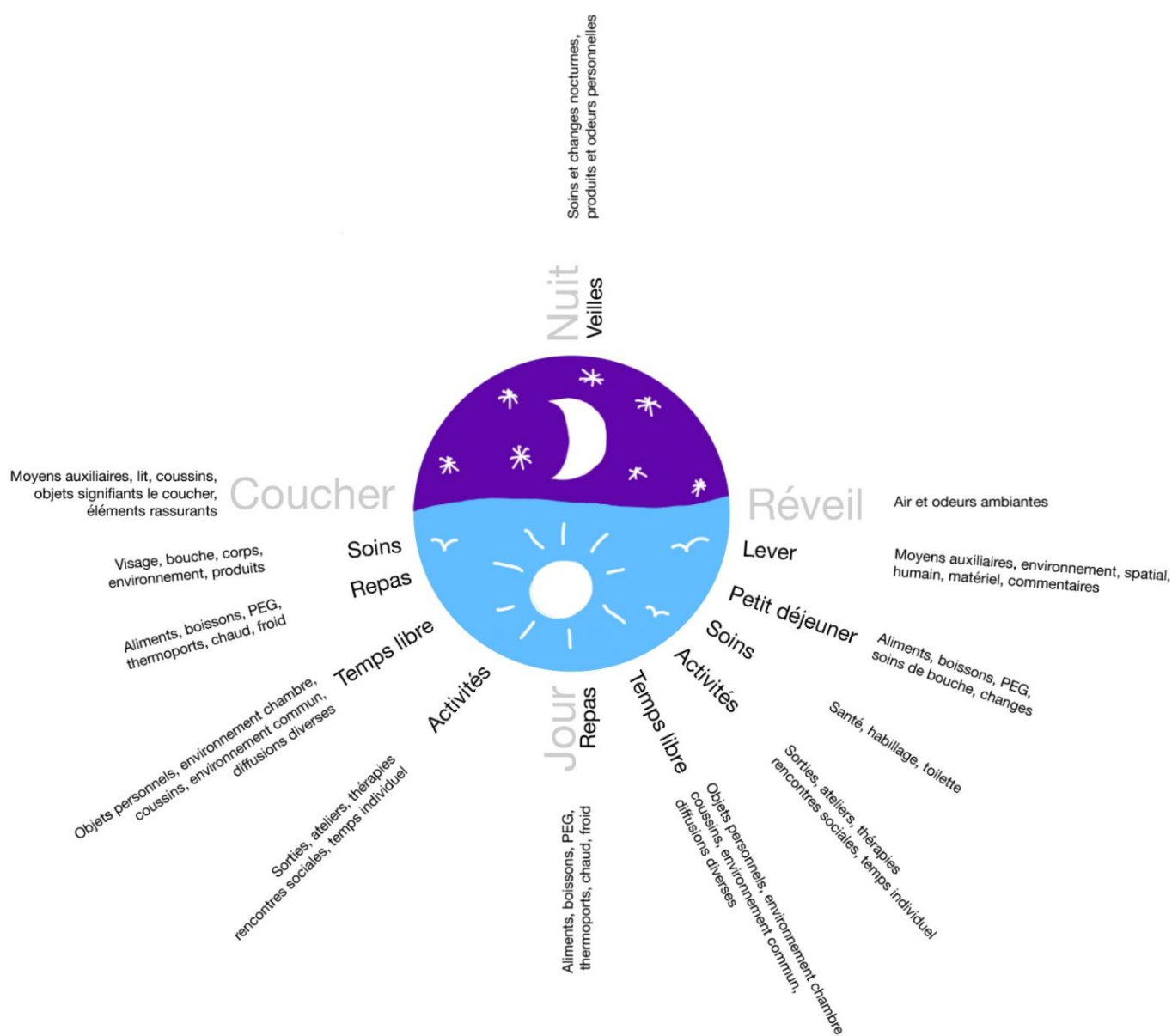


Recherche-Action 2025 – Annexe 5

Roue du rythme de vie olfactive

En travaillant cette recherche par le prisme du Modèle de Développement Humain (MDH), particulièrement sur les habitudes de vie des personnes, des connaissances et pratiques ont émergées. Pour continuer la sensibilisation à l'importance que revêt ce sens, le comité REAC s'est penché sur les opportunités quotidiennes de vie olfactive, à savoir au cours des 24h.

