

Communiquer à distance avec un proche atteint de la maladie d'Alzheimer ou autres maladies apparentées

Moyen de communication

- Téléphone;
- Appel vidéo à l'aide de Skype, Messenger, Facetime, etc. La vidéo permet la lecture du non-verbal et des émotions.

Buts

- Briser l'isolement.
- Créer des échanges agréables et du temps de qualité.

Pour une bonne communication

- Commencez par vous présenter
 - o Donnez des détails, par exemple :
 - « Bonjour maman, c'est Stéphane, ton fils qui habite à Trois-Rivières ».
 - « Bonjour mon oncle, c'est Marie-Claude, ta nièce. Je suis la fille de ton frère Léopold »
- Commencez par les messages importants.
- Terminez avec les mêmes messages importants.
- Commencez et terminez votre conversation avec du positif et un sourire.

Pour vous préparer aux difficultés de concentration et d'attention

- Soyez une seule personne à la fois.
 - o Évitez d'être plusieurs personnes durant l'appel ou la vidéo.
- Évitez les bruits environnants.
 - o Éteignez la télévision et la radio.
- Prononcez bien chaque mot.
 - o Ajustez la vitesse de vos phrases.
 - o Ajustez la force de votre voix.
- Utilisez des phrases courtes et des mots simples.
 - o Ajustez vos phrases selon le stade de la maladie

Pour éviter les réactions négatives

- Parlez de beaux souvenirs lointains. Parlez de moments agréables.
- Évitez de tester la mémoire.
 - o Donnez des détails sur les souvenirs, les moments agréables.
 - o Évitez de poser des questions sur la journée de votre proche.
 - o Évitez d'obstiner.
- Préparez une liste de ses sujets préférés pour vous donner des idées de conversation.
- Parlez de votre journée.
- Utilisez des phrases concrètes. Évitez les expressions. Par exemple, dites : « J'ai la gorge enrouée » et non « J'ai un chat dans le gorge ».
- Jouez de la musique ou chantez à votre proche pendant l'appel ou la séance vidéo.
- Montrez des photos ou des images significatives.
- Racontez des histoires amusantes.

Pour valoriser votre proche

- Mettez en évidence les forces et les compétences de votre proche.
- Rappelez-lui ses réussites personnelles et professionnelles.
- Demandez-lui des conseils en lien avec ses anciennes passions. Par exemple, posez des questions sur
 - o la pêche,
 - o les recettes,
 - o la mécanique,
 - o la couture,
 - o le jardinage.

Pour des conseils supplémentaires, référez-vous à

- Un professionnel de la santé qualifié auprès des personnes atteintes de trouble de la mémoire : orthophoniste, travailleur social, infirmière, psychologue, éducateur spécialisé.
- Document *Communiquer avec votre proche atteint d'une maladie de la mémoire*
https://www.ciuss-capitalenationale.gouv.qc.ca/sites/d8/files/docs/ProfSante/MissionUniversitaire/CEVQ/cevq_communiquer_avec_proche_tcnm_couleur.pdf

Désinfection des téléphones et des tablettes

Pour les intervenants du milieu : n'oubliez pas de désinfecter téléphones et tablettes entre chaque usager, selon les bonnes pratiques en prévention contrôle des infections.