Que faire pendant une visite à mamie en EHPAD ?

Une visite réussie est souvent une visite simple. Choisissez selon son énergie du jour, pas selon un programme.

Avant de partir

- ☐ Appeler l'accueil pour connaître le bon moment : après la sieste, en dehors des repas et des soins.
- ☐ Emporter une ou deux choses à faire ensemble : des photos imprimées, un jeu de cartes, une grille en gros caractères.
- ☐ Préparer deux ou trois nouvelles à raconter : la famille, le quartier, une recette, une photo d'un petit-enfant.
- ☐ Glisser dans le sac ce que mamie a demandé la dernière fois (et le noter dans le carnet au dos).

Pendant la visite, selon son énergie

Mamie est en forme

- Une promenade dans le jardin ou les couloirs
- Une partie de cartes ou de dominos
- Regarder un album et mettre des prénoms sous les photos
- Écrire ensemble une carte pour un proche

Mamie est un peu fatiguée

- Lire le journal ou le courrier à voix haute
- Écouter les chansons qu'elle aime
- Une grille de mots mêlés à deux
- Trier des photos et choisir celles à afficher

Mamie est très fatiguée

- Simplement être là, assis à côté
- Lui tenir la main, raconter sa semaine
- Lire quelques pages d'un livre qu'elle connaît
- Lui montrer une courte vidéo de la famille

Avant de repartir

- ☐ Dire quand on revient, avec une date : « je reviens mercredi », plutôt que « à bientôt ».
- ☐ Laisser une trace : une photo dans un cadre, un mot sur la table de nuit, la date de la prochaine visite au calendrier.
- ☐ Passer dire un mot à l'équipe si quelque chose vous a frappé : l'appétit, le moral, une gêne, un objet qui manque.
- ☐ Prévenir le reste de la famille : qui passe la prochaine fois, ce que mamie a demandé.

Hello Pamy — hellopamy.fr · Fiche gratuite, à imprimer et à partager librement (usage non commercial).

Carnet de visite

À laisser dans la chambre ou dans le sac de visite : chacun note son passage, et le suivant sait où en est mamie.

Qui est venu	Ce qu'on a fait	Comment allait mamie	À dire à l'équipe ou à la famille
Date :			
Date :			
Date :			
Date :			
Date :			
Date :			

Hello Pamy — hellopamy.fr · Fiche gratuite, à imprimer et à partager librement (usage non commercial).