

FACES OF DEMENTIA

Quick tips for starting your dementia-friendly journey!

Small changes to social and physical environments make a big difference!

1. Don't assume — if someone looks like they are confused, make eye contact, and ask if they would like some assistance: *“can I help you find something?”*
 2. Include your family members/friends who have dementia in activities.
 3. Don't be a bystander — use positive language, remember dementia does not define the person, this is a person with dementia.
 4. People with dementia are not being difficult, they may be experiencing confusion or distress.
 5. Be an advocate! When you see something in your community that excludes people who have dementia, speak up for change.
 6. Make sure that all signs clear, in bold face with good contrast between text and background.
 7. A gender-neutral bathroom that allows for assistance without causing them or other user's embarrassment.
 8. Learn more about what you can do to help build Dementia-Friendly Communities, register for the free, one-hour training workshops available in-person or online. To register, contact Wendy Renault at wendy@hamiltoncoa.com or visit www.facesofdementia.ca to learn more.
-

FACES OF DEMENTIA

Quelques artifices vous permettant de mieux appréhender la problématique de la démence !

Les moindres ajustements effectués au niveau de la vie sociale et des espaces physiques peuvent considérablement améliorer la vie des gens !

1. Ne vous méprenez pas — si une personne semble confuse, établissez un contact visuel et demandez-lui si elle a bien besoin d'aide: "Puis-je vous aider à quelque chose ?"
 2. Impliquez les membres de votre famille/les amis touchés par la démence à des activités.
 3. Ne vous comportez pas en spectateur — privilégiez un langage positif, ne perdez pas de vue que la démence ne définit pas la personne, mais simplement une personne atteinte de démence.
 4. Les personnes atteintes de démence ne cherchent pas à être difficiles, elles sont susceptibles de ressentir de la confusion ou de la détresse.
 5. Agissez en défenseur des droits ! Si vous constatez dans votre communauté une pratique qui ne favorise pas l'inclusion des personnes atteintes de démence, intervenez pour qu'il y ait un changement.
 6. Assurez-vous que tous les affichages soient bien lisibles, en caractères gras avec un bon contraste entre le lettrage et le fond.
 7. Des toilettes mixtes où il est possible de se faire aider sans que les personnes concernées ou les autres utilisateurs ne soient gênés.
 8. Découvrez ce que vous pouvez faire pour participer à la réalisation de communautés amies de la démence, inscrivez-vous aux ateliers de formation gratuits d'une heure, disponibles en présentiel ou en ligne. Pour vous inscrire, contactez Wendy Renault à wendy@hamiltoncoa.com ou visitez www.facesofdementia.ca, afin d'en savoir encore davantage.
-