

*Société Alzheimer*  
de l'Estrie

**RAPPORT ANNUEL**

**2018-2019**



# Table des matières

1. Mot du président p. 3
2. Mot de la directrice générale et de l'équipe p. 4
3. Assemblée générale annuelle 2018 p. 6
4. Procès-verbal 2017-2018 p. 8
5. Structure organisationnelle p. 12
6. Rapport d'activités 2018-2019 p. 14
7. Perspectives 2019-2020 p. 29
8. Principaux partenaires et collaborateurs p. 30



# 1. Mot du président



Chers membres,

Après l'année 2018-2019, où nous avons effectué un bilan et constaté tout le chemin parcouru, nous avons œuvré à consolider une offre de services de qualité autant pour les personnes atteintes que les proches aidants.

Nous avons également profité de cette dernière année pour tourner notre regard vers l'avenir. Nous nous sommes réunis et nous avons participé à un remue-méninges sur les besoins de la clientèle, les services à actualiser et les projets à développer. En d'autres mots, nous avons « rêvé » la SAE des prochaines années.

Toutefois, ce rêve ne saura voir le jour qu'avec une équipe soudée et mobilisée. Il se concrétisera seulement avec l'apport de la dynamique directrice, le dévouement de nos bénévoles, l'implication du conseil d'administration ainsi que l'engagement de notre équipe expérimentée.

J'ai confiance que nous y parviendrons, car nous avons démontré au cours des dernières années qu'ensemble, nous sommes capables de réaliser de belles et grandes choses pour la communauté. Cela me donne espoir pour la réalisation de ce rêve.

En terminant, je tiens à souligner le magnifique travail de toute l'équipe de la Société Alzheimer de l'Estrie, qui chaque jour, œuvre au mieux-être des personnes atteintes et de leurs familles et qui fait de notre organisme une référence en la matière.

Enfin, je souhaite remercier tous nos partenaires, tels L'Appui Estrie et le CIUSSS de l'Estrie-CHUS, qui nous soutiennent financièrement dans nos actions.

Ensemble, nous réalisons et réaliserons de beaux et grands projets!

François Poirier, président du conseil d'administration

## 2. Mot de la directrice générale et de l'équipe



Bonjour chers membres,

Voici venu le temps de réaliser notre bilan annuel. Encore une fois cette année, les choses ont beaucoup bougé. Nous avons eu l'occasion de bonifier plusieurs services et d'augmenter nos ressources. Je suis fière du travail que nous avons accompli!

Cette année, plutôt que de vous écrire un long mot, j'ai choisi de partager cet espace avec les membres de mon équipe, celles que vous voyez lorsque vous fréquentez nos services. Pour vous présenter le portrait de l'année dernière, quoi de mieux que l'avis de toutes celles qui en ont fait partie prenante. Bonne lecture!

Caroline Giguère, directrice générale



Myrja

La dernière année au Colibri a été bien animée et colorée. C'est une famille qui s'est développée, certains participants sont avec nous depuis l'ouverture. Connaissant mieux les intérêts, nous avons créé de nouvelles activités porteuses de sens. Nous continuons de former la relève en accueillant des stagiaires.



Claude

Pour moi, ce fut l'année d'un nouveau départ, et une année de défis des plus enrichissantes et stimulantes et ce, à tous points de vues; relations humaines, connaissances, découvertes, représentations et collaborations. Je retiens les moments privilégiés avec ces personnes, une année exceptionnelle!



Lucie

L'année 2018-19 en fut une de changements pour la région du Granit, avec une nouvelle coordonnatrice. Notre service de répit-accompagnement-stimulation a fonctionné à plein régime !



Émilie

Ce fut une belle année où nous avons ajouté de nouveaux services et développé ceux existants. L'équipe était motivée, prête à mettre la main à la pâte pour réaliser ces beaux projets ainsi que tous ceux à venir, avec en tête le bien-être de la clientèle!

## 2. Mot de la directrice générale et de l'équipe



Danielle

La dernière année nous a permis d'informer et de soutenir un grand nombre de proches aidants tant en individuel qu'en groupe. Nous avons une bonne collaboration avec les agents du réseau de la santé et des services sociaux.



Line

Ce fut une année très bien remplie. Le nombre de clients recevant du répit et de la stimulation a nettement augmenté. Nous couvrons toutes les MRC maintenant. Le programme Phare a pu lui aussi ouvrir ses bras pour les proches aidants de toutes les MRC. C'est un fait... la SAE s'épanouit et rayonne de plus en plus.



Catherine

La dernière année au Colibri fut remplie de rires, de chaleur humaine, d'accueil et de confidences. Après presque trois ans, les gens se retrouvent chaque semaine, s'entraident et tissent de réelles amitiés.



Édith

Une année pleine de rebondissements! 2018-2019 a servi à resserrer les liens de l'équipe pour aller plus loin et être plus forts.



Nathalie

Ce fut une année pleine de rebondissements. L'équipe passionnée veut faire avancer des projets.



Sandra

« Le succès est créé par des gens ordinaires ayant une détermination extraordinaire. » - Zig Ziglar  
C'est la force de notre équipe de toujours vouloir offrir plus!  
Je suis fière de faire partie de cette merveilleuse équipe.

# 3. Assemblée générale annuelle 2019

## Assemblée générale annuelle 2019 - Avis de convocation

C'est avec grand plaisir que nous vous convions à l'assemblée générale annuelle 2019 de la Société Alzheimer de l'Estrie.

QUAND :

Le mercredi 26 juin à 13 h 30. La rencontre sera suivie d'un léger goûter.

OÙ :

Au siège social de la Société Alzheimer de l'Estrie, 740, rue Galt Ouest, bureau 112, Sherbrooke.

Tous les membres, les bénévoles et les employés sont invités.

