

Comment en parler avec la famille ?

Entre adultes

- Votre proche pourra parfois donner le change lors de rencontre avec la famille ou les amis. Ces derniers vous feront remarquer qu'il va bien et minimiseront vos propos. Expliquez que ces moments sont rares et vous font du bien. Profitez-en pour leur rappeler que leur présence à vos côtés est appréciable.
- Lorsque vous recevez de la famille ou des amis, ceux-ci ne savent pas à quoi s'attendre et peuvent se montrer anxieux. Aussi, avant leur venue, expliquez-leur les difficultés que votre proche peut avoir, ainsi que les attitudes pouvant les surprendre.
- Votre entourage peut avoir du mal à accepter le diagnostic. Aussi, vous pourrez être confrontés à différentes attitudes : déni (« mais non, tu vois qu'il va bien »), agressivité (« arrête de le mater tout le temps ») ou encore évitement (vous ne recevez plus de visite). Laissez un peu le temps à votre entourage d'intégrer la nouvelle, puis expliquez leur la situation calmement et l'importance de leur visite.

Avec les plus jeunes

- Evitez les non-dits. Les enfants sentent généralement quand on essaie de cacher les choses.
- Expliquez leur comment votre proche peut se comporter, les mots ou attitudes qui pourraient les surprendre.
- Invitez-les à venir vous parler dès qu'ils constatent une attitude qui les gêne.
- Vous pouvez leur confier des petites missions (ex : va l'aider à acheter le pain).

Pour aller plus loin

- <http://www.alzjunior.org/>