

Journal
LE RÉCONFORT

Société Alzheimer BAS-SAINT-LAURENT



Adoption de la loi visant à reconnaître et à soutenir les personnes proches aidantes

page 3

Également dans ce numéro...

- *Mot de la présidente*
- *Une boisson sherbrookoise pour diminuer les risques de développer l'Alzheimer*
- *Comment accompagner une personne atteinte de la maladie*

Société Alzheimer
BAS-SAINT-LAURENT

*Joyeux Noël
et
Bonne année à tous*

Dans ce numéro...

Mot de la présidente p.2

Mot du directeur général ... p.3
Vivre, c'est vieillir, rien de plus

Bonnes nouvelles p.4
Une boisson sherbrookoise pour diminuer les risques

Adoption de la loi visant à reconnaître et à soutenir les personnes proches aidantes

Informations..... p.5
Comment inciter quelqu'un qui présente des signes inquiétants à aller consulter ?

Comment accompagner une personne atteinte de la maladie

Les soins à domicile devraient être un service essentiel

Témoignage p.8
La COVID, un « tsunami » pour les personnes souffrant d'Alzheimer

Nouvelles de la Société p.9
Semaine nationale des personnes proches aidantes

Musclez votre cerveau p.10

Chronique du livre p.11

Un don pour l'espoir p.12

Points de services p.12

Pour nous joindre

info@sabastlaurent.com

1 877 446-2144

L'équipe du journal

Mme. Céline Lefrançois,

Mme. Lucie Coté,

Mme. Jocelyne Desgagné,

Mme. France Dionne,

Mme. Andrée Dionne,

Mme. Jocelyne St-Gelais



Mot de la Présidente

Les membres du conseil d'administration sont heureux d'accueillir monsieur Normand Lévesque à la direction générale de la Société Alzheimer du Bas-Saint-Laurent. Nous lui souhaitons la bienvenue dans notre organisation et nous l'assurons de notre entière collaboration dans la réalisation des mandats qui lui ont été confiés.

Depuis mars dernier, les turbulences provoquées par la COVID-19 ont des impacts sur les activités et projets de la SABSL. Comme tous les organismes communautaires, la Société Alzheimer doit composer avec ce virus et adapter ses services selon les directives de la Santé publique, pour assurer la sécurité des personnes atteintes de l'Alzheimer, des proches aidants et du personnel.

Malgré cette situation problématique, le conseil d'administration et les employés de la Société déploient tous les efforts possibles pour maintenir des services de qualité et répondre aux besoins de la population.

Dans cette période de mouvance, il y a une lueur d'espoir dans les résultats des recherches qui permettent de croire que bientôt, nous pourrons freiner la progression de la maladie d'Alzheimer et ainsi améliorer la qualité de vie des personnes atteintes.

En terminant, au nom du conseil d'administration, je souhaite à toutes et à tous un joyeux temps des Fêtes et que la Nouvelle Année 2021 vous apporte PAIX, AMOUR et SANTÉ.

JOYEUSES FÊTES!

Céline Lefrançois, présidente





« Vivre, c'est vieillir, rien de plus », Simone de Beauvoir

Par Normand Lévesque, directeur général de la SABSL

Le gérontologue américain Robert N. Butler a défini l'âgisme comme étant un processus par lequel des personnes sont stéréotypées et discriminées en raison de leur âge, et qui s'apparente à celui du racisme et du sexisme.

C'est comme si, les deux segments du spectre de la vie, Jeunesse-Vieillesse, subissait les foudres des autres membres de la société. Mais l'Association québécoise de gérontologie (AQG) nous apprend que la réalité tend à montrer que les aînés en sont davantage victimes.

Pourtant, je vous rappelle, que selon l'OMS, il y a aujourd'hui environ 600 millions de personnes âgées de 60 ans et plus dans le monde. Ce chiffre va doubler d'ici à 2025 et atteindra 2 milliards d'ici à 2050, et les pays en développement compteront la grande majorité des personnes âgées. Au Québec, une personne sur quatre sera âgée de 65 ans et plus d'ici 2030.

Toujours selon l'OMS, l'âgisme a des effets nocifs sur la santé des personnes âgées. Des études scientifiques montrent que les personnes âgées ayant des attitudes négatives vis-à-vis du vieillissement pourraient vivre 7,5 années de moins que ceux ayant des attitudes positives.