À noter toutefois que seuls les membres en règle, ayant dûment acquitté leur cotisation, ont droit de vote à cette assemblée. Pour être en règle, le membre doit avoir rempli et remis son formulaire d'adhésion de membre de la SAE au moins 30 jours avant la date de l'assemblée générale annuelle.

Si vous souhaitez devenir membre ou assister à l'assemblée générale annuelle, communiquez avec la Société Alzheimer de l'Estrie par courriel à [info@alzheimerestrie.com](mailto:info@alzheimerestrie.com) ou par téléphone au 819 821-5127.

À cette occasion, c'est avec grande fierté que nous vous présenterons le rapport d'activités et les états financiers de l'année 2018-2019. C'est une bonne occasion d'en savoir plus sur tout ce que la SAE a réalisé au cours de la dernière année, et de connaître ses objectifs pour l'année à venir.

Espérant vous voir à cette occasion, recevez, chers membres, nos plus cordiales salutations.



François Poirier  
Président



Caroline Giguère  
Directrice générale

# 3. Assemblée générale annuelle 2019

## Assemblée générale annuelle 2019 - Proposition d'ordre du jour

1. Ouverture de l'Assemblée
2. Nomination d'un(e) président(e) et d'un(e) secrétaire d'assemblée
3. Lecture et adoption de l'ordre du jour
4. Mot du président
5. Mot de la directrice générale
6. Constatation de la régularité de l'avis de convocation
7. Constatation des présences et du quorum
8. Lecture et adoption du procès-verbal de l'AGA du 27 juin 2018
9. Présentation du rapport d'activités 2018-2019
10. Dépôt et adoption des États financiers vérifiés 2018-2019
11. Nomination d'un vérificateur comptable
12. Présentation des orientations 2019-2020
13. Présentation des prévisions budgétaires 2019-2020
15. Élections des administrateurs
- 15.1 Nomination d'un(e) président(e) et d'un(e) secrétaire d'élection
16. Remerciements
17. Levée de l'assemblée

# 4. Procès-verbal 2017-2018

## Procès-verbal - 33<sup>e</sup> assemblée générale annuelle

Société Alzheimer de l'Estrie

Tenue le 27 juin 2018, à 9 h 30, au 740, rue Galt Ouest, bureau 112, Sherbrooke

### Présences

François Poirier  
Caroline Giguère  
Émilie Lefort  
Guy Lacombe  
Danielle Yergeau

Yves Gauthier  
André Bourgoin  
Nicole Basque  
Sandra Asselin  
Lise Geoffroy

Éric Manolson  
Geneviève Côté  
Chantal Tardif  
Marie-Claude Laquerre  
France Thibodeau, CPA

### 1. Ouverture de l'assemblée

Madame Caroline Giguère présente le président du conseil d'administration, monsieur François Poirier. François Poirier souhaite la bienvenue à tous.

### 2. Nomination du président et de la secrétaire d'assemblée

Danielle Yergeau propose François Poirier comme président d'assemblée, appuyée par Nicole Basque. Caroline Giguère propose Émilie Lefort comme secrétaire d'assemblée, appuyée par Chantal Tardif.

### 3. Lecture et adoption de l'ordre du jour

François Poirier (président d'assemblée) fait la lecture de l'ordre du jour.

### Résolution #27-06-2018-(1)

Sur proposition dûment faite et appuyée, l'ordre du jour est adopté tel que lu.

Proposé par : Lise Geoffroy

Appuyé par : Guy Lacombe

### 4. Mot du Président

François Poirier est président depuis septembre; auparavant, il occupait le poste de vice-président. Il mentionne que 2017-2018 fut une année de bilan, durant laquelle a été observé tout le chemin parcouru par l'organisme. Il remercie Caroline Giguère, la directrice, l'équipe en place, le CA, les bénévoles, les membres et les bailleurs de fonds. Grâce à toutes ces personnes, la SAE peut regarder l'avenir avec enthousiasme et optimisme.



## 4. Procès-verbal 2017-2018

### Procès-verbal - 33<sup>e</sup> assemblée générale annuelle

#### 5. Mot de la directrice générale

Caroline Giguère mentionne qu'elle est choyée de travailler pour la SAE. Autant certaines situations la touchent, autant c'est un bonheur de voir le bien que l'organisme peut apporter. Elle mentionne qu'elle a une équipe extraordinaire; elle a su s'entourer de gens qui la complètent.

#### 6. Constatation de la régularité de l'avis de convocation

Le président constate que l'avis a été envoyé à tous les membres au moins 10 jours à l'avance via le journal Le Fil, et un rappel a été fait via l'infolettre une semaine avant l'AGA. L'avis est donc conforme.

#### 7. Constatation des présences et du quorum

Le président mentionne que selon les règlements généraux de la Société Alzheimer de l'Estrie (SAE), les membres présents constituent le quorum, donc tout est conforme.

#### 8. Lecture et adoption du procès-verbal de l'assemblée générale annuelle du 21 juin 2017.

Les gens présents ont tous reçu le procès-verbal et en ont fait la lecture.

#### Résolution # 24-06-2018-(2)

Sur proposition dûment faite et appuyée, il est résolu d'adopter le procès-verbal de l'assemblée générale annuelle du 21 juin 2017, tel que présenté.

Proposé par : Guy Lacombe

Appuyé par : Danielle Yergeau

#### 9. Présentation et adoption du rapport d'activités 2017-2018

Caroline Giguère, directrice générale, présente l'historique de la SAE et le rapport d'activités. Un document PowerPoint est présenté simultanément à la présentation du rapport d'activités.

Caroline Giguère mentionne que le rapport annuel n'a pas été imprimé cette année par souci environnemental, mais qu'il peut être consulté sur le site Web de la Société Alzheimer de l'Estrie.

#### 10. Dépôt et adoption des états financiers vérifiés 2017-2018

Madame France Thibodeau présente le rapport financier annuel. En résumé : il y a des produits de 853 856 \$ et des charges de 853 148 \$ pour un excédent des produits sur les charges de 708 \$ (voir les états financiers inclus dans le rapport annuel).

