

Six conseils utiles

1

S'y prendre tôt

Cherchez suffisamment tôt et délibérément des occasions de poser à vos proches âgés des questions sur le sujet, par exemple: Où te vois-tu vivre quand tu seras âgé(e)? Aimerais-tu faire appel à un accompagnant ou une accompagnante qui t'aiderait pour le ménage et t'emmènerait à tes rendez-vous de sorte que tu puisses rester chez toi le plus longtemps possible?

2

Faire preuve de patience

Dans la mesure du possible, posez des questions ouvertes et donnez à vos proches le temps de réfléchir à leur réponse. Faites preuve de compréhension vis-à-vis de la situation, par exemple en entamant la conversation avec une phrase du type: «Tu peux me dire franchement ce que cela te fait de devoir être présente pour Papa 24 heures sur 24.» Ne vous étonnez pas si les réponses sont toujours les mêmes et que votre proche change de sujet.

3

Aborder les causes

Revenez régulièrement à la charge, afin de découvrir pourquoi votre proche âgé(e) ne souhaite pas bénéficier d'un soutien. Vous pourrez alors trouver progressivement une solution adaptée. S'agit-il de la perte d'intimité ou d'indépendance? De craintes d'ordre financier? Ou simplement du refus de votre proche d'avoir une personne «étrangère» à la maison? Afin de gagner sa confiance, écoutez attentivement votre proche et validez ses préoccupations au lieu de les minimiser.

4

Faire des propositions

Si possible, impliquez la personne âgée dès le départ. Par exemple, laissez-la choisir les jours ou les heures où elle a besoin d'aide et où elle pourrait bénéficier d'un accompagnement à domicile. Elle se sentira prise au sérieux.

5

Souligner les aspects positifs

Chez les proches souffrant de démence, il peut être plus efficace de donner quelques informations positives. Vous pouvez par exemple dire que l'aidant ou l'aidante sera surtout là pour les moments agréables, tels que les promenades, les concerts, visites au musée et d'autres activités appréciées. Il n'est pas nécessaire d'expliquer en détail les tâches que l'aidant va réaliser. La personne âgée se sentira ainsi moins sous pression.

6

Impliquer des personnes extérieures à la famille

Il est parfois plus facile pour les seniors de parler avec des personnes qui ne font pas partie de la famille. N'hésitez donc pas à impliquer une personne de référence, telle que le médecin ou des connaissances lorsque vos proches ont besoin de soutien. Les seniors se laissent parfois convaincre bien plus rapidement par des personnes extérieures.