...il faut que toutes les générations aient une meilleure connaissance du vieillissement pour mieux lutter contre l'âgisme! Comme le souligne Dr Mandza de l'AGQ, « l'âgisme personne n'y échappe, pas même les jeunes, qui vieillissent eux aussi à chaque anniversaire et reconnaître que la vieillesse n'est pas une maladie ».

L'âgisme, un enjeu? Qu'en pensez-vous? Votre opinion nous intéresse, il faut nous écrire : Le Réconfort, info@sabastlaurent.com

Sur ce, je vous souhaite un excellent temps des Fêtes et au plaisir de vous retrouver à notre prochaine parution en 2021!

« Vivre, c'est vieillir, rien de plus »
- Simone de Beauvoir

Données et citations tirées de :

- « OK l'âgisme », article paru dans le Devoir le 23 novembre 2019
- <https://www.ledevoir.com/societe/567410/choc-des-generations-ok-l-agisme>

Vieillesse et qualité de vie : questions et réponses sur l'âgisme

- Site de l'OMS : <https://www.who.int/ageing/features/faq-ageism/fr/#:~:text=L%C3%A2gisme%20est%20un%20comportement,les%20in%C3%A9galit%C3%A9s%20entre%20les%20groupes.>

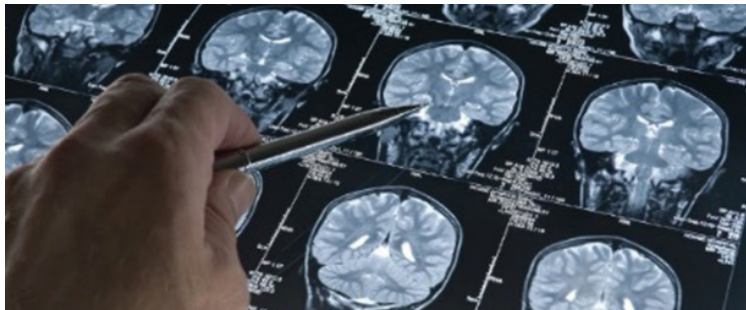
Si le sujet vous intéresse, un Observatoire sur l'âgisme en France :

- <http://www.agisme.fr/spip.php?article39>





Une boisson sherbrookoise pour diminuer les risques de développer l'Alzheimer



La prise quotidienne de ce breuvage cétogène durant six mois « améliore significativement » la mémoire (archives).

Des chercheurs de Sherbrooke ont développé une boisson qui améliore les fonctions cognitives chez les personnes à haut risque de développer la maladie d'Alzheimer.

Les résultats de l'étude des chercheurs sherbrookoises ont été publiés en octobre dans la revue scientifique *Alzheimer's & Dementia*, indique-t-on dans un communiqué diffusé par l'Université de Sherbrooke.

Stephen Cunnane, professeur-chercheur à l'Université de Sherbrooke et au Centre de recherche sur le vieillissement du CIUSSS de l'Estrie-CHUS, est l'instigateur de cette étude. Le scientifique s'intéresse aux bénéfices des cétones comme source d'énergie pour le cerveau.

Dans son étude, le scientifique démontre que la prise quotidienne de ce breuvage cétogène durant six mois améliore significativement trois domaines de la cognition, à savoir les fonctions exécutives, la mémoire et le langage. Ces résultats pourraient changer considérablement la qualité

de vie des personnes atteintes de troubles cognitifs légers, la phase qui précède la maladie d'Alzheimer. D'ailleurs, cette boisson cétogène, entièrement développée et testée à Sherbrooke, sera bientôt commercialisée sous le nom de BrainXpert.

Nous avons réussi à ficeler un partenariat avec Nestlé Health Science qui aura permis non seulement de financer une partie des essais cliniques réalisés à Sherbrooke, mais également la commercialisation d'un produit bientôt disponible pour les patients, se réjouit-il. Reste à savoir maintenant si ce breuvage pourrait avoir un effet bénéfique chez les personnes déjà atteintes de la maladie d'Alzheimer. La chose à faire maintenant, c'est de faire une étude plus longue avec ce même produit et regarder si on a vraiment ralenti le développement de la maladie, indique le scientifique.