## 4. Procès-verbal 2017-2018

### Procès-verbal - 33<sup>e</sup> assemblée générale annuelle

#### Résolution # 27-06-2018-(3)

Sur proposition dûment faite et appuyée, il est résolu d'adopter les états financiers 2017-2018 de l'assemblée générale annuelle du 27 juin 2018, tel que présenté par Madame France Thibodeau, CPA.

Proposé par : Guy Lacombe

Appuyé par : Marie-Claude Laquerre

#### 11. Nomination d'un vérificateur comptable

#### Résolution # 27-06-2018-(4)

Sur proposition dûment faite et appuyée, il est résolu de reconduire le contrat pour l'audit des états financiers avec Mme France Thibodeau pour l'année 2017-2018.

Proposé par : Lise Geoffroy

Appuyé par : Marie-Claude Laquerre

#### 12. Présentation des orientations 2018-2019

Mme Caroline Giguère fait la présentation des priorités d'action pour la prochaine année :

1. Consolider nos actions, améliorer l'accessibilité de nos services sur l'ensemble du territoire de l'Estrie et maintenir notre présence dans chaque MRC.
2. Adapter, promouvoir les services offerts aux personnes atteintes et à leurs proches aidants selon les besoins.
3. Bonifier et diversifier les communications
4. Sensibiliser la population à la maladie d'Alzheimer et aux maladies apparentées et développer des liens étroits avec les organismes du milieu.
5. Assurer le financement des services offerts aux personnes touchées par la maladie d'Alzheimer ou une maladie apparentée, par la réalisation d'activités-bénéfices et le développement de nouvelles stratégies pour amasser des fonds.
6. Maintenir et augmenter les services du COLIBRI pour accueillir des groupes supplémentaires de personnes atteintes en phase légère et modérée de la maladie et par le fait même offrir à leurs proches aidants des moments de répit.
7. Bonifier l'offre de répit à domicile.

## 4. Procès-verbal 2017-2018

### Procès-verbal - 33<sup>e</sup> assemblée générale annuelle

#### 13. Présentation des prévisions budgétaires 2018-2019

Caroline Giguère présente les prévisions budgétaires pour l'année 2018-2019. Des revenus de 1 046 786 \$ et des dépenses de 1 046 786 \$ sont prévus.

#### 14. Élections des administrateurs

##### 14.1 Nomination d'un président et d'un secrétaire d'élection

Caroline Giguère propose François Poirier comme président d'élection, adopté à l'unanimité. Caroline Giguère propose Émilie Lefort comme secrétaire d'élection, adopté à l'unanimité.

##### 14.2 Élection des administrateurs

Monsieur Poirier précise qu'il y a quatre (4) postes disponibles. Les membres sortants sont : Marie-Claude Laquerre, Anne-Marie Simard, Lise Geoffroy et Guy Lacombe. Tous ont manifesté leur intérêt à poursuivre.

N'ayant pas reçu d'autres candidatures, François Poirier ferme la mise en candidatures, et mentionne que les quatre personnes sont élues par acclamation.

#### 15. Questions de l'assemblée

Aucune question n'est posée.

#### 16. Remerciements

Le président d'assemblée François Poirier remercie les gens d'avoir assisté à l'AGA.

#### 17. Levée de l'assemblée

##### Résolution 21-06-2017-(6)

L'ordre du jour étant complété, sur proposition de Danielle Yergeau, il est unanimement résolu de lever l'assemblée générale annuelle, à 10 h 35.



François Poirier  
Président



Émilie Lefort  
Secrétaire d'assemblée

# 5. Structure organisationnelle

## Mission et valeurs

La Société Alzheimer de l'Estrie (SAE) oriente concrètement ses actions sous l'angle de trois objectifs spécifiques :

- Soutenir et accompagner les personnes atteintes et leurs proches;
- Sensibiliser et informer la population sur la maladie d'Alzheimer et ses conséquences;
- Encourager et appuyer la recherche psychosociale et biomédicale sur la maladie.

### Approche/Vision

L'approche humaniste adoptée par les membres de l'équipe de la SAE fait toute la différence entre une simple intervention avec un professionnel et une discussion à cœur ouvert avec un professionnel. Au-delà du diagnostic, il y a l'être, il y a le cœur, tout comme il y a une foule d'émotions, d'envies et de souvenirs qui fourmillent encore chez la personne atteinte.

### Valeurs

Afin de guider ses interventions et ses choix de développement, la SAE a adopté des valeurs-guides d'autonomie, de respect, de confiance, de coopération et de vigilance.



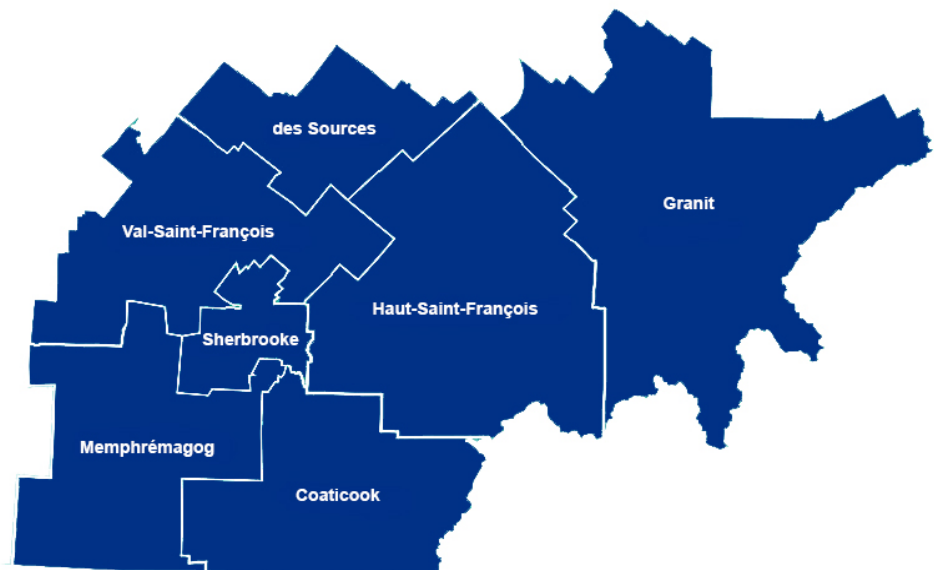
## Services offerts sur le territoire

La Société Alzheimer de l'Estrie est le seul organisme offrant de l'information et des services de soutien aux personnes touchées par la maladie d'Alzheimer et par d'autres maladies cognitives dans la grande région de l'Estrie.

