisée**, Baltimore, Maryland, Paul H. Brooks Publishing, 2001.

Birchenall, J. et E. Streight. **Mosby's Textbook for the Home Care Aide, 2^e édition**, St. Louis, Missouri, Mosby, 2003.