

## Témoignages...

« Ce n'est pas parce qu'on a eu un accident, même grave, que l'on doit rester inactif, on a aussi besoin de se sentir utile, de faire quelque chose de sa vie... Si survivre est une chance, il faut que la vie nous donne la possibilité de l'exploiter... »

« Je suis content de ma situation, car je n'avais jamais envisagé de pouvoir être encore utile. »

« L'information auprès de l'équipe accueillante est indispensable. »

« Les observations et les supervisions ont permis de mettre en place des outils venant compenser les difficultés rencontrées. »

## Quelques adresses utiles

### Service bruxellois francophone des personnes handicapées (PHARE): (aide technique et aide à l'emploi)

Rue des Palais, 42 - 1030 Bruxelles  
Tél : 02/800 8203  
Fax : 02/800 8001  
info@phare.irisnet.be  
www.phare.irisnet.be

### Chargé d'insertion spécialisé dans l'accompagnement de la personne cérébro-lésée La Braise :

Service d'accompagnement La Braise  
Rue de la Vigne 56 - 1070 Bruxelles  
Tél : 02/522.20.03  
Fax : 02/521.65.55  
la.braise@skynet.be  
www.labraise.org

### L'Agence Wallonne pour l'Intégration des Personnes Handicapées (AWHIP) :

Administration centrale  
Rue de la Rivelaïne, 21 - 6061 Charleroi  
Tél : 071/20.57.11  
Fax : 071/20.51.02  
secgen@awiph.be  
www.awiph.be

### Service d'accompagnement spécifique aux personnes cérébro-lésées Le Ressort :

Service d'accompagnement Le Ressort  
Rue Marsannay-la-Côte 3  
5032 Mazy-Gembloux  
Tél : 081/63.40.52  
www.leressort.be

### Vlaams Fonds voor Sociale Integratie van Personen met een handicap :

Sterrenkundelaan, 30 - 1210 Brussek  
Tél : 02/225.84.11  
Fax : 02/225.84.05  
informatie@vlafo.be  
www.vlafo.be

### Dienststelle der Deutschsprachigen Gemeinschaft für Personen mit einer Behinderung sowie für die besondere soziale Fürsorge:

Route d'Aix, 69-71  
4780 Saint-Vith  
Tél : 080/22.91.11  
Fax : 080/22.90.98

Reprendre  
une activité  
après  
l'accident  
cérébral

Un défi  
possible

 la Braise

Les difficultés dont il faut tenir compte lors de la **reprise d'une activité**.

#### Les séquelles

#### **VISIBLES**

- > Difficulté à se déplacer (trouble de l'équilibre, lenteur, fauteuil roulant, béquilles, ...)
- > Faiblesse ou paralysie d'un membre (hémiplegie)
- > Difficulté à coordonner les gestes fins
- > Difficulté d'élocution
- > Troubles sensoriels

#### Les séquelles

#### **INVISIBLES**

- > Oublis fréquents
- > Difficulté à apprendre de nouvelles choses
- > Difficulté de compréhension
- > Manque d'initiative
- > Difficulté à faire deux choses à la fois
- > Lenteur d'action et de pensée
- > Difficulté à se situer dans le temps et l'espace
- > Manque d'adaptation aux imprévus et aux situations complexes
- > Fatigue permanente
- > Difficulté à évaluer correctement ses propres capacités
- > Difficulté à contrôler son comportement

Outre ces difficultés, il y a également les difficultés environnementales ; l'accessibilité, la nécessité d'adapter le poste de travail, ...

Quelques moyens simples peuvent favoriser la **reprise de l'activité** :

**Gardez à l'esprit que les difficultés rencontrées sont dues aux séquelles de la lésion cérébrale...**

- > S'assurer de la bonne compréhension des consignes
- > Passer par l'écrit dès qu'il s'agit d'une consigne importante
- > Donner une tâche à la fois
- > Structurer les étapes de la tâche demandée en différents points
- > Utiliser les moyens de compensation déjà mis en place (agenda, alarme, ...)
- > Prévoir suffisamment de temps pour la réalisation de la tâche
- > Octroyer des pauses et des aménagements dans l'horaire si nécessaire (fatigue)
- > Isoler les distractions extérieures
- > Eviter les grands changements et les imprévus autant que possible
- > Eviter des tâches demandant des prises d'initiatives importantes
- > Prévoir une personne référente pour les questions mais aussi pour relever et transmettre les difficultés rencontrées et les progrès effectués.
- > Garder une distance professionnelle avec la personne
- > Se souvenir que les troubles (cognitifs, comportementaux) sont dus aux séquelles cérébrales

Des moyens spécifiques existent également pour l'adaptation de l'environnement et du poste de travail. N'hésitez pas à faire appel à un spécialiste de la réinsertion et de la lésion cérébrale acquise

Une réinsertion sociale et/ou professionnelle est possible après l'accident cérébral et peut être facilitée par la mise en place de moyens de compensation et d'aides humaines.

Pouvoir se réinsérer dans la société, se sentir à nouveau utile, reprendre confiance en soi, partager des projets, s'épanouir dans une activité extérieure, se réappropriier une tâche... est essentiel pour tout être humain.

Les différents partenaires qui se sont lancés dans cette expérience de réinsertion témoignent à quel point celle-ci est enrichissante tant pour la personne cérébro-lésée que pour eux-mêmes.

Faire appel à un chargé d'insertion spécialisé en accompagnement d'adultes présentant une lésion cérébrale acquise constitue un atout pour réussir cette expérience où chacun trouve un « plus ».

