

Société Alzheimer

ESTRIE

le FIL

LE JOURNAL DE LA SOCIÉTÉ ALZHEIMER DE L'ESTRIE

JUIN
JUILLET
AOÛT
2020



Mot de la directrice



CAROLINE GIGUÈRE,
DIRECTRICE GÉNÉRALE

Bonjour à vous chers membres,

Au cours des derniers mois, plusieurs d'entre vous ont peut-être vécu des moments plus difficiles. Il est normal de ressentir de la solitude ou de l'angoisse face à cette situation inhabituelle. Nous sommes des êtres qui ont besoin de socialiser, de sortir et de s'amuser. Ce n'est donc pas facile d'être contraint de rester à la maison. Afin de protéger notre clientèle et notre personnel, nous avons dû adapter nos services et nos moyens de communication.

Nos conseillères sont toutefois demeurées en poste pour vous offrir du soutien téléphonique et par courriel. Ce service a été notamment très apprécié des proches aidants. Avec le déconfinement progressif, il nous est maintenant possible, depuis le 1er juin, de vous accueillir à nos bureaux pour une rencontre individuelle ou familiale. Nos interventions se font bien sûr dans le respect des mesures de distanciation physique.

N'hésitez pas à contacter nos conseillères si vous avez besoin de parler à quelqu'un ou pour prendre rendez-vous. Nous sommes là pour vous et avons très hâte de vous revoir!

Coup de coeur

Notre coup de cœur de cette édition va aux organismes communautaires sherbrookoïses qui ont maintenu leurs services durant la Covid-19 auprès des clientèles vulnérables telles que les personnes âgées, en itinérance ou sujettes à la violence conjugale.

Nous pensons notamment au Partage Saint-François qui a adapté son hébergement et la distribution en respectant les normes de santé publique en vigueur, à Sercovie qui a doublé la livraison de ses repas ainsi qu'à toutes les banques alimentaires de l'Estrie qui ont mis la main à la pâte pour subvenir aux besoins de leurs clients de façon sécuritaire. Bravo!



BUREAU RÉGIONAL
740, rue Galt Ouest, bureau 112
Sherbrooke QC J1H 1Z3

TÉL.: 819 821-5127
info@alzheimerestrie.com

**NUMÉRO
D'ENREGISTREMENT:**
107987455 RR 0001

ISSN : 1216237

La société active

SOUPER-BÉNÉFICIE SÉLECTION ROCK FOREST

Le 21 février dernier, la Société Alzheimer de l'Estrie s'est vu remettre un don de 2225\$ à la suite d'un souper-bénéfice organisé par les employés de la résidence pour aînés le Sélection Rock Forest. Merci pour votre générosité!

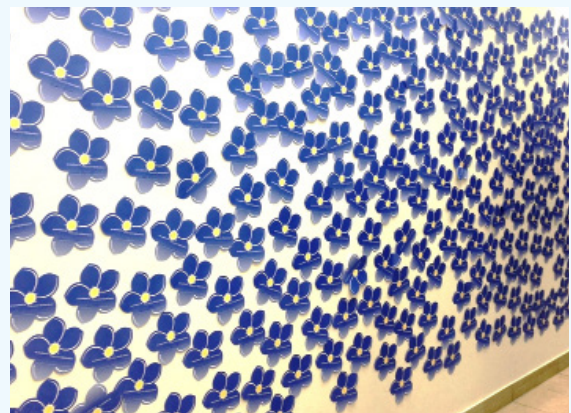


DON DE TDL CANADA

Dans le cadre de son programme de reconnaissance mensuel «La Machine du mois», TDL Canada remet un montant à l'équipe qui a assemblé et terminé la machine dont le rendement et l'efficacité ont été les meilleurs au cours du mois. Le 19 février dernier, l'équipe gagnante a remis un montant de 500\$ à la Société Alzheimer de l'Estrie. Nous vous remercions chaleureusement pour ce généreux don!

RÉSULTATS DE LA CAMPAGNE MYOSOTIS

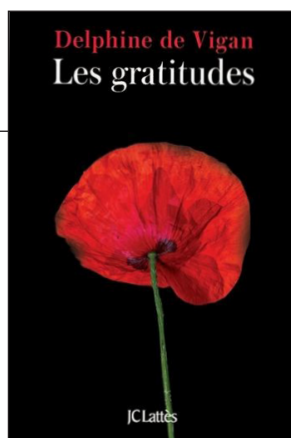
En janvier dernier avait lieu la campagne Myosotis dans le cadre du mois de la sensibilisation à la maladie d'Alzheimer. La réussite d'une telle activité de financement repose sur l'engagement d'entreprises dévouées, et cette année, 15 pharmacies se sont jointes à la campagne en permettant aux clients de remettre un don à la caisse. Plus de 4 500\$ a été amassé! Merci à la population et à nos précieux partenaires!



