


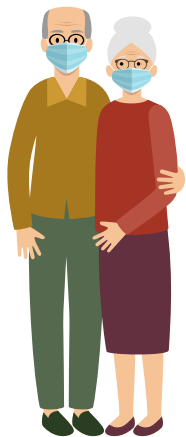
Comment communiquer en portant un masque lorsqu'on est atteint de la maladie de Parkinson – Ne vous laissez pas réduire au silence!

Le masque peut être un obstacle à la communication pour les personnes atteintes de la maladie de Parkinson. Voici quelques conseils qui pourraient améliorer votre communication.



- Augmentez votre intensité vocale (sans vous mettre à crier)
- Parlez plus lentement et en utilisant des phrases plus courtes
- Regardez votre interlocuteur lorsque vous parlez afin d'optimiser l'intelligibilité de votre parole, et ainsi, vos chances d'être entendu
- Informez votre interlocuteur du sujet que vous vous apprêtez à discuter
- Posez des questions oui/non pour clarifier, au besoin
- Diminuez le bruit ambiant
- Utilisez un amplificateur de voix
- Portez un masque qui possède une fenêtre transparente où la bouche
- Utilisez des gestes pour transmettre votre message 
- Considérez l'utilisation de méthodes de communication alternative (p. ex. l'écriture, les messages textes, les appareils de synthèse vocale)

D'autres aspects à prendre en considération si vous souffrez de la maladie de Parkinson



- Parlez avec une voix forte. Utilisez toujours la voix que vous utiliseriez pour être entendu dans un environnement bruyant, et ce, même dans les environnements silencieux.
- Consultez votre orthophoniste pour obtenir des recommandations spécifiques à vos besoins.
- Parlez en utilisant des phrases plus courtes et en focalisant votre attention sur l'utilisation d'une voix forte.
- S'hydrater est plus difficile lorsqu'on porte un masque. Assurez-vous de boire souvent dans les moments de la journée où vous ne portez pas de masque.

Pour des informations supplémentaires et des liens vers d'autres ressources utiles :

<https://blog.lsvtglobal.com/navigating-masks-and-parkinsons-disease-keeping-yourself-heard/>



www.lsvtglobal.com | info@lsvtglobal.com | 888-438-5788