

ERGOTHÉRAPIE



EN BREF

L'ergothérapie est une thérapie par l'activité (domestique, de travail ou de loisirs). Elle a pour objectif d'améliorer les capacités fonctionnelles physiques et mentales des personnes aux prises avec des difficultés entravant leurs activités quotidiennes.

INDICATIONS – EFFETS

L'ergothérapie favorise l'autonomie, l'expression de soi et le développement le plus harmonieux possible de la personne. Elle vise en particulier à :

- améliorer les capacités motrices, sensorielles, perceptives et cognitives (intelligence),
- faciliter l'apprentissage de la vie quotidienne,
- favoriser l'intégration sociale,
- adapter l'environnement aux difficultés rencontrées,
- favoriser la confiance en soi au travers d'activités valorisantes.

L'ergothérapie est destinée à toute personne qui a besoin ou qui souhaite améliorer ses capacités d'action dans sa vie quotidienne, sociale, scolaire ou professionnelle.

COMMENT

La démarche d'ergothérapie comprend trois temps :

- 1) L'ergothérapeute cherche d'abord à mieux connaître les ressources, les capacités, les intérêts, la manière d'agir de la personne, ses difficultés...
- 2) À partir de ces observations, et en fonction des demandes de la personne ou de son entourage, elle fixe des objectifs.
- 3) Sur cette base, l'ergothérapeute propose des activités choisies dans une palette très large : découverte de son corps, des objets, exploration sensorielle sur les engins – balançoire, hamac... – jeux, bricolages, activités de cuisine, habillage, repas, graphisme...

En parallèle, l'ergothérapeute conseille, adapte et confectionne des moyens auxiliaires pour améliorer ou faciliter les activités, la communication, la position de travail, à table..., les déplacements (chaise roulante, vélo, siège de voiture...).