Selon des statistiques de la Société Alzheimer du Canada, environ 747 000 Canadiens âgés de plus de 65 ans étaient atteints de la maladie d'Alzheimer, ou d'une maladie apparentée, en 2011. Un chiffre qui pourrait augmenter à 1,4 million de personnes atteintes d'ici 2031.

Comme le souligne l'Association québécoise des neuropsychologues, la maladie d'Alzheimer est une maladie dégénérative qui entraîne la mort graduelle des neurones. Elle serait la cause d'environ les deux tiers des démences chez les personnes âgées.

Radio-Canada
Publié le 29 octobre 2020

Adoption de la loi visant à reconnaître et à soutenir les personnes proches aidantes.

Une première au Québec et au Canada est l'adoption de la loi visant à reconnaître et à soutenir les personnes proches aidantes.

Cette loi sanctionnée par le lieutenant-gouverneur du Québec permettra :

- Le développement d'une politique nationale des proches aidants, accompagnée d'un plan d'action ;
- La mise en place d'un observatoire des proches aidants ;
- La formation d'un comité aviseur ministériel.

La Fédération québécoise des sociétés Alzheimer a été très impliquée à chaque étape du processus consultatif. Elle s'est positionnée comme un partenaire qui désire être partie prenante au sein des différentes instances qui seront mises en place, en misant sur son expertise d'intervention et d'accompagnement auprès des proches aidants et des personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer.

Source : Nouha Ben Gaided, PhD Fédération québécoise des sociétés Alzheimer



Comment inciter quelqu'un qui présente des signes inquiétants à aller consulter ?

Généralement, une personne qui présente des symptômes exprimera d'elle-même le besoin d'aller consulter, mais il arrive parfois qu'elle refuse, en raison du déni ou de la peur que ses craintes soient fondées. Voici quelques astuces pour aider à amorcer la discussion.

- Proposer un autre examen médical, cœur, diabète, renouvellement de prescription, etc.
- Proposer l'évaluation à domicile par une infirmière du CLSC
- Suggérer au proche aidant une visite chez le médecin, comme prétexte, où la personne présentant des symptômes pourra l'accompagner.
- Appeler directement le médecin de la personne concernée pour lui expliquer vos préoccupations. Si l'offre de consultation est faite par le médecin, la personne sera peut-être plus encline à accepter.

Journal des symptômes...

Le journal des symptômes peut être très utile pour les personnes qui reçoivent un traitement. En effet, le proche aidant peut y inscrire les changements qu'il a remarqués sur divers aspects.

Voici un exemple de journal des symptômes :

Tiré du document : Alzheimer : Guide d'information pour mieux comprendre la maladie d'Alzheimer. Réimprimé octobre 2019. Familiprix

MOIS: Janvier	OBSERVATIONS
Mémoire	Maman est incapable de se souvenir d'une activité ayant eu lieu la veille.
Communications	Maman cherche ses mots.
Orientation dans le temps et l'espace	Maman ne sait pas le nom de la journée, ni le mois, ni même la saison. Elle s'égare dans son propre quartier.
Activités quotidiennes	Maman a besoin d'aide pour s'habiller et faire sa toilette.
Tâches ménagères et passe-temps	Maman a de la difficulté à cuisiner ou à faire le ménage, des tâches qui n'étaient pas problématiques auparavant. Elle perd son intérêt pour jouer aux cartes avec ses amis.
Humeur et comportement	Maman a des sautes d'humeur imprévisibles et peut se mettre en colère sans raison.





Comment accompagner une personne atteinte de la maladie

Accompagner une personne qui vit avec l'Alzheimer peut être à la fois valorisant et stressant. Les défis à relever sont parfois corsés et le rôle de l'aidant est très important. Voici quelques conseils utiles pour aider les proches aidants d'une personne atteinte de cette maladie.



• **Simplifier la vie de la personne atteinte d'Alzheimer :**

Réduire le nombre d'objets dans la maison, en retirant ce qui est superflu, est un bon moyen de faciliter le quotidien. Par exemple, ne laisser dans la salle de bain que ce qui est nécessaire, enlever dans les armoires de cuisine les articles qui ne sont pas utilisés, etc. Il est recommandé de laisser des notes afin de combler les pertes de mémoire.