Suggestions de lecture et de film

LIVRE: LES GRATITUDES

De l'autrice
Delphine de Vigan



Vous êtes-vous déjà demandé combien de fois dans votre vie vous aviez réellement dit merci? Un vrai merci. On croit toujours qu'on a le temps de dire les choses et puis soudain, c'est trop tard.

Ce roman nous raconte l'histoire de Miska, une dame atteinte d'aphasie, de ses liens avec Marie, sa jeune amie, et de Jérôme son orthophoniste. C'est un roman doux qui parle de ce que l'on doit aux autres.

J'ai beaucoup aimé ce livre qui nous transporte dans un univers où les mots ont une grande valeur émotive. Les personnages sont empreints d'humanisme et de tendresse.

Paru en 2019, ce livre est un incontournable tant par la profondeur de la réflexion que par la beauté de l'écriture. L'autrice, scénariste et réalisatrice, Delphine de Vigan, a écrit de nombreux romans à succès. Son œuvre est d'ailleurs traduite dans de nombreux pays.

Bonne lecture!

SUGGESTION DE **DANIELLE YERGEAU**

FILM: TU TE SOUVIENDRAS DE MOI

Du réalisateur
Éric Tessier



Ce film raconte l'histoire d'Édouard, un professeur d'histoire à la retraite, bouillant et caractériel, qui commence à perdre la mémoire. Continuellement sollicité pour procéder à des analyses politiques et sociales, l'homme, qui est habitué à s'exprimer dans les médias, doit soudainement se faire plus discret.

Mais Édouard refuse de disparaître et juge qu'il a encore beaucoup de choses à dire. Puisque personne de son entourage ne semble en mesure de veiller sur lui, il est placé sous la garde de Bérénice, jeune fille du nouveau conjoint de sa fille. La rencontre touchante entre ces deux êtres amènera Édouard à revisiter un passage de son histoire personnelle qu'il avait choisi d'oublier.

Adapté d'une pièce de théâtre de François Archambault, ce sixième long métrage d'Éric Tessier aborde la délicate question de la maladie d'Alzheimer. Une distribution réunissant notamment Rémy Girard, France Castel et Julie Le Breton.

Bon visionnement!

SUGGESTION DE **DANIELLE YERGEAU**

Journal créatif

EXERCICE: MES PETITS PLAISIRS

MATÉRIEL

- Cahier avec feuilles non lignées
- Stylos feutre ou à l'encre
- Crayons de couleur
- Ciseau
- Colle
- Vieux magazines
- Feuille de couleur pâle

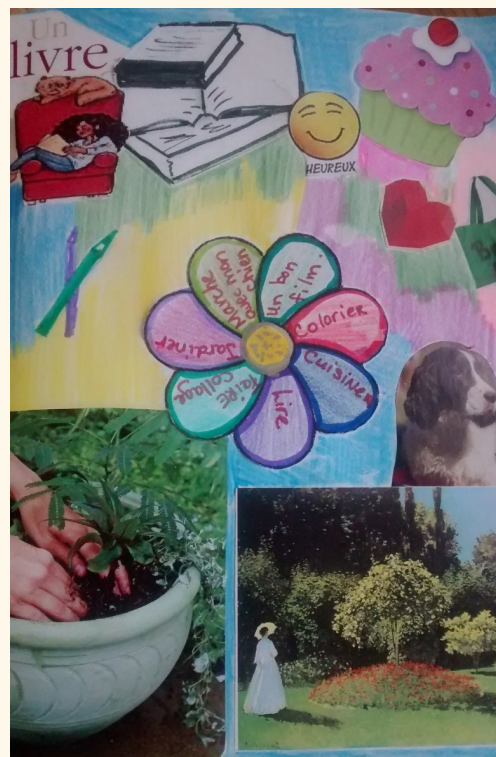
Avant de commencer l'exercice, prenez un instant pour vous. Assoyez-vous confortablement, fermez les yeux et prenez 2 à 3 grandes inspirations pour vous détendre. Lorsque vous êtes prêt(e), ouvrez les yeux et débutez l'exercice.