Elle offre ses services aux familles, aux proches aidants, aux personnes atteintes et à toutes les personnes qui ont besoin d'information ou de services de soutien.

Afin d'assurer une présence aux quatre coins de la grande région de l'Estrie, notre organisme a pignon sur rue à Sherbrooke et dispose de points de service dans toutes les MRC :

- CLSC de la MRC de Coaticook
- CLSC de la MRC du Haut-Saint-François
- CHIC de la MRC du Granit
- CIUSS-CLSC du Val-Saint-François
- CAB de la MRC de Memphrémagog
- CAB de la MRC des Sources



# 5. Structure organisationnelle

## Conseil d'administration

### Président :

François Poirier

### Vice-Présidente :

Marie-Claude Laquerre

### Secrétaire et trésorier :

Éric Charrois

### Administrateurs :

Dr Guy Lacombe

Anne-Marie Simard

Chantal Tardif

Lise Geoffroy



## Équipe

Caroline Giguère, directrice générale

Sandra Asselin, directrice adjointe

Line Lemire, adjointe administrative/comptabilité

Émilie Lefort, conseillère aux communications

Édith Séguin, agente de développement et de philanthropie

Danielle Yergeau, conseillère

Nathalie Auger, conseillère

Claude Gauthier, conseillère

Lucie Foley, coordonnatrice de la MRC du Granit

Line Tremblay, coordonnatrice du répit-stimulation à domicile

Vanessa Fayolle, coordonnatrice du répit-stimulation à domicile

Myrja Lamarche, coordonnatrice du Colibri

Catherine Longpré, animatrice du Colibri

Lisa Bélanger, accompagnatrice

Marie-France Chartrand, accompagnatrice

France Bilodeau, accompagnatrice

Magali Bourget, accompagnatrice

Manon Brochu, accompagnatrice

Jacinthe Couture, accompagnatrice

Suzanne Godin, accompagnatrice

Diane Gosselin, accompagnatrice

Line Hamel, accompagnatrice

Linda Lavoie, accompagnatrice

Linda Martin, accompagnatrice

Karine Mercier, accompagnatrice

Pauline Meyer, accompagnatrice

Isabelle Nadeau, accompagnatrice

Louiselle Pelchat, accompagnatrice

Lucie Pinard, accompagnatrice

Louise Pouliot, accompagnatrice

Patricia Tinel, accompagnatrice

Lucie Vallerand, accompagnatrice



# 7. Rapport d'activités 2018-2019

## Accueils, suivis téléphoniques et rencontres individuelles

La SAE offre un service d'écoute, de soutien et de référence téléphonique qui permet de donner de l'information de façon ponctuelle et de diminuer les inquiétudes du proche aidant. En plus d'être écoutés, les aidants ont accès à de l'information sur la maladie et sur nos services rapidement.

Les rencontres individuelles, quant à elles, permettent de répondre à un besoin ponctuel du proche aidant qui vient rencontrer une conseillère.

Cette année, c'est plus de **350 heures** qui ont été données en accueils, rencontres et suivis téléphoniques

## Rencontres de soutien psychosocial PHARE

Ce soutien psychologique permet à l'aidant de partager ses préoccupations, d'être conseillé et de trouver des solutions efficaces face aux difficultés qu'il vit dans son quotidien. Lors des rencontres, il peut être accompagné dans une démarche structurée de soutien dans son rôle de proche aidant. Ce service est offert gratuitement sur tout le territoire estrien.

Les proches aidants ont bénéficié de plus de **900 heures** de soutien PHARE cette année.

## Rencontres familiales

Ce service permet de réunir les membres d'une même famille pour répondre à leurs questions, leur présenter les services offerts à la SAE et surtout, leur fournir l'information et les ressources nécessaires en lien avec la maladie.

C'est tout près de **100 heures** qui ont été consacrées à des rencontres familiales en 2018-2019.

**Avec l'ajout du service dans les MRC du Haut-Saint-François et de Memphrémagog, PHARE est maintenant offert sur l'ensemble du territoire estrien.**



# 7. Rapport d'activités 2018-2019

## Groupes de soutien, cafés-rencontres et cafés-causeries

Les groupes de soutien, les cafés-rencontres et les cafés-causeries sont offerts aux proches aidants de personnes atteintes d'Alzheimer. Ils peuvent alors exprimer leurs émotions, les situations qu'ils vivent et leur expérience avec les autres membres du groupe qui sont confrontés à des expériences similaires à la leur.

Une conseillère d'expérience est présente lors de chacune des rencontres. Elle occupe le rôle de modératrice et peut donner de l'information sur les sujets qui préoccupent le groupe au besoin.

En 2018-2019, il y a eu **85 rencontres de groupe** en Estrie.

**Les cafés-causeries offerts à Sherbrooke sont un bel ajout aux activités de groupe de la SAE.**

**Cafés-rencontres** : Les proches aidants inscrits se présentent et prennent ensemble le dîner ou bien un café. En groupe, guidés par une conseillère, ils abordent les sujets qui les préoccupent.