• **Réduire les bruits de fond :**

Diminuer les bruits environnants pour parler à la personne atteinte l'aidera grandement à se concentrer davantage.

• **Sécuriser l'environnement immédiat :**

Il est important de s'assurer que l'espace de vie présente peu de danger. Par exemple, utiliser différentes fournitures pour la sécurité de la salle de bain, comme des barres d'appui, des sièges de bain, un rehausseur de toilette, etc. Placer les objets qui peuvent s'avérer dangereux (couteaux, ciseaux, etc.) à un endroit moins facile d'accès.

• **Faire des visites régulières :**

Aller voir régulièrement la personne atteinte d'Alzheimer pour lui offrir du soutien, selon ses besoins.

• **Simplifier l'utilisation du téléphone :**

Conserver près du téléphone une liste des numéros de téléphone qui sont souvent utilisés. Installer un répondeur si la personne n'est pas à l'aise de répondre au téléphone, en lui mentionnant de laisser sonner.

• **Limiter les choix :**

Plutôt que de poser des questions ouvertes, offrir un choix. Par exemple, au lieu de « qu'aimerais-tu faire aujourd'hui? », lui demander « préférerais-tu aller magasiner ou aller au cinéma ? »

• **Indiquer la condition :**

S'assurer que la personne atteinte ait toujours dans sa poche une carte ou un bracelet avec l'indication de son état de santé et les coordonnées des personnes à contacter au cas où elle s'égarerait.

• **Utiliser un pilulier :**

La gestion des médicaments peut parfois s'avérer complexe. Placer les médicaments dans une dosette hebdomadaire ou encore dans un pilulier est un bon moyen de simplifier le tout et de réduire le risque d'erreur de médicament.

Tiré du document : Alzheimer : Guide d'information pour mieux comprendre la maladie d'Alzheimer. Réimprimé octobre 2019, Familiprix.



Les soins à domicile devraient être un service essentiel, estime un collectif



Dr Réjean Hébert

(Montréal) Les soins à domicile pour les aînés et les personnes handicapées devraient faire partie des « services essentiels » en temps de crise pour limiter les dégâts d'une deuxième vague du coronavirus, fait valoir le Collectif Action COVID.

Le soutien à la maison devrait ainsi être maintenu en temps de pandémie, et même renforcé.

Ce collectif, lancé en octobre, faisait ainsi part en conférence de presse virtuelle de sa première recommandation pour mieux soutenir les personnes les plus vulnérables.

« Pour que la deuxième vague ne crée pas la même situation d'abandon (de ces gens) que la première », a fait valoir le porte-parole du Collectif, le Dr Réjean Hébert.

Plus de 147 000 personnes reçoivent habituellement ce type de service au Québec — comme des aînés en perte d'autonomie et des personnes handicapées qui souhaitent demeurer à domicile — sans compter toutes celles qui sont en attente de ceux-ci, fait valoir le Collectif qui veut aider à améliorer la gestion de la pandémie.

Lors de la première vague de la COVID-19, les soins à domicile — qui incluent des soins médicaux, mais aussi de l'aide à l'alimentation et à l'hygiène, ainsi que certaines tâches ménagères — ont diminué, a expliqué Dr Hébert.

Par exemple, les organismes communautaires ne pouvaient plus aller chez les gens ayant besoin d'aide et plusieurs ont été abandonnés, rapporte-t-il, avec toutes

sortes de conséquences : une détérioration de leur condition et l'épuisement des aidants naturels. Certains ont dû, sans autre solution, plier bagage et aller vivre dans un CHSLD.

Bon nombre de ces difficultés et bouleversements auraient pu être évités avec un solide système de soins à domicile, estime le docteur.

Il faut donc maintenir le nombre de personnes affectées à ce travail, sans délestage comme on l'a vu au printemps. Inclure ce type de soins dans la stratégie de priorisation des services essentiels du gouvernement aiderait à maintenir les ressources en place, juge le Collectif.

Mais cela passe aussi par l'augmentation des salaires de ces employés : alors que ceux des préposés aux bénéficiaires en CHSLD ont été haussés, il ne faudrait pas que ceux qui offrent des soins à domicile quittent pour rejoindre les préposés, désormais mieux payés.