Des périodes nocturnes plus calmes et plus individuelles à celles de la vie diurne, actives et collectives, le comité propose, entre guidance et réflexion, des mots-clés et des questionnements pour continuer à chercher « **Comment améliorer la pratique professionnelle en utilisant l'olfaction pour augmenter la qualité de vie des bénéficiaires ?** »



SOMMEIL

Mots-clés : soins et changes nocturnes, produits et odeurs personnelles, celle du personnel de « veille ».

- Est-ce que la qualité du sommeil pour être améliorée et/ou perturbée par l'olfaction ?
- Est-ce qu'une odeur pour interrompre le sommeil ?

REVEIL

Mots-clés : air ambiant et air extérieur à la chambre, odeur propre à la personne.

- Est-ce que l'odeur de la personne qui vient faire le réveil conditionne ce dernier ?
- Est-ce qu'une odeur donne envie de se réveiller ou de se lever ? Ou l'inverse ?
- Est-ce que comme une autre source de stimuli (lumière ou son) peut influencer le réveil ?

LEVER

Mots-clés : Moyens auxiliaires (MA), environnement spatial, humain, matériel, commentaires.

- Dois-je aérer la chambre ?
- Comment ça sent à l'extérieur (pluie, purin, pots d'échappement, ...) ?
- La personne va-t-elle apprécier mon parfum ? Mon odeur personnelle ?
- La personne va-t-elle sentir mon haleine ? Que j'ai bu un café ? Ou fumé/vapoté ?

SOINS

Mots-clés : Moyens auxiliaires, santé, habillage, toilette (sentir les produits, parfums, odeurs habits).

- Est-ce qu'on lui offre la possibilité de choisir les produits ? Ou autre ?
- Est-ce qu'on lui laisse la possibilité de sentir au moins un des produits de soins ?
- Est-ce qu'on lui fait sentir ses propres habits ?
- Comment exprimer mon ressenti vis-à-vis d'une odeur désagréable ?
Vigilance respect, dignité de la personne !
- Odeurs des moyens auxiliaires, fauteuils roulants, orthèses.

PETIT DEJEUNER

Mots-clés : Sentir la nutrition entérale (PEG), per os, les produits de soins de bouche, environnement humain, change.

- Ai-je fait sentir les aliments et les apports (NUTRINI) et proposé plusieurs choix ?
- Idem pour les personnes nourries par PEG ? Ai-je pensé à faire sentir (importance de l'activation zones salivaires ou du retour dans la cavité de la bouche) ? Le bénéficiaire a-t-il le choix du parfum du FRESUBIN ?
Le bénéficiaire nourri par PEG bénéficie de l'odeur olfactive collective pendant les repas (quelques fois en chambre ou, en retrait de la table) ?
- Notre odeur va-t-elle gêner le bénéficiaire que nous accompagnons ?
- Attention odeurs produits nettoyants alors qu'un bénéficiaire est encore en train de déjeuner.

ACTIVITES

Mots-clés : Thérapie, atelier, rencontre sociale, temps individuel, sortie extérieure.

- Mesure-t-on l'impact des odeurs diffusées lors d'une activité de groupe ?
A-t-on un moyen de savoir si cela convient aux bénéficiaires ?
Habituation des odeurs (bain olfactif), réactions sur une longue durée ?
Faut-il proposer dans un contenant ou par diffusion dans l'air ?
(attention aux personnes hypersensibles olfactivement).
- Sorties : ville, forêt, bord de lac, magasins, etc.
Collecte importante des odeurs de l'environnement.
À avoir en tête et nommer.

REPAS MIDI

Mots-clés : Boissons, dissocier les aliments, repas livrés (thermoport), environnement alimentaires (odeurs repas-institution, repas-privés), les commentaires faits sur les repas, les aspects thermiques de la nourriture (chaud, froid)

- *Reprise des items susmentionnés pour petit déjeuner.*
- Plus de vigilance sur les commentaires négatifs sur les odeurs ou textures.
- Expliquons-nous les menus aux bénéficiaires ? Leur fait-on sentir chaque élément dissocié, après identification olfactive ?
- Pense-t-on à souhaiter bon appétit aux bénéficiaires alimentés par PEG ? Est-il possible d'offrir un apport per os en parallèle ?
- Est-on attentif aux mélanges d'odeurs entre les plats cuisinés pour les bénéficiaires et les plats apportés de la maison par les collaborateurs ? Y'a-t-il des partages ?
- Pense-t-on à laver le visage et les mains (lavabo, savon, eau) après le repas ? Avec quel produit ?