1. Nous allons commencer par faire un fond pour le projet. Décorer une feuille blanche en prenant différents stylos ou feutres pour varier les couleurs.
2. Sur une autre feuille, dessinez et découpez un modèle de fleur. Pssst! Vous pouvez découper la fleur de cette page!
3. Pensez à ce qui vous fait plaisir, de petites choses simples de la vie, vos activités. Bref, ce qui vous fait du bien. Dans chacune des pétales de votre fleur, écrivez un de vos petits plaisirs.
4. Une fois terminé, coloriez votre fleur puis découpez-la et collez-la sur votre feuille.
5. Recherchez dans vos magazines des images en lien avec vos plaisirs et collez-les sur votre feuille.
6. Lequel de ces petits plaisirs voulez-vous vous accorder cette semaine?

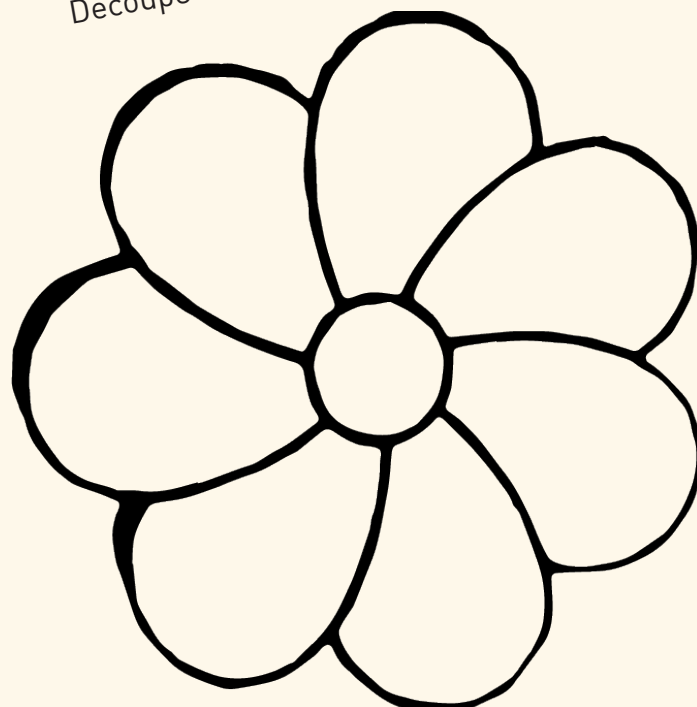
Amusez-vous bien!

Source : *Inspiré du Journal Créatif d'Anne-Marie Jobin et adapté par Line Tremblay, animatrice certifiée de la Société Alzheimer de l'Estrie.*

Aperçu du projet



Découpe-moi!



Faites travailler vos neurones!

EXERCICE MATHÉMATIQUE: RECETTE DE CRÊPE DE RICARDO

INGRÉDIENTS

- 310 ml de lait (1 1/4 tasse)
- 2 œufs
- 115 g de farine tout usage (3/4 tasse)
- 30 ml de sucre (2 c. à soupe)
- 1 pincée de sel
- Beurre, pour badigeonner

PRÉPARATION

ÉTAPE 1 : Mélanger tous les ingrédients jusqu'à ce que la pâte soit lisse et homogène.

ÉTAPE 2 : Chauffer une poêle antiadhésive d'environ 18 cm (7 po) de diamètre à feu moyen. Lorsque la poêle est chaude, badigeonner-la de beurre avec un pinceau.

ÉTAPE 3 : Pour chaque crêpe, verser environ 60 ml (1/4 tasse) de pâte au centre de la poêle. En faisant pivoter la poêle, répandre la pâte également pour recouvrir tout le fond.



Lorsque le rebord se décolle facilement et commence à dorer, soit après environ 1 minute, retourner la crêpe à l'aide d'une spatule. Poursuivre la cuisson environ 30 secondes et retirer la crêpe de la poêle. Réserver sur une assiette. Couvrir de papier d'aluminium et réserver au chaud pour éviter qu'elles ne sèchent.

Je reçois ma famille ce dimanche et nous sommes 4 personnes en tout. Aidez-moi à faire de bonnes crêpes pour tout ce monde à partir de la recette pour 2 personnes.

Pour 2 personnes il faut 310 ml de lait, combien en avons-nous besoin pour 4 personnes? etc.

