

Nursing 9 Soutenir les personnes âgées

Supporting seniors

<https://app.colanguage.com/french/syllabus/nursing/9>



| | | | |
|------------------------------|---------------|---------------------------------|-----------------------|
| La douleur | (Pain) | La toilette | (Personal care) |
| La fatigue | (Tiredness) | S'asseoir doucement | (Sit down gently) |
| La mobilité | (Mobility) | Soutenir (quelqu'un) | (Support (someone)) |
| L'équilibre | (Balance) | Aider à se lever | (Help to get up) |
| La chute | (Fall) | Encourager à marcher | (Encourage to walk) |
| La poignée (de porte) | (Door handle) | Faire des exercices doux | (Do gentle exercises) |
| Le réveil | (Waking up) | Prendre des médicaments | (Take medication) |
| Le petit-déjeuner | (Breakfast) | Prévenir les chutes | (Prevent falls) |
| La sieste | (Nap) | | |

1.Exercises

1. Helping Mrs. Martin Stay Independent (Audio available in app)

Words to use: toilette, peau, se laver, équilibre, s'habiller, toilette, hydrater, petit-déjeuner



Aujourd'hui, Claire, infirmière à domicile, rend visite à Madame Martin, 82 ans. Elle commence par regarder comment se passe la _____ du matin. Madame Martin peut _____ le visage et les mains seule, mais Claire l'aide pour la _____ intime et pour _____. Elle vérifie aussi la _____ de la patiente et lui met une crème pour bien _____ la peau.

Après la toilette, Claire prépare le _____ dans la cuisine et accompagne Madame Martin jusqu'à la table. Elle l'aide à marcher doucement, car l'_____ est fragile et il faut faire attention à la prévention des chutes. Plus tard, elles font une petite promenade dans le couloir et quelques exercices légers avec les bras et les jambes. Le soir, Claire demande comment elle dort, si elle a mal quelque part et si elle fait la sieste dans la journée. Elle explique qu'un bon sommeil et un peu de mouvement chaque jour sont importants pour la mobilité et la santé de Madame Martin.

Today, Claire, a home nurse, visits Mrs. Martin, who is 82. She begins by observing the morning wash. Mrs. Martin can wash her face and hands by herself, but Claire helps with intimate care and with getting dressed. She also checks the patient's skin and applies a cream to keep it well moisturized.

After the wash, Claire prepares breakfast in the kitchen and accompanies Mrs. Martin to the table. She helps her walk slowly because her balance is fragile and attention must be paid to preventing falls. Later, they take a short walk down the hall and do some light arm and leg exercises. In the evening, Claire asks how she is sleeping, whether she feels any pain, and whether she naps during the day. She explains that good sleep and a little daily movement are important for Mrs. Martin's mobility and overall health.

1. Pourquoi Claire vérifie-t-elle la peau de Madame Martin pendant la toilette du matin ?

2. Comment Claire aide-t-elle Madame Martin pour se déplacer dans l'appartement ?

2. Choose the correct solution

1. Chaque matin, vous _____ à 7 heures et vous (Every morning, you wake up at 7:00 and get up slowly to avoid falling.)
a. te réveilles b. vous réveillez c. vous réveiller d. se réveillez
2. Avant le petit-déjeuner, le patient _____ les (Before breakfast, the patient brushes their teeth and washes their hands in the bathroom.)
dents et se lave les mains dans la salle de bain.
a. vous brossez b. se brosse c. se brossent d. se brosser

3. Dans l'après-midi, nous _____ des exercices doux pour améliorer la mobilité et l'équilibre.
- a. faisons b. font c. faites d. fais
- (In the afternoon, we do gentle exercises to improve mobility and balance.)
4. Le soir, je vous _____ à vous asseoir dans le fauteuil et je vous rappelle vos médicaments pour la nuit.
- a. aide b. aides c. aidez d. aidons
- (In the evening, I help you sit in the armchair and remind you to take your nighttime medication.)

1. vous réveillez 2. se brosse 3. faisons 4. aide

3. Complete the dialogues

a. Aider une résidente à se lever

- Aide-soignant:** Bonjour Madame Martin, est-ce que le réveil s'est bien passé ce matin ? (Hello Mrs. Martin, did you sleep well this morning?)
- Madame Martin, résidente:** 1. _____ (Hello, yes thank you, but I have some back pain when I stand up.)
- Aide-soignant:** D'accord, on va prendre le temps, je vous aide pour le transfert du lit au fauteuil, vous pouvez vous appuyer sur ma main et sur la canne. (Okay, we'll take our time. I'll help you transfer from the bed to the chair — you can hold my hand and use the cane.)
- Madame Martin, résidente:** 2. _____ (Thank you, that makes me feel safe and helps prevent falls.)

b. Parler de la toilette et des exercices

- Infirmière à domicile:** Alors Monsieur Dubois, comment s'est passée la toilette ce matin, la douche et le lavage des mains ? (So, Mr. Dubois, how did your washing go this morning — the shower and hand washing?)
- Monsieur Dubois, patient:** 3. _____ (I'm fine, I shower while seated, but afterwards I have trouble standing up on my own.)
- Infirmière à domicile:** On peut faire deux petits exercices de mobilité pour soulager les jambes et vous aider à vous asseoir et vous lever plus facilement. (We can do two small mobility exercises to relieve your legs and make it easier for you to sit down and stand up.)
- Monsieur Dubois, patient:** 4. _____ (Yes, I'd like that, especially since my doctor says it also helps prevent falls.)

1. Bonjour, oui merci, mais j'ai un peu de douleur au dos quand je me lève. 2. Merci, comme ça je me sens en sécurité et ça aide à prévenir les chutes. 3. Ça va, je me douche assis, mais après j'ai du mal à me relever tout seul. 4. Oui, je veux bien, surtout que mon médecin dit que ça aide aussi à prévenir les chutes.

4. Answer the questions using the vocabulary from this chapter.

1. Dans votre travail, vous commencez la journée avec une personne âgée à domicile. Quelles deux questions simples lui posez-vous sur son sommeil et son petit-déjeuner ?

-
2. Vous voyez qu'une patiente âgée reste assise toute la journée. Comment l'encouragez-vous à faire un peu d'exercice doux ou une courte marche ?
-
3. Un patient âgé vous dit : « J'ai peur de tomber. » Que pouvez-vous lui proposer pour améliorer sa sécurité à la maison ou dans sa chambre ?
-
4. Un senior a du mal à se lever d'une chaise. Décrivez en une ou deux phrases comment vous l'aidez à se lever et à s'asseoir doucement et en toute sécurité.
-

5. Describe in 4 or 5 sentences your routine when you help an elderly person — for example, with washing, meals, or walking.

D'abord, j'aide la personne à... / Ensuite, nous faisons... / Je fais attention à... / C'est important pour sa santé parce que...