**Groupes de soutien** : Les proches aidants se réunissent à l'occasion de 8 rencontres. Au début de chacune d'entre elles, l'animatrice aborde un thème en particulier, sur lequel les participants peuvent échanger. Par la suite, les participants peuvent aborder les situations qu'ils vivent au quotidien.

**Cafés-causeries** : Dans une ambiance conviviale, les proches aidants se présentent selon leurs besoins, pour échanger en petits groupes. Aucune réservation n'est nécessaire, ils se présentent selon leurs besoins. Une conseillère et des proches aidants qui font office de mentors accueillent les participants sur place.



## 7. Rapport d'activités 2018-2019

### Répit-stimulation à domicile

Ce service offre du répit au proche aidant et de la stimulation pour la personne atteinte afin qu'elle puisse conserver ses capacités. Les visites hebdomadaires de trois heures consécutives ont lieu la même journée chaque semaine, à la même heure et avec la même accompagnatrice.

Les activités réalisées durant les visites sont choisies selon les besoins et les intérêts de la personne atteinte : casse-tête, cuisine, sortie aux quilles, jardinage, bricolage, cinéma, visite au musée...

**3540 séances d'accompagnement** ont eu lieu cette année, pour un total de **11 729 heures de service** données.



Grâce à un nouveau partenariat avec le CIUSSS de l'Estrie-CHUS, le service de répit-stimulation à domicile est maintenant offert partout en Estrie.



# 7. Rapport d'activités 2018-2019

## Programme Music & Memory

Le service de stimulation cognitive par la musique Music & Memory propose de raviver les bons souvenirs de la personne atteinte par le biais de la musique. La liste de pièces musicales personnalisée est préparée et placée sur un iPod par une intervenante formée, qui s'assure qu'elle ravive des souvenirs agréables chez la personne.

Les bienfaits observés sont multiples : amélioration de l'humeur, diminution de la confusion, de l'anxiété et de l'anxiété ainsi qu'une meilleure capacité à socialiser. Chez certains participants, une réduction des besoins en médicaments anti-anxiolytiques ainsi qu'une plus grande collaboration aux soins ont même été observées!

**44 iPods** sont actuellement en circulation et utilisés par les personnes atteintes.

Dans le cadre d'un nouveau projet, des iPods ont été remis aux unités prothétiques des CHSLD St-Vincent et d'Youville ainsi qu'à la résidence les Jardins Fleuris, qui en font profiter leurs résidents.

## Ateliers thématiques

Des ateliers de formation pour proches aidants ont été donnés à l'automne et à l'hiver.

Ils permettent aux proches aidants en début de parcours et à ceux accompagnant déjà une personne atteinte de s'outiller afin d'être bien préparés aux différentes étapes de la maladie.

Cette année, **11 ateliers** ont été présentés.



### Thèmes abordés :

- La maladie aux mille énigmes
- L'art de communiquer avec le cœur
- Les comportements déroutants

# 7. Rapport d'activités 2018-2019

## Le Colibri, centre d'activités et de ressourcement



Le Colibri permet aux personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer de se ressourcer dans un environnement qui leur offre des activités de stimulation cognitives, physiques et créatives. Les participants prennent le repas ensemble et ont l'occasion de vivre des moments de qualité, de socialiser avec les autres personnes présentes.

Les personnes atteintes participent aux activités une journée par semaine, en groupe de dix personnes maximum. Le Colibri est ouvert du lundi au jeudi de 10 h à 15 h.

Pendant ce temps, leurs proches aidants peuvent en profiter pour prendre du temps pour eux-mêmes, faire leurs courses ou vaquer à leurs occupations quotidiennes.

Au total, ce sont **75 personnes atteintes** qui ont participé aux activités du Colibri, tout en laissant à leur proche aidant un moment de répit. En 2018-2019, le Colibri a été ouvert durant **200 journées**.

Depuis son ouverture, Le Colibri était ouvert trois jours par semaine. En septembre 2019, **une journée supplémentaire** a été ajoutée pour répondre à la demande grandissante.

### Partis pour l'après-midi

Durant quelques heures, le vendredi après-midi, les personnes atteintes peuvent socialiser tout en participant à des activités au Colibri. Jeux de société, casse-tête, dessin, jeux d'adresse sont proposés aux participants.

L'activité a eu lieu **48 fois**, avec une moyenne de 8 à 10 participants à chaque fois.



# 7. Rapport d'activités 2018-2019

## Conférences d'information

Cette année, la SAE a organisé **cinq conférences** ouvertes à tous. Ces conférences se démarquaient par leur approche très concrète. Elles abordaient des thèmes variés et ont permis de démystifier plusieurs aspects de l'Alzheimer.

La population a ainsi pu être mieux outillée pour faire face à la maladie d'un proche, ou bien simplement être davantage sensibilisés à cette maladie qui touche plus de 6000 Estriens et Estriennes.



## Conférences données en 2018-2019 :

**Au volant de ma santé**, par M. Marc Fournier, Conseiller régional en partenariat de sécurité routière Estrie-Mauricie-Centre-du-Québec, SAAQ

**Tout sur le mandat de protection**, par M. Oliver Abinadeer et Mme Krystyna Lavoie, notaires

**Maximiser les crédits d'impôt pour les proches aidants et les personnes en perte d'autonomie**, par Mme France Thibodeau, comptable agréée

**Maladie d'Alzheimer et vieillissement : plus de 100 ans de progrès scientifique**, par Dr Judes Poirier, C.Q., fondateur et co-directeur du Centre de Recherche sur la Prévention de la Maladie d'Alzheimer à l'Institut Douglas affilié à l'Université McGill

**Approches et stratégies pour favoriser l'autonomie des personnes atteintes**, par Mme Chantal Viscogliosi, erg. OT (C), PH.D., professeure adjointe, département d'ergothérapie, École de réadaptation et chercheuse, Centre de recherche sur le vieillissement, CIUSSS de l'Estrie-CHUS

# 7. Rapport d'activités 2018-2019

## Formation professionnelle

La Société Alzheimer de l'Estrie met à la disposition des professionnels, des bénévoles et des ressources du réseau de la santé et des services sociaux divers programmes de formation.

