



Pour répondre aux problématiques spécifiques rencontrées par les familles, **France Alzheimer Sarthe a mis en place un nouveau service d'écoutes téléphoniques gratuit assurés par nos psychologues partenaires.** L'objectif de ces services d'écoute est de préserver le lien avec les familles, de leur prodiguer des conseils et de les orienter, le cas échéant, vers des sources fiables d'informations.

Pour vous proches aidants, des informations concrètes pour accompagner au mieux votre proche malade à votre domicile.

Par exemple, les personnes vivant avec la maladie d'Alzheimer et d'autres maladies apparentées peuvent oublier de se laver les mains ou d'appliquer les autres gestes barrières recommandés par les autorités sanitaires pour éviter la propagation du virus.

### **Conseils pour les aidants à domicile**

Comment accompagner au mieux la personne vivant avec la maladie à votre domicile ?

- Pour les personnes vivant avec la maladie d'Alzheimer, un état de confusion accru est souvent le premier symptôme d'un problème de santé. Si la personne malade est de plus en plus confuse, contacter votre médecin pour lui demander conseil.
- Les personnes vivant avec la maladie ont besoin de rappels et de pense-bêtes écrits pour se rappeler les conseils d'hygiène importants à appliquer d'un jour à l'autre :
  - vous pouvez placer des petits messages dans la salle de bains et ailleurs dans la maison pour lui rappeler de se laver les mains avec du savon pendant 20 secondes ;
  - vous pouvez lui montrer comment bien se laver les mains ;
  - les solutions hydro-alcooliques peuvent être une alternative au lavage de mains si la personne vivant avec la maladie ne peut pas utiliser un évier ou se laver les mains facilement.
- Aidez la personne vivant avec la maladie à retrouver un sentiment de sécurité, écoutez ses besoins plutôt que d'essayer de le raisonner.
- Pour les personnes sous traitement, votre pharmacien peut renouveler votre prescription, sur présentation d'une ordonnance renouvelable expirée, pour 1 mois. Ce dispositif peut être répété jusqu'au 31 mai 2020.

- Pensez à des solutions temporaires au cas où l'aidant principal tombe malade et ne puisse plus accompagner au quotidien la personne vivant avec la maladie (identifier une personne dans votre famille ou personne de confiance pour le cas où vous seriez souffrant.)

### **Restez en bonne santé**

Soyez vigilants à votre santé, surveillez l'apparition de fièvre, de toux, de symptômes grippaux, ou de difficultés à respirer.

Informez-vous auprès de sources fiables (chaînes de télévision, journaux nationaux) en évitant les informations non vérifiées qui peuvent circuler sur Internet ou par d'autres canaux.

**Échangez régulièrement avec vos proches et vos amis pour exprimer vos inquiétudes et prendre des nouvelles.**

**Si vous souhaitez prendre un rendez-vous pour un entretien téléphonique gratuit contactez-nous, pendant cette période de confinement, au 06 01 97 29 07 .**