



# L'habillement

*La façon de nous vêtir fait partie de ce que nous sommes et reflète notre personnalité. Faire en sorte que votre proche puisse s'habiller seul et comme il le souhaite est une preuve de respect et d'affection de votre part.*

## Favoriser l'autonomie

Plus l'habillement sera facilité et plus la personne sera en mesure de se vêtir seule. Pour l'aider, pensez simplicité.

Vous pouvez coller sur les tiroirs et armoires des étiquettes ou des images qui en décrivent le contenu.

Ranger ensemble les vêtements assortis permet aussi d'aider votre proche à les situer.

Vous pouvez aussi limiter le nombre de vêtements, le choix est plus facile entre 3 chemises qu'entre 10. De même il est plus aisé de choisir parmi plusieurs tenues que de les constituer soi-même. Posées en évidence par vos soins, ces propositions de tenues vous feront gagner à tous deux de la sérénité.

## Adapter l'habillement et les vêtements à la personne

L'habillement, surtout si la personne malade s'en charge elle-même, peut prendre un certain temps. Il est alors préférable de ne pas prévoir une activité trop matinale qui vous demanderait de vous presser tous deux !

Certains vêtements sont plus faciles à enfiler que d'autres. Les fermetures éclair et le Velcro sont plus simples à manipuler que les boutons. Les jupes et pantalons avec des bandes élastiques sont plus aisés à passer. En fonction de l'état de votre proche, vous aurez peut-être intérêt à lui simplifier la vie en optant pour ces types de vêtements.

Avec l'évolution de la maladie, votre proche peut ne plus se souvenir de la façon de procéder ou ne pas en avoir envie. Il aura alors besoin que vous lui indiquiez comment faire ou que vous l'aidiez à le faire avec indulgence.

## Donner des repères

La personne malade peut vouloir porter les mêmes vêtements tous les jours. Dans le fond, quelle importance du moment qu'ils sont adaptés à la météo ? Si tel est le cas, vous vous simplifierez la vie en achetant plusieurs exemplaires de ces vêtements.

Un nouvel habit peut perturber un malade d'Alzheimer. Il peut même estimer qu'il ne lui appartient pas ! Il va lui falloir les porter plusieurs fois avant de s'habituer. En la complimentant sur sa nouvelle tenue, vous l'aidez à se sentir plus vite à l'aise dedans.