Et pour éviter qu'une personne différente se rende à chaque fois chez une personne ayant besoin de soins — ce qui peut augmenter le risque d'infection à la COVID-19 — Dr Hébert prône là aussi de meilleures conditions de travail pour éviter le roulement de personnel.

Le Dr Hébert a fait, des soins à domicile, son cheval de bataille depuis de nombreuses années. Ancien ministre de la Santé, il enseigne aussi au Département d'administration de la santé de l'École de santé publique de l'Université de Montréal.

Pour contrer la propagation du virus, il parle aussi d'un respect soutenu des consignes sanitaires pour les employés qui offrent des soins à la maison : masque, lavage des mains et dépistage plus fréquent.

Le Collectif Action COVID regroupe 15 organisations nationales et six experts et chercheurs. Il dit vouloir coopérer avec le gouvernement en identifiant des solutions novatrices dans la gestion de la crise, afin d'améliorer les soins et services de santé rendus à l'ensemble des personnes en situation de vulnérabilité.

Publié le 7 octobre 2020 Stéphanie Marin, La Presse Canadienne.



La COVID, un « tsunami » pour les personnes souffrant d'Alzheimer



Perte de stimulation cognitive, isolement prolongé et baisse de services : les conséquences de la pandémie déferlent sur les personnes atteintes d'Alzheimer. C'est le cas du Dr Pierre Ferron, véritable sommité de la médecine, qui voit sa maladie progresser plus rapidement.

Pierre Ferron a reçu un diagnostic de la maladie d'Alzheimer, combinée à un trouble cérébrovasculaire, en 2019.

Pour le chirurgien à la retraite, renommé pour avoir inséré un implant cochléaire chez un enfant de 5 mois — une première mondiale —, le choc a été immense. Le deuxième choc est venu plus tard,

lorsque l'homme de 83 ans a dû interrompre toutes ses activités sociales à l'extérieur, en raison de la pandémie.

J'ai été coupé de certaines stimulations que j'avais avec la Société d'Alzheimer. J'appartenais à un groupe. Il y avait beaucoup de stimulations, c'était extraordinaire. On a perdu ça à cause de la pandémie, témoigne le Dr Ferron. Au début, le médecin retraité était réticent à participer à ce genre d'activité. Aujourd'hui, il s'en ennue. Pierre Ferron constate que l'évolution de la maladie s'accroît en raison de la pandémie.

Je passais aussi une autre journée avec le centre Bonne Entente. Les stimulations qu'on avait là-bas, c'était fantastique, souligne le Dr Ferron, qui a aussi installé le premier implant cochléaire au Canada. Résultat : plusieurs stimulations ont cessé d'exister, les pertes cognitives se sont accélérées.

J'ai eu l'impression que la maladie évoluait plus vite. Il ne faut pas oublier

er que ce n'est pas juste la mémoire qui est attaquée. On se fatigue plus vite. Tous nos petits bobos deviennent plus gros.

Le Dr Ferron a bien beau avoir eu quelques rencontres sur Zoom, la stimulation n'est pas la même. C'est bien, mais ce n'est pas les rencontres là-bas.

Tsunami. C'est le terme qu'utilise la médecin en santé publique et professeure à l'Université McGill, Isabelle Vedel, pour décrire l'impact de la pandémie pour les personnes atteintes d'Alzheimer.

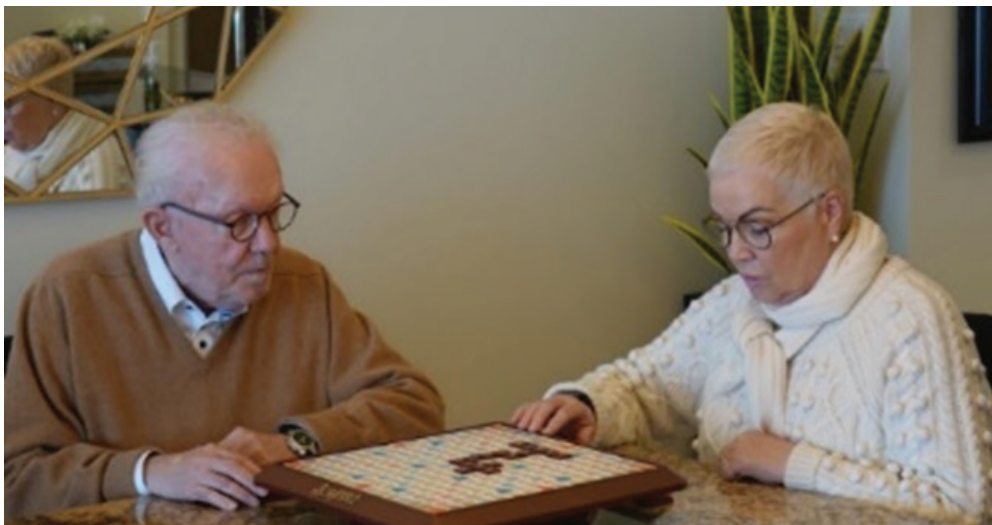
Ce qu'on a appris, c'est que la COVID a un impact sur les personnes qui vivent avec la maladie d'Alzheimer ou d'autres maladies apparentées, ainsi que sur leurs aidants familiaux, indique la docteure.