Ce service permet d'améliorer les interventions effectuées auprès des personnes vivant avec la maladie d'Alzheimer ou une maladie apparentée ainsi que de faciliter le fonctionnement des équipes de travail et des organisations qui oeuvrent auprès de cette clientèle.

Ces formations ont comme objectifs de dissiper les mythes et les préjugés associés à la maladie d'Alzheimer ainsi que de permettre aux participants de développer une intervention humaine et professionnelle auprès des personnes atteintes.

La formation se veut flexible afin de répondre aux besoins de chacune des organisations. Toutes nos formations sont accréditées par Emploi-Québec.

Cette année, **10 journées de formation** ont été données en Estrie par des conseillères formées.



# 7. Rapport d'activités 2018-2019

## Musclez vos méninges

L'activité Musclez vos méninges consiste en 10 ateliers de groupes qui visent à garder le cerveau actif et à promouvoir la vitalité intellectuelle. Plusieurs thèmes sont abordés, par exemple, la créativité, le stress, le bien-être...

Lors de chacun des ateliers, des trucs et des conseils sont donnés aux participants. De plus, ils repartent avec des exercices à faire à la maison à la fin de chacun d'entre eux.

L'activité a réuni **deux groupes de 10 personnes** dans la MRC du Granit, un à Saint-Romain, l'autre à Woburn.



## Tournée Comprendre pour mieux vivre ensemble

Au cours de l'année 2018-2019 s'est tenue une vaste tournée dans les résidences pour contrer l'intimidation dont sont parfois victimes les personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer.

L'animatrice proposait une animation interactive, comprenant le visionnement de vidéos développées spécialement pour l'occasion ainsi qu'un quiz. Le projet a permis aux résidents de reconnaître les formes que peut prendre l'intimidation, les conséquences de celle-ci, et de savoir réagir face aux situations survenant dans leur milieu de vie. La rencontre permettait également de démystifier la maladie d'Alzheimer et les maladies apparentées, puisque plusieurs personnes manifestaient des inquiétudes à ce sujet.

Au terme du projet, **42 résidences** et **8 organismes communautaires** ont été visités.

ENSEMBLE CONTRE  
**l'intimidation!**



# 7. Rapport d'activités 2018-2019

## Journées de ressourcement

Pour permettre aux proches aidants de bénéficier d'un moment de répit et d'acquérir des techniques pour prendre soin d'eux-mêmes au quotidien, trois journées de ressourcement leur ont été offertes en 2018-2019. Durant ces journées, ils ont pu assister à des conférences et participer à divers ateliers. Pour gâter les proches aidants, le dîner ainsi que la pause collation étaient fournis.

Alors qu'ils participaient aux différents ateliers, les proches aidants pouvaient confier la personne atteinte qu'ils accompagnent à l'équipe du Colibri. Ils la savaient ainsi en sécurité, dans un environnement chaleureux et adapté.

La première des journées de ressourcement a eu lieu le 18 juin. Durant celle-ci, Lyne St-Roch, professeure de yoga depuis 25 ans, a proposé des outils simples pour favoriser les bien-être par des exercices de respiration, de méditation et de postures facilement accessibles à tous.

Le 22 octobre, Denis Fortier, physiothérapeute, a présenté une conférence tirée de son livre *Lève-toi et marche! Le remède miracle existe et il est gratuit*. Il a donné aux proches aidants des conseils pour les aider à retrouver le plaisir de bouger.

Lors de la dernière journée présentée le 25 mars, les proches aidants ont pu s'exprimer sur papier à l'occasion d'un atelier avec Manon Lavoie, coach en créativité. Une banque d'idées d'activités artistiques simples et demandant peu de temps leur a été transmise, pour leur permettre d'intégrer la créativité dans leur vie de tous les jours.

**76**  
proches aidants ont participé  
à l'une des journées de  
ressourcement. Parmi ceux-  
ci, 18 ont profité du répit  
offert au Colibri.



# 7. Rapport d'activités 2018-2019

## Activités ponctuelles

### Fête de Noël

Le 7 décembre en après-midi se tenait la fête de Noël annuelle pour les clients de la SAE. À cette occasion, un « calleur » était sur place pour faire danser la foule réunie sur place, au son de la musique traditionnelle du temps des fêtes. En après-midi, beignes au sirop d'érable, grignotines, thé et café ont été servis. En guise de cadeau, des biscuits fins ont été remis aux personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer qui se trouvaient sur place.

À Lac-Mégantic, les clients étaient conviés pour un dîner au restaurant, le 20 décembre. Ils ont profité d'un bon moment tous ensemble.



### Activité de jardinage à Mégantic

Une activité de jardinage pour les personnes atteintes a été organisée à Lac-Mégantic. Les participants ont pu planter des légumes dans le jardin surélevé en début de saison, et les récolter à l'automne.

D'autres activités visant à stimuler la mémoire étaient également à l'horaire à l'occasion de la plantation du jardin. Les personnes présentes ont échangé de bons souvenirs liés au jardinage.

### Déjeuner-conférence

Pour souligner la Semaine des proches aidants, la SAE proposait un déjeuner-conférence en compagnie de Mme Sylvie Fortier, intervenante psychosociale, à l'hôtel Le Président. Présentée le 6 novembre, la conférence intitulée *Un chausson avec ça? Les défis de la génération sandwich* était destinée aux personnes devant jongler avec travail, enfants et parents vieillissants.

La conférencière, qui avait elle-même vécu cette situation, a proposé plusieurs conseils pour aider les participants à diminuer la charge qui pèse sur leurs épaules.



