

Le nombre de personnes âgées atteintes de démence double tous les cinq ans au Canada<sup>1</sup>. La plupart des domiciles ne sont pas conçus en fonction des besoins des personnes vivant avec la démence. Voici quelques idées pour créer un domicile plus adapté aux personnes atteintes de démence.

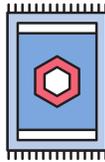
### 1 Éclairage adéquat

Un bon éclairage aide les gens à voir clairement et à comprendre où ils se trouvent. Assurez-vous que rien n'empêche la lumière naturelle d'entrer par la fenêtre. Assurez-vous aussi que la chambre est assez sombre la nuit, car cela peut favoriser un meilleur sommeil.



### 2 S'assurer que le plancher est sécuritaire

Retirez tout ce qui pourrait présenter un risque de chute, comme les tapis, les cordons et les décorations. Assurez-vous que vous pouvez bien voir le plancher et évitez les revêtements de sol brillants ou d'une couleur semblable aux murs pour éviter toute confusion.



### 3 Bien s'alimenter

Bien manger et boire est important pour la santé. Essayez de retirer les portes des armoires pour les rendre facilement accessibles. Utilisez des assiettes, des tasses et des nappes avec des couleurs qui contrastent avec la nourriture. Utilisez des contenants en plastique transparent pour voir ce qu'il y a à l'intérieur. Facilitez l'accès aux fruits et légumes pour grignoter.



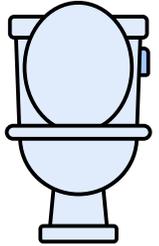
### 4 Ajouter des rappels pour indiquer où se trouvent les objets

Les personnes qui présentent des problèmes de mémoire peuvent souvent oublier où sont rangés les objets. Placez des photos ou des pancartes sur les armoires et les tiroirs afin de savoir ce qu'il y a à l'intérieur. Gardez les portes ouvertes, comme celle de la salle de bain ou de la chambre à coucher.



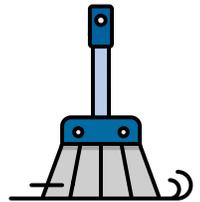
### 5 Simplifier la salle de bain

Mettez une photo et une pancarte sur la porte pour indiquer la toilette ou la salle de bain. Envisagez de retirer le couvercle de la toilette si cela facilite l'identification. Enlevez les objets qui ne sont pas utilisés régulièrement et les tapis de bain, les serviettes ou les vêtements qui se trouvent sur le sol.



### 6 Désencombrer

Le désordre dans le domicile peut rendre les personnes atteintes de démence confuses et distraites. Débarrassez-vous de tout encombrement excessif et assurez-vous que les armoires et les tiroirs sont bien rangés. Éteignez la télévision ou la radio lorsque vous ne les écoutez pas, afin d'éviter que le bruit ne soit source de confusion ou de distraction.



### 7 Utiliser la technologie

Le service d'alerte médicale Lifeline peut aider les personnes atteintes de démence à communiquer leurs besoins et à demander de l'aide. Nos systèmes mobiles d'alerte médicale utilisent une technologie de localisation avancée, notamment le GPS, pour les retrouver rapidement. Si l'errance est un problème, envisagez le service Vigilance de Lifeline.



Contactez Lifeline dès aujourd'hui pour en savoir plus :

1 800 LIFELINE

1800 543-3546

[www.lifeline.ca](http://www.lifeline.ca)

1. Société Alzheimer du Canada, Les troubles neurocognitifs au Canada : quelle direction à l'avenir?  
Contenu fourni par Alzheimer's Society, « Ten Ways to Make your Home Dementia Friendly. »

\* La couverture à l'intérieur et à l'extérieur de la maison dépend d'un accès suffisant au réseau cellulaire d'un fournisseur tiers et est soumise à l'emplacement, à l'environnement, à l'équipement et aux conditions des installations. La portée du signal peut varier. Il est possible que Lifeline ne soit pas toujours en mesure de déterminer l'emplacement de l'utilisateur.