

## Instructions de remplissage du journal d'activités de la vie quotidienne

On vous demande de remplir votre journal d'activités durant toute la durée de port des bracelets. Cela consiste à mentionner toutes les activités que vous faites avec les mains (vous pouvez ne reporter que la lettre correspondante ou bien préciser la tâche) :



**A** : Alimentation



**Hhaut** : Habillage/déshabillage partie supérieure



**Hbas** : Habillage/déshabillage partie inférieure



**M** : Manuel

(Bricolage, ménage, passer le balai ou l'aspirateur, jardinage, mettre le linge à sécher, plier/repasser le linge, travail sur ordinateur)



**P** : Préparation

(Faire la cuisine, vaisselle, ranger la vaisselle du lave-vaisselle, mettre la table, essuyer la table)



**S** : Soins de l'apparence

(Se raser, se brosser les cheveux, se brosser les dents, se maquiller)



**T** : Toilette

(Se laver corps/cheveux, bain, douche)