SOINS

Mots-clés : Visage, bouche, change, environnement (salle de bain, chambre, poubelles).

- *Reprise des items susmentionnés.*

SIESTE, REPOS, TEMPS LIBRES

Mots-clés : Objets personnels, environnement chambre, coussins, environnement commun, diffusions diverses.

- Pense-t-on aux soins après repas : soins bouche, visage, main, brossage des dents ?
- Pense-t-on à changer le t-shirt sali par le repas, avant de proposer au bénéficiaire une sieste ou un temps libre ?
- Utiliser l'odeur du dentifrice pour identifier le soin, et avoir peut-être l'adhésion au soin de brossage des dents ? Est-ce mis en lien avec un travail de désensibilisation ?
- Est-ce qu'on varie les produits de soins (arômes variés ; choix multiples) ?
- Est-ce qu'on pense bien à ne pas laisser les protections usagées dans les poubelles ? Fermer la porte du vidoir sur les lieux de vie ou évacuer plus régulièrement les poubelles ? Utilise-t-on des sprays anti-odeurs ?
- Pense-on à nettoyer les peluches, doudous des bénéficiaires ? Ou pas (avoir un objet de remplacement pour imprégnation) ? Vigilance sur les commentaires que nous pouvons faire par rapport à l'odeur du doudou / objet privilégié / tissu (on peut dévaloriser, dénigrer la personne) ?
- Environnement commun : vigilance diffusion d'huiles essentielles ou autres diffusions ? Doit-on imposer certaines odeurs aux bénéficiaires ? Y a-t-il une alternative de diffusion ? Y'a-t-il un moyen d'évaluation sur l'instant et après ? Est-ce choisit par un collègue ou la personne ?

ACTIVITES

Mots-clés : thérapies, ateliers, rencontres sociales, temps individuel et collectif, sorties extérieures, collations.

- *Reprise des items susmentionnés et points de vigilance sur nos odeurs lors d'accompagnement proche d'un bénéficiaire.*
- Reprise des items sus mentionnés et points de vigilance aux odeurs du lieu commun : diffusion d'huiles essentielles, odorants, de parfums, encens.

TEMPS LIBRE

Mots-clés : reprises des éléments précités, en fonction du contexte, du lieu et du profil de la personne.

- Lors d'une sortie, a-t-on en tête les différents éléments environnementaux en lien avec l'olfaction ? Y est-on vigilant ? Quel impact sur le bénéficiaire ?

REPAS SOIR

Mots-clés : Boisson et alimentation, thermoport, nutrition entérale.

Mardi : confection du repas avec achat et préparation des aliments, mixage, aspects thermiques (chaud, froid).

- Idem par rapport à nos odeurs (cigarette, transpiration, parfums, lessive & adoucissant, etc.).
- Prendre le temps de cuisiner avec les bénéficiaires, les odeurs participant à ouvrir l'appétit des bénéficiaires ? Leur faire découvrir les produits bruts, de manière dissociée, avant d'être cuisinés ? Puis le résultat final ?
- Pense-t-on à réchauffer les assiettes quand un bénéficiaire prend du temps pour manger, afin de rehausser les odeurs des aliments ?

SOINS

Mots-clés : visage, bouche, zones intimes ; environnement (salle de bain, chambre, poubelle), produits utilisés.

- *Reprises des items susmentionnés.*
- Pense-t-on à laver le visage et les mains après le repas ?

COUCHER

Mots-clés : Moyens auxiliaires, lit + coussins, objets signifiants le coucher et autres éléments rassurants.

- Moyens auxiliaires : pense-t-on à les nettoyer après une journée d'utilisation ?
- Sommes-nous vigilants à la propreté et/ou l'imprégnation du lit et des coussins ?
- IDEM odeurs corporelles de l'accompagnant lors d'un soin.