

Quelques conseils pour votre proche et vous



Eviter de regarder les infos avec la personne désorientée car cela peut être fort anxiogène



Demander aux voisins, aux proches, à la famille de vous aider pour les courses. Elles vont être difficiles à gérer si les entrées sont régulées et que des files d'attente se forment



Continuez à avoir des contacts réguliers au téléphone, via Face Time, Skype ou WhatsApp pour se "voir autrement".
Alzheimer Belgique est là si vous avez besoin d'échanger



S'aérer en organisant, si c'est possible, une petite balade ou en allant dans le jardin



Prévoir des occupations pour la personne, surtout si elle est habituée à sortir ou à fréquenter les centres de soins de jour : musique, album photo, dessin, cuisine, rangement, ...



En tant qu'aidant, essayez de conserver des moments pour vous ou d'organiser des activités avec votre proche qui vous plaisent et vous font du bien