



### PATRONS D'ACTIVITÉ

- Est-ce que l'horaire d'activité est régulier ou plutôt variable ?
- Est-ce que l'ensemble des activités (fréquence, nature) rapportées semble adapté à la réalité ou à la condition du client ?
- Y a-t-il de longues périodes d'inactivité pendant la journée ou sur plusieurs jours après une activité plus intense (cycles de surmenage suivis de périodes beaucoup moins actives) ?
- Le client fait-il des siestes trop fréquentes, trop longues, ou trop tard dans la journée ?
- Est-ce que les siestes ou l'inactivité sont les seuls moyens utilisés pour se reposer ?

### HYGIÈNE DE VIE

- Est-ce que le client mange à des heures assez régulières ?
- Est-ce que le client fait de l'exercice physique ?
- Le client a-t-il un horaire de sommeil assez régulier et un sommeil satisfaisant ?
- La fatigue est-elle liée à des habitudes de vie malsaines (repas lourd, consommation d'alcool ou de drogue, inactivité) ?

### ACTIVITÉS PLUS FATIGANTES

- Le client ressent-il une fatigue plus prononcée lors d'activités demandant un effort mental (ex. : organisation, concentration, mémoire, interactions sociales soutenues) ou un effort physique ? Les deux ?
- La fatigue est-elle plus prononcée à la suite d'activités plus stressantes ?

### FLUCTUATIONS DU NIVEAU DE FATIGUE

- En regardant plusieurs journées, y a-t-il des moments dans la journée où le client se sent plus énergique, moins énergique ? Comment est-ce lié aux activités ?
- Y a-t-il des journées où le client se sent plus énergique ou plus fatigué ? Comment est-ce lié aux activités ?
- Y a-t-il des moments typiquement plus difficiles (situations à risque) qui mériteraient une attention particulière ?