Le Dr Vedel pointe particulièrement un autre angle mort de la pandémie: le taux de mortalité important chez les personnes souffrant d'Alzheimer.

C'est que durant la première vague, la grande majorité des décès est survenue dans les CHSLD, rappelle la médecin.

Environ 80 % des résidents en CHSLD souffrent de troubles cognitifs et de maladie d'Alzheimer. On peut vraiment facilement imaginer que la grande majorité des décès sont des personnes qui ont la maladie d'Alzheimer ou des troubles cognitifs.

Félix Morrisette-Beaulieu Publié le 29 octobre 2020



La femme de Pierre Ferron, Francine, l'accompagne sept jours sur sept depuis le début de la deuxième vague.



Semaine nationale des personnes proches aidantes sous le thème:

« Aimer sans s'épargner »

Martine Gauthier, responsable du point de service de la MRC de La Matanie et Linda Michaud, proche aidante.

Le 2 novembre se tenait la Semaine nationale des personnes proches aidantes. Initiée en 2003 par le Réseau des professionnels pour les proches aidants, cette semaine vise à mettre en valeur ces gens de cœur tout en sensibilisant la population et les pouvoirs publics au rôle et aux besoins des proches aidants.

Rencontrées dans les bureaux de la Société Alzheimer Bas-Saint-Laurent, Martine Gauthier qui agit en tant que responsable du point de service de la MRC de La Matanie et Linda Michaud, proche aidante, nous ont parlé du travail accompli par ces personnes indispensables à la Maison J. Arthur Desjardins et ailleurs à travers le territoire.



La maison J. Arthur Desjardins sur l'avenue d'Amours
(photo Denis Lévesque-Arsenal Media)

Cette semaine leur est consacrée avec diverses activités virtuelles, dont une série d'ateliers diffusés via la plateforme ZOOM. Sous le thème : « Aimer sans s'épargner », cette campagne de sensibilisation a été menée par la table de concertation nationale des aînés sous l'égide de l'Appui national.

30 octobre 2020
Denis Levesque



Vous pouvez aller voir la mise à jour de notre page Facebook : La Société Alzheimer Bas-Saint-Laurent. Vous trouverez des informations pertinentes et actuelles.

Suivez-nous en aimant la page et partagez!



Mot caché

N	D	L	E	N	N	O	S	R	E	P	G	G	T	M
O	E	E	V	C	Q	I	X	S	C	L	W	N	R	A
I	F	S	V	O	V	F	L	W	M	D	A	J	E	I
T	I	B	O	N	H	E	U	R	V	D	B	O	M	S
A	S	A	L	S	U	O	H	J	I	L	W	Y	I	O
M	C	S	S	E	G	A	O	A	E	S	Q	E	E	N
R	O	Q	B	I	V	U	E	R	W	W	T	U	H	J
O	X	U	A	L	R	H	E	V	Y	U	P	X	Z	Y
F	X	E	S	N	C	C	B	Z	R	C	J	N	L	A
N	J	S	A	O	O	Q	E	W	Y	E	U	O	A	T
I	L	L	R	N	W	C	D	I	V	O	C	E	U	A
V	B	P	F	M	A	L	A	D	I	E	D	L	M	U
W	B	O	N	N	E	N	O	U	V	E	L	L	E	O
G	R	K	D	J	L	I	K	S	U	O	M	I	R	C
T	I	D	O	N	I	Ç	M	I	T	I	S	O	O	S
P	U	O	L	U	D	E	R	E	I	V	I	R	A	I
S	E	T	E	F	S	E	S	U	E	Y	O	J	L	M
U	V	K	P	F	J	P	S	N	I	O	S	P	P	E
N	Q	D	M	K	A	M	O	U	R	A	S	K	A	T
U	Y	O	B	N	O	P	E	R	S	O	N	N	E	M