Ingrédients	Lait	Oeufs	Farine	Sucre	Sel
Pour 2	310 ml	2	115 g	30 ml	1 pincée
Pour 4					

Réponses

2 pincées	60 ml	230 g	4	620 ml	Pour 4
Sel	Sucre	Farine	Oeufs	Lait	Ingrédients

EXERCICE: RELIE LE CRI À SON ANIMAL!



CORBEAU

CHANTE



MOUTON

ROUCOULE



CRAPAUD

MEUGLE



HIBOU

CARCADE



PIGEON

HULULE



L'OIE

COASSE



VACHE

BÊLE



COQ

CROASSE

RÉPONSES
 Corbeau : Coasse | Mouton : Bêle | Crapaud : Croasse | Hibou : Hulule
 Pigeon : Roucoule | L'oie : Cacarde | Vache : Meugle | Coq : Chante

Pertes de mémoire et taux de sucre élevé?

Q&T Recherche mène actuellement un projet de

recherche clinique évaluant un médicament en investigation qui pourrait ralentir les pertes de mémoire chez des patients atteints de la maladie d'Alzheimer en phase légère.

Pour être admissible le participant (ou la participante) doit :

- ✓ Être âgé(e) entre 50 et 85 ans;
- ✓ Prendre actuellement de la médication pour les pertes de mémoire;
- ✓ Avoir un taux de sucre élevé ou souffrir d'un diabète de type II;
- ✓ Côtayer régulièrement une personne disponible pour vous accompagner à chacune des visites.

Ce projet est mené sous la supervision médicale de Dre Paule Royer.



819 562-0777

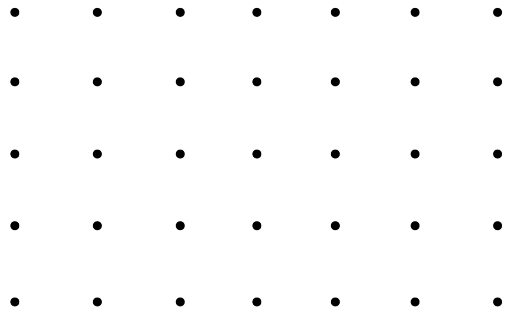
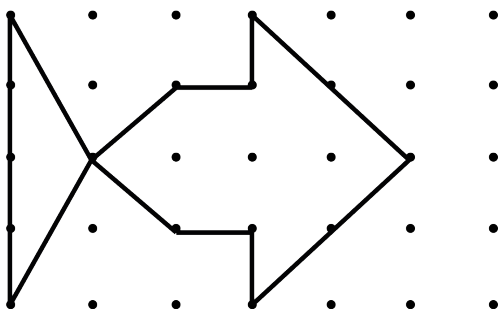
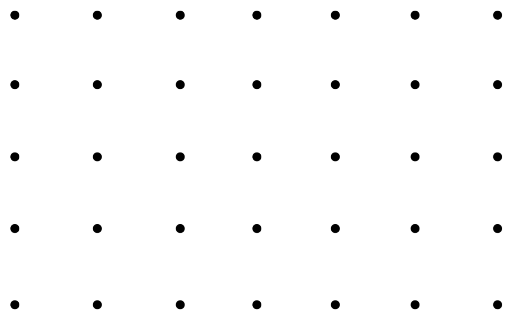
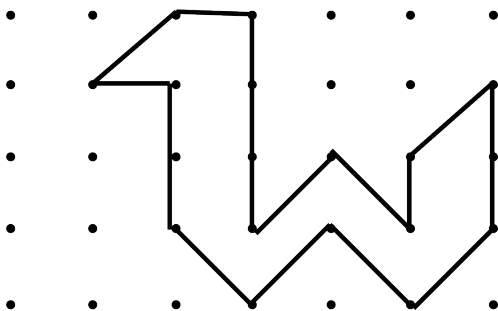
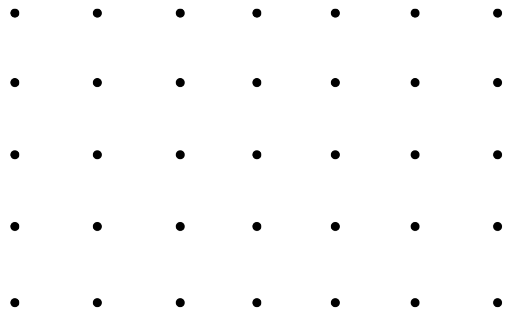
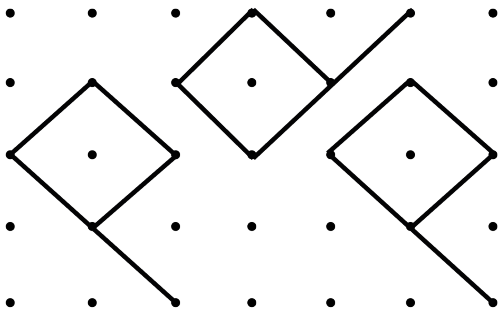
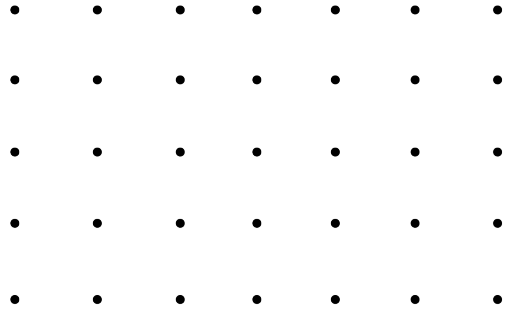
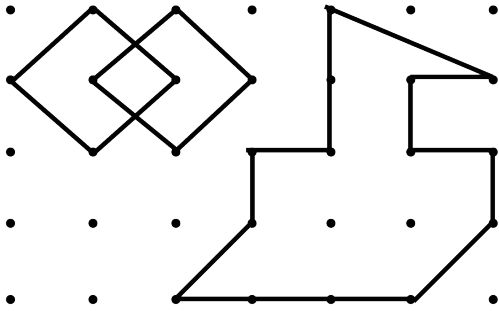
qtrecherche.com