# 7. Rapport d'activités 2018-2019

## Activités de financement, de formation et de sensibilisation

### Marche pour l'Alzheimer

La Marche pour l'Alzheimer s'est tenue le dimanche 27 mai 2018. Cette année, cet événement revêtait une dimension toute spéciale. Grâce à une importante commandite des Résidences Soleil, nous avons présenté une cérémonie à la basilique-cathédrale Saint-Michel mettant en vedette nul autre que Gregory Charles. En plus de présenter un vibrant témoignage, il a entonné quelques chansons. Mme Brigitte Marcoux, l'ambassadrice de la journée, a également pris part à cette cérémonie émouvante.

Cette cérémonie était suivie d'une marche de 3 km dans les rues environnantes.

### Colloque Alzheimer 2019

Le 30 janvier 2018, plus de 170 personnes étaient réunies à l'occasion de la deuxième édition du colloque de la Société Alzheimer de l'Estrie tenu sous le thème : Le pouvoir de faire la différence dans la vie des personnes atteintes.

Destiné aux professionnels du domaine de la santé, le colloque a mis de l'avant des pratiques innovantes et inspirantes.

Plusieurs conférences y étaient présentées :

- Le cerveau vieillissant et la maladie d'Alzheimer, par Dr Christian Bocti
- Entrevue avec un médecin spécialiste, par Dr Christian Bocti et M. Marcel Gagnon
- Kit de survie relationnel, par Mme Patsy Clapperton
- Les cris, l'errance, la résistance aux soins... comment décoder ces comportements pour mieux les prévenir?, par M. Philippe Voyer
- L'hébergement en contexte de maladie d'Alzheimer, par M. Philippe Voyer

### Campagne du Myosotis

La Campagne du Myosotis s'est tenue en janvier, durant le Mois de la sensibilisation à la maladie d'Alzheimer. Dans vingt pharmacies réparties dans toutes les MRC de l'Estrie, les clients pouvaient remettre la somme de 2 \$ pour appuyer la SAE.

### Nayati yoga trekking

En septembre, nous avons tenu un événement de yoga, de méditation et de randonnée au coeur du parc du mont Orford. Les participants, des passionnés de plein air, venaient d'un peu partout au Québec.

Durant trois jours, ils ont eu la chance de côtoyer des professeurs de yoga et des guides de randonnée passionnés. Une belle synergie opérait au sein du groupe de 30 personnes, et le week-end fut mémorable. Cet événement visait à amasser des fonds pour la SAE.



Nos événements de financement nous ont permis d'amasser une somme totale de **42 333 \$**.



# 7. Rapport d'activités 2018-2019

## Promotion de nos services

### Sensibilisation et information sur les services

Chaque année, la SAE offre des rencontres d'information qui servent d'introduction à la maladie d'Alzheimer et sont généralement offertes dans des résidences de personnes âgées, des institutions d'enseignement, des entreprises ou toute autre organisation qui souhaite en apprendre davantage sur ses services.

De plus, la Société Alzheimer de l'Estrie déploie son kiosque à l'occasion d'événements organisés un peu partout sur le territoire estrien pour renseigner le public sur la maladie. Entre autres, la SAE a participé au Salon de la FADOQ.

**16**  
présentations  
des services  
et activités de  
sensibilisation



### Journal Le Fil et infolettre

Cette année, la SAE a continué à utiliser ses outils développés pour mieux informer la population de ses services : son infolettre et son journal Le Fil.

Le tirage du journal a augmenté; c'est 1200 copies qui sont maintenant distribuées à nos membres et dans différents points à travers l'Estrie.

L'infolettre est également distribuée à davantage de gens. Le nombre d'abonnés est passé de 400 à 600.



# 7. Rapport d'activités 2018-2019

## Des bénévoles engagés

La Société Alzheimer de l'Estrie peut compter sur la générosité et la disponibilité de nombreux bénévoles. Qu'ils s'impliquent régulièrement, par exemple au centre d'activités et de ressourcement Le Colibri, ou bien ponctuellement lors d'événements tels que la Marche pour l'Alzheimer, ils sont essentiels à la réalisation de notre mission.

De plus, nous avons eu la chance d'accueillir, encore une fois cette année, plusieurs stagiaires venus parfaire leurs connaissances au Colibri. En 2018-2019, nos stagiaires provenaient d'horizons variés : pharmacologie, éducation spécialisée, travail social, psychologie, médecine...

En tout, ce sont environ 30 personnes qui ont offert leur précieux temps à la Société Alzheimer de l'Estrie.

## Membership

Au cours de la dernière année, le nombre de membres de la Société Alzheimer de l'Estrie a considérablement augmenté. En mars 2018, nous comptons 160 membres, alors qu'en mars 2019, on en dénombrait 454.

Cela démontre bien la pertinence de notre mission. Le nombre de personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer en Estrie étant en augmentation, cette tendance devrait être au rendez-vous pour les années à venir. Nous serons là pour soutenir tous ces gens.



# 7. Rapport d'activités 2018-2019

## Contributions financières de la communauté

Encore une fois cette année, la Société Alzheimer de l'Estrie a pu compter sur l'engagement de la communauté envers sa mission. Grâce à la générosité de plusieurs, des fonds ont pu être amassés au profit de la Société Alzheimer de l'Estrie.



### Dons In Memoriam

En mémoire d'un être cher décédé des suites de la maladie d'Alzheimer, certaines personnes choisissent de faire un don In Memoriam. Nous sommes très reconnaissants de ces contributions qui nous permettent de poursuivre notre importante mission. Cette année, les dons In Memoriam ont totalisé la somme de **20 891 \$**.

### Loterie du C.A.R.A.G.S.

Pour une deuxième année, le Centre d'activités récréatives des aînés et autres générations a remis les montants amassés lors de sa loterie La Cagnotte à la SAE. C'est 1000 \$ qui ont été récoltés et remis pour la cause.

### Dons

En plus des dons in Memoriam, la SAE peut compter sur de généreuses personnes qui, chaque année, font des dons qui assurent la pérennité de ses services. Ainsi, en 2018-2019, nous avons pu récolter un montant de **51 961 \$**. Merci à tous nos donateurs!

