

FAIRE ET NE PAS FAIRE

Vivre et interagir avec une personne atteinte d'Alzheimer



CONSEILLÉ

► Traiter la personne en adulte

Même si une personne atteinte de démence est confuse, elle mérite qu'on la traite en adulte.

► Soyez attentif à l'environnement

Est-ce calme ? Tranquille ?
La température est-elle confortable ?
L'éclairage trop brillant ?
Un environnement inconfortable peut provoquer des réactions non souhaitées.

► Établissez une routine familière

Une routine devrait inclure des activités diversifiées et appropriées.

► Ayez toujours à l'esprit que la personne peut vous comprendre

Donnez-lui le bénéfice du doute.
Elle pourrait bien vous surprendre.

► Rassurez-la

Dans sa confusion, la personne atteinte pourrait ne plus savoir qui elle est, où elle est, qui l'entoure. Rassurez-là.
Cela calmera la situation.

► Aidez la personne à conserver son autonomie

Même s'il semble plus rapide d'effectuer nous-mêmes certaines tâches, il est préférable de lui laisser les faire et ainsi préserver son autonomie le plus longtemps possible.



DÉCONSEILLÉ

► Avoir une trop grande proximité physique

Certaines personnes n'aiment pas être touchées inutilement ou qu'une personne s'asseye trop près pour discuter. Acceptez que certaines personnes souhaitent préserver leur bulle personnelle. Laissez-lui l'espace qu'elle a besoin de temps en temps.

► Lui parler de façon négative

Vous aurez de meilleurs résultats si vous lui dites, par exemple : « Venez avec moi » plutôt que « N'allez pas là ». Évitez les formulations négatives telles que « Ne faites pas ça » ou « Vous ne le faites pas de la bonne façon ».

► Faire sursauter la personne atteinte

Approchez-vous de la personne atteinte de façon à lui faire face et qu'elle vous entende venir. Il est important qu'elle puisse vous voir avant même que vous lui adressiez la parole.

► Assumer que toutes les personnes atteintes sont semblables

Rappelons-nous que chaque individu est unique. Il est donc normal que les personnes atteintes réagissent différemment les unes des autres, voir même d'un jour l'autre. De plus, la progression de la maladie varie d'une personne à l'autre.



CONSEILLÉ

➤ **Soyez à l'écoute des émotions**

n'écoutez pas que les mots; soyez réceptif à ce qu'elles tentent de vous dire

➤ **Soyez ouvert**

Même si cela peut manquer de sens, il est possible de donner foi à ce que peuvent dire les personnes atteintes. Soyez imaginatif et entrez dans son histoire. Cela désamorçera la situation si nécessaire. Tout n'a pas besoin d'avoir de sens.

➤ **Informez-vous de son passé**

Cela vous aidera grandement à comprendre et calmer une personne en colère.

➤ **Ne soyez pas surpris dans votre emploi du temps**

Planifiez vos activités et assurez-vous d'avoir tout ce qu'il faut pour faire ce que vous avez prévu.

➤ **Simplifiez les consignes**

Allez-y une consigne à la fois et étape par étape, afin d'éviter la confusion et d'ajouter du stress à la situation.

➤ **Soyez patient**

Accordez-lui suffisamment de temps pour répondre à vos questions ou à ce que vous lui demandez. Brusquer une personne atteinte n'apportera que de la frustration de part et d'autre. Besoins de répit? Appelez-nous!

➤ **Occupez les mains** de la personne atteinte pour changer la dynamique d'une crise (lui donner quelque chose à manger, à boire, plier du linge, etc.)



DÉCONSEILLÉ

➤ **Parler d'une personne atteinte en sa présence sans vous préoccuper d'elle**

La personne atteinte pourrait vous comprendre beaucoup plus que vous ne le croyez.

➤ **Gronder la personne atteinte**

N'infantilisez pas la personne. L'erreur commise n'est pas intentionnelle. Suggérez-lui plutôt d'autres façons de faire ou effectuez gentiment les ajustements nécessaires.

➤ **S'adresser à la personne atteinte comme si elle est un enfant**

Cette attitude peut provoquer de la colère. Agir ainsi, c'est lui manquer de respect.

➤ **Abandonner!**

Au contraire, n'abandonnez pas! Il n'y a pas que de mauvais moments. De bons moments peuvent être créateurs de merveilleux souvenirs!

➤ **Argumenter ou tenter de raisonner la personne atteinte**

Cela pourrait lui procurer un stress inutile.

➤ **Ne pas aviser à l'avance** la personne atteinte d'un rendez-vous ou d'une rencontre fait augmenter le stress et l'anxiété.