Seulement 26 mots à trouver

- ALZHEIMER
- BONHEUR
- BONNENOUVELLE
- CERVEAU
- CONSEIL
- COVID
- DEFIS
- DON
- INFORMATION
- JOURNAL
- JOYEUSESFETES
- JOYEUXNOEL
- KAMOURASKA
- LERECONFORT
- LESBASQUES
- MAISON
- MALADIE
- MITIS
- PERSONNE
- PERSONNEL
- PROCHEAIDANT
- RIMOUSKI
- RIVIEREDULOUP
- SABSL
- SOINS
- TEMISCOUATA

Reconstruire des mots

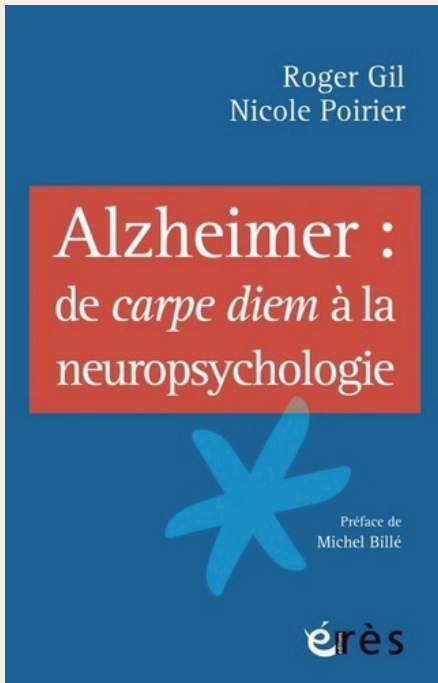
Réponses à la page 12

- 1) J'utilise cet objet pour me protéger de la pluie: Un _____ **APURIPELA**
- 2) Je l'utilise pour m'enfermer: La _____ **ÉCL**
- 3) J'utilise cet objet pour me protéger du soleil: Un _____ **OLRAASP**
- 4) Ces personnes sont des sauveurs: Les _____ **MISEPPRO**
- 5) J'utilise cet objet pour m'asseoir: Une _____ **SCHEAI**
- 6) Il plane dans le ciel: L' _____ **AONIV**
- 7) L'hiver elle tombe du ciel: La _____ **GINEE**
- 8) On le lit: : Le _____ **RIVLE**
- 10) Elle nous permet de rentrer dans une maison: La _____ **OEPRT**



Alzheimer : de carpe diem à la neuropsychologie

Auteurs : Roger Gil et Nicole Poirier



Nicole Poirier a développé une approche humaniste qu'elle met en oeuvre avec son équipe dans la maison qu'elle a fondée au Québec : la philosophie de Carpe Diem donne la priorité à la relation humaine, à l'environnement familial et social, à la quête incessante des capacités de chacun au-delà de leurs difficultés, à la personne avant la maladie, à la relation de confiance plutôt qu'à la relation de contrôle. Roger Gil, neurologue, a eu la responsabilité d'une structure hospitalo-universitaire de neuropsychologie. Il a acquis la conviction que si le monde du diagnostic et des thérapeutiques médicamenteuses s'attache à mieux comprendre le comportement et le ressenti des personnes malades et la souffrance des proches, il donne une légitimité scientifique à l'accompagnement humaniste : ces deux approches se doivent d'entrer en synergie. Dans un dialogue, tissé en contrepoint de leurs rencontres, ces deux acteurs, qui oeuvrent chacun à sa manière aux soins des personnes vivant avec la maladie d'Alzheimer, témoignent, telle une exigence éthique, de la nécessaire collaboration de deux mondes qui doivent mieux se connaître pour unir leurs forces au service des personnes malades, de leurs proches et de la société tout entière.