### Backyard BBQ concert

Les 22 et 23 juillet, John Meysenholder a organisé un mini-festival de musique organisé chez lui à Lennoxville. Pour une troisième année, il a remis les fonds amassés à la SAE. C'est un montant de 600 \$ qui a été récolté.

### Campagne Partenaire santé Québec

Depuis 10 ans, la FQSA est sur la liste des organismes à laquelle les employés de la fonction publique du Québec peuvent donner des montants qui sont prélevés directement sur leur paie. La Société Alzheimer de l'Estrie reçoit sa quote-part chaque année de Partenaire Santé Québec.

### Donner sa fête à la SAE

Mme Dorothée Garant a pris une initiative originale pour souligner son anniversaire. En effet, plutôt que de recevoir des cadeaux, elle a choisi de recueillir des dons pour la SAE au moyen de l'application Collecte de fonds de Facebook. Au total, elle a amassé une somme de 845 \$.

# 7. Rapport d'activités 2018-2019

## Activités de représentation et de concertation

Pour répondre aux besoins des personnes touchées par la maladie d'Alzheimer, nous développons des relations de partenariat sur tout le territoire.

Dans ce but, nous participons à plusieurs réunions de concertation :

### **Sherbrooke :**

- Table de concertation secteur personnes âgées de Sherbrooke
- Comité proche aidant de Sherbrooke

### **MRC du Val-Saint-François :**

- Table de concertation des aînés du Val-Saint-François
- Comité proches aidants du Val-Saint-François

### **MRC de Coaticook**

- Table de concertation des aînés de la MRC de Coaticook
- Comité de soutien aux proches aidants de Coaticook

### **MRC de Memphrémagog :**

- Comité de soutien aux proches aidants de la MRC de Memphrémagog
- Corporation de développement communautaire (CDC) de Memphrémagog

### **MRC du Haut-Saint-François :**

Table de concertation des personnes âgées du Haut-Saint-François



### **MRC des Sources :**

- Table de concertation des aînés des Sources
- Comité calendrier de la Table de concertation des aînés des Sources
- Comité Salon des aînés des Sources
- Comité de soutien aux proches aidants

### **MRC du Granit :**

- Table de concertation des aînés du Granit
- Comité journée santé prévention Granit
- Corporation de développement communautaire (CDC) du Granit
- Consultation citoyenne pour la planification de l'avenir de Lac-Mégantic, axe santé, bien-être et sécurité

## 8. Perspectives 2019-2020

Dans le but de maintenir et de développer ses services, la Société Alzheimer de l'Estrie mettra en oeuvre ces axes d'intervention au cours de la prochaine année :

1. Consolider les services actuels par l'implication constante de toute l'équipe des employés, des administrateurs et des bénévoles de la SAE.
2. Maintenir notre présence dans toutes les MRC et augmenter notre visibilité sur l'ensemble du territoire de l'Estrie.
3. Doter la SAE d'une planification stratégique 2020-2025.
4. Déployer le réseau de collaborateurs et de partenaires de la SAE : réseau de la santé (CIUSSS, médecins des cliniques médicales et GMF), monde des affaires, partenaires financiers, organismes communautaires, etc.
5. Lancement de la campagne de financement majeure de la SAE qui a pour objectif d'offrir un milieu de vie pour les personnes atteintes, un endroit ressourçant pour les proches aidants et plus de services à la clientèle.

## 9. Principaux partenaires et collaborateurs

Nous désirons remercier nos partenaires, qui nous ont permis de réaliser notre mission cette année. Nous tenons aussi à souligner la participation et le soutien de précieux collaborateurs qui soutiennent nos activités de financement et nos programmes.

*Merci de  
votre appui!*

- **Le Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux de l'Estrie (CIUSSS de l'Estrie-CHUS)**, pour son appui à notre mission globale et au financement du répit-stimulation à domicile;
- **Le CSSS du Haut-Saint-François / CLSC de Cookshire, le CSSS de Coaticook et le CSSS du Val-Saint-François**, pour le prêt de locaux;
- **Le CSSS du Granit**, pour le financement du répit-stimulation dans la MRC du Granit;
- **L'Appui pour les proches aidants d'ânés de l'Estrie**, pour le financement du répit-stimulation à domicile dans la région du Granit et de Memphrémagog, du programme PHARE, du Centre d'activités et de ressourcement Le Colibri, des cafés-causeries, des journées de ressourcement et du déjeuner-conférence;
- **Les Centres d'action bénévole des Sources et de Magog**, pour le prêt de locaux;
- **Le ministère de la Famille du Québec**, dans le cadre du programme *Ensemble contre l'intimidation*, pour le projet *Comprendre pour mieux vivre ensemble*;
- **Le programme Nouveaux horizons pour les aînés du Gouvernement du Canada**, pour l'insonorisation et l'adaptation de la grande salle;
- **La Croix-Rouge**, pour sa collaboration au programme Arts et Métiers;
- **Les Résidences Soleil, le député fédéral de Sherbrooke Pierre-Luc Dusseault, la députée fédérale de Compton-Stanstead Marie-Claude Bibeau, le député provincial de Sherbrooke Luc Fortin et La Tribune** pour leur contribution à la Marche pour l'Alzheimer;
- **Les Résidences Soleil, Sherbrooke Toyota, Q & T Recherche et Hypershell** pour leur contribution au Colloque Alzheimer.



Société Alzheimer de l'Estrie  
740, rue Galt Ouest, bureau 112  
Sherbrooke (QC) J1H 1Z3

819 821-5127  
info@alzheimerestrie.com  
www.alzheimerestrie.com

Rapport annuel de la Société Alzheimer de l'Estrie  
2018-2019 ©

Photo p. 20 : Pressfoto - p. 28 : Katemangostar - p. 31 : rawpixel.com