

Résumé exécutif : Ensemble pour le plaisir !

Ce qu'il faut savoir

Le programme Ensemble pour le plaisir ! a été créé pour favoriser la joie et des liens significatifs entre les personnes atteintes de troubles neurocognitifs et leurs proches aidants. Développé par des chercheurs de l'Université du Québec à Trois-Rivières et mis en œuvre par la Société Alzheimer de Granby et région, ce programme basé sur les loisirs enseigne aux proches aidants des stratégies pour créer des moments significatifs à travers des activités récréatives simples qui mettent l'accent sur la connexion plutôt que sur les résultats.

Les dyades (personnes atteintes de troubles neurocognitifs et leurs proches aidants) participent à des séances de programme d'une demi-journée dirigées par des animateurs qualifiés. Les sessions commencent par des activités récréatives partagées qui peuvent être reproduites à la maison. Après les activités, les proches aidants se joignent à un groupe de soutien pour réfléchir et apprendre plus de stratégies et de compétences pratiques, tandis que les personnes atteintes de troubles neurocognitifs participent ensemble à une activité de groupe.

Buts du projet

- Améliorer le bien-être des proches aidants et des personnes atteintes de troubles neurocognitifs grâce à des opportunités partagées.
- Augmenter les connaissances et les compétences des proches aidants pour utiliser les loisirs comme un outil de connexion.
- Promouvoir l'inclusion sociale et les interactions significatives en utilisant une approche axée sur les forces qui met l'accent sur les capacités et les contributions des personnes atteintes de troubles neurocognitifs.

Réalisations et l'impact

De 2019 à 2023, le programme s'est étendu à neuf milieux communautaires au Québec et en Nouvelle-Écosse, y compris des emplacements ruraux et urbains en français et en anglais.

Résultats notables

- 90 % des proches aidants ont signalé des impacts positifs, notamment une amélioration du bien-être, de l'inclusion sociale, des connaissances et des comportements liés à la santé.
- Les participants atteints de troubles neurocognitifs ont connu des améliorations notables dans leur sentiment de bonheur et de bien-être général.

Leçons apprises

- Accueillir le programme dans des centres communautaires locaux favorise un sentiment d'appartenance pour les participants.
- Dans les petites collectivités, les animateurs ont remarqué que les participants pouvaient avoir des préoccupations en matière de protection de la vie privée parce qu'ils supposaient qu'une personne avait reçu un diagnostic de démence lorsqu'elle participait à un programme destiné aux personnes atteintes de troubles neurocognitifs.

Pourquoi c'est important

Ensemble pour le plaisir ! crée des espaces où les proches aidants et les personnes atteintes de troubles neurocognitifs peuvent profiter de moments partagés, apprendre des compétences précieuses et se connecter avec d'autres dans leur communauté. Des activités simples peuvent apporter une joie immense, renforcer les relations et améliorer le bien-être général.

Plus à ce sujet:

- [Ensemble pour le plaisir!](#)
- Passer en revue d'autres initiatives dans le [Guide d'interventions communautaires pour les troubles neurocognitifs](#)