2185 King Ouest, Sherbrooke

Faites travailler vos neurones!

EXERCICE: LES FORMES

Tracer les formes ci-dessous dans l'espace à droite!



Le Colibri

Le Centre d'activités et de ressourcement Le Colibri est présentement fermé. Nous vous tiendrons informé de la réouverture! Au plaisir de vous revoir bientôt! - Myrja Lamarche, coordonnatrice

L'ÉMISSION LE COLIBRI VOUS ACCUEILLE À MATV SHERBROOKE!

Le Colibri vous propose cet été des capsules drôles et divertissantes à travers des activités neurocognitives adaptées pour les personnes en phase légère ou modérée de la maladie d'Alzheimer ou d'une maladie apparentée.

L'émission *Le Colibri vous accueille* est diffusée sur **Matv Sherbrooke aux postes 9 et 609 et sur leur site Internet**. Consulter l'horaire au **www.matv.ca/sherbrooke** dans la section *Émissions* sous la rubrique *Le Colibri vous accueille*. Merci à *L'Appui pour les proches aidants d'aînés* pour sa contribution financière dans la réalisation de ce projet.

L'APPUÏ POUR LES PROCHES AIDANTS D'AÎNÉS
ESTRIE

Le Colibri



Centre d'activités et de ressourcement



EXERCICE: LES FRUITS

Repérer l'ombre associé avec le fruit!



RÉPONSES : Ananas (3) - Poire (6) - Cerises (4)

Nos services offerts cet été

ACCUEIL ET SOUTIEN TÉLÉPHONIQUE

L'intervenante saura vous écouter, vous conseiller et vous renseigner sur la maladie d'Alzheimer (signes précurseurs, symptômes, comportements, stades). Ce soutien pourra vous aider à mieux faire face à la maladie, et à vous sentir épaulé.



RENCONTRES INDIVIDUELLES-FAMILIALES

Ces rencontres permettent aux proches aidants et aux familles de partager les émotions que suscite la maladie et l'accompagnement d'une personne atteinte. Nous sommes là pour vous offrir notre support dans les situations difficiles.



RÉPIT-STIMULATION À DOMICILE

Le service de répit, d'une durée de 3h par semaine, offre à la personne atteinte d'Alzheimer des moments enrichissants et stimulants. Les visites ont lieu avec un accompagnateur formé par la Société Alzheimer de l'Estrie qui tiendra compte des goûts et intérêts de la personne dans le choix des activités.

C'est aussi un moment de répit pour le proche aidant qui pourra se ressourcer ou vaquer à d'autres occupations sans vivre le stress et l'inquiétude de laisser la personne atteinte sans supervision.

Places disponibles.
(plus de détails en p. 12)



PHARE (RENCONTRES INDIVIDUELLES PSYCHOSOCIALES)

Nous vous proposons des rencontres individuelles avec une conseillère spécialisée. Vous pourrez ainsi vous exprimer en toute liberté, verbaliser vos émotions ainsi que la façon dont vous vivez votre quotidien, et obtenir l'aide dont vous avez besoin pour vous aider à franchir les prochaines étapes de la maladie.