Devenir proche aidant Maladie d'Alzheimer et autres troubles cognitifs

Autrices : D^{re} Marie-Jeanne Kergoat, D^{re} Judith Latour, Karine Thorn

À l'annonce d'un diagnostic de maladie d'Alzheimer ou d'une maladie apparentée, le choc est immense pour la personne atteinte. L'entourage, de son côté, devine qu'un exigeant parcours de soutien se dessine devant lui. Comment y faire face? Ce guide se veut une main tendue aux proches aidants. Grâce à lui, ils pourront mieux comprendre la maladie et intervenir auprès de celui ou celle qui est atteint, notamment en ce qui concerne les défis que représentent les activités de la vie courante. L'ouvrage aborde également la communication, la gestion des symptômes et des comportements associés, l'hospitalisation, l'hébergement et les aspects légaux. La grande expérience des auteures, leur regard chaleureux, leur respect, leur empathie et leur approche tout en douceur soutiendront les proches dans leur rôle d'aidant. Elles montrent en outre qu'il est possible et même nécessaire d'établir un dialogue ouvert, bienveillant et continu entre le patient, ceux qui l'accompagnent et les professionnels. En effet, c'est en parlant de la maladie et en expliquant son impact sur le vécu de ceux qui la vivent et qui en sont témoins que sera repoussée la stigmatisation qui l'entoure.





Bureau régional • Matane

Adresse: 235 St-Jérôme, bureau 301, Matane, Qc, G4W 3A7

Téléphone: Sans frais: 1-877-446-2144

Courriel: info@sabastlaurent.com



Points de service de la SABSL:

La Maison J.-Arthur Desjardins • Mme Lucie St-Gelais,

Adresse: 11, rue d'Amours, Matane, Québec, G4W 2X3

Téléphone: (418) 562-2110

Courriel: maisonjadesj@sabastlaurent.com



Matane • Mme Martine Gauthier

Téléphone: (581) 232-0575

Courriel: alz_matane@sabastlaurent.com

Point de services Rivière-du-Loup • Mme Louise Thériault

Téléphone: 418-862-3448

Courriel: alz_rdul@sabastlaurent.com

Point de services Rimouski / Les Basques • Mme Nathalie Beaupré

Téléphone: 418-896-5310

Courriel: alz_rimouski_basques@sabastlaurent.com

Société Alzheimer

BAS-SAINT-LAURENT

Notre mission :
**Alléger les conséquences
personnelles et sociales de la
maladie d'Alzheimer et
soutenir la recherche
biomédicale et psychosociale.**

Nos services :

- Ligne d'écoute
- Information
- Formation Conférence
- Intervention
- Centre de documentation
 - Centre de Jour
 - Répét stimulation
 - Café-rencontre
 - Hébergement

**Notre centre de documentation
est là pour vous! Venez lire, vous
informer et vous documenter sur place
au bureau régional.**

Réponses du jeu reconstruire des mots

- | | |
|--------------|------------|
| 1) parapluie | 6) avion |
| 2) clé | 7) neige |
| 3) parasol | 8) abeille |
| 4) pompiers | 9) livre |
| 5) chaise | 10) porte |

Un don pour l'espoir

La Société Alzheimer Bas-Saint-Laurent a pour mission de soutenir les individus et les familles aux prises avec la maladie d'Alzheimer, d'informer, de sensibiliser le public et d'appuyer financièrement la recherche. Il n'est pas nécessaire d'avoir un proche atteint de la maladie d'Alzheimer pour devenir membre. Le soutien de chacune et chacun est précieux pour redonner espoir aux personnes affligées.

J'inclus la somme de 10\$ pour devenir membre pendant un an.

- Je désire recevoir le bulletin d'information *Le Réconfort* qui est gratuit pour les membres;
- Je désire être informé.e des activités de la Société;
- Je suis intéressé.e à devenir bénévole pour la société.
- _____ \$ Je désire faire un don de soutien. Je désire recevoir un reçu pour fin d'impôt (don de plus de 10\$)

Nom : _____ Téléphone : _____

Adresse : _____

Ville : _____ Code Postal : _____

Faire parvenir le paiement à l'adresse suivante :

Société Alzheimer du Bas-Saint-Laurent 235 St-Jérôme, bureau 301, Matane, Qc, G4W 3A7
Sans frais: 1-877-446-2144 • info@sabastlaurent.com