Le Colibri, le programme PHARE ainsi que le service de répit-stimulation de Memphrémagog et du Granit sont offerts grâce au soutien financier de :



MRC

C de Coaticook	Line Tremblay, conseillère, au 819 821-5127 poste 111
G du Granit	Lucie Foley, conseillère, au 819 582-9866
H du Haut-Saint-François	Line Tremblay, conseillère, au 819 821-5127 poste 111
M de Memphrémagog	Claude Gauthier, conseillère, au 819 212-1755
S des Sources	Line Tremblay, conseillère, au 819 821-5127 poste 111
SH de Sherbrooke	Danielle Yergeau, conseillère, au 819 238-5128
V du Val-Saint-François	Claude Gauthier, conseillère, au 819 212-1755

Capsule santé et bien-être

CONSEILS D'UNE NUTRITIONNISTE POUR UNE ALIMENTATION SAINE

En tant que nutritionniste, j'entends souvent des frustrations ou découragements de la part de mon entourage en lien avec l'alimentation. Je compatis entièrement! Même en ayant étudié dans le domaine, je trouve parfois ardu de démêler toutes les informations qui circulent par rapport à la nutrition. C'est pourquoi j'aimerais vous offrir aujourd'hui deux conseils très simples qui peuvent s'appliquer à tout le monde.

Premièrement, cuisiner, cuisiner, cuisiner!

Il peut être difficile de trouver le temps dans notre rythme de vie accéléré pour cuisiner, je vous l'accorde, mais prenez le temps, vous en serez reconnaissant!

En général, le simple fait de cuisiner diminue la quantité de sel, de sucre et de gras qu'on retrouve dans notre repas lorsqu'on le compare à un repas acheté au restaurant ou un repas congelé par exemple. Habituellement, on y retrouve aussi moins d'ingrédients dont nous ne sommes pas capables de prononcer le nom. Alors, allez-y! Choisissez le plus possible des aliments de base et n'ayez pas peur d'expérimenter et de laisser aller votre créativité. Votre bedon vous remerciera! Et rappelez-vous que ça n'a pas besoin d'être compliqué pour être délicieux.



Deuxièmement, la variété est votre amie!

En intégrant une variété d'aliments dans votre assiette, vous irez ainsi chercher le meilleur de ce que chaque aliment peut vous offrir et, par le fait même, un éventail de nutriments. Manger en fonction des saisons peut être une bonne façon de varier les aliments frais qu'on ajoute au panier. Donnez-vous le défi de découvrir un nouveau légume ou fruit par mois. Essayez d'avoir deux légumes de différentes couleurs à chaque repas; vos yeux apprécieront également. N'hésitez pas à explorer de nouvelles sources de protéines: œufs, poissons, fruits de mer, noix, graines, légumineuses... il y a tellement de choix qui s'offrent à vous au-delà de la viande traditionnelle. Vous verrez, la variété a bien meilleur goût!

*Marie-Christine Parent
nutritionniste pour le CIUSSS de l'Estrie*



Service répit-stimulation à domicile!

PLACES DISPONIBLES POUR LE SERVICE DE RÉPIT À DOMICILE!

Une de nos accompagnatrices se rendra à votre domicile pour donner un peu de répit au proche aidant et proposer des activités stimulantes à la personne atteinte de la maladie d'Alzheimer ou d'une maladie apparentée.

- **Accompagnatrices formées**
- **Activités adaptées selon les capacités et intérêts de la personne**
- **Visite de trois heures par semaine**
- **Places disponibles dès maintenant**



Ce programme est offert grâce au soutien financier de:

L'APPU POUR LES PROCHES AIDANTS D'AINÉS
ESTRIE

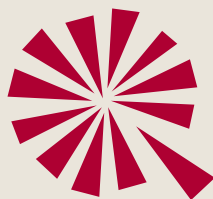
Pour plus d'information:

Catherine St-Pierre, coordonnatrice
819 821-5127 poste 106
repit@alzheimerestrie.com

Secteur Lac-Mégantic

Lucie Foley, coordonnatrice
819 582-9866
mrcgranit@alzheimerestrie.com

*Cimetière
naturel
en milieu
urbain*



COOPÉRATIVE
FUNÉRAIRE
DE L'ESTRIE

819 565-7646
485, rue du 24-Juin, Sherbrooke
coopfuneraireestrie.com

*La solidarité se voit
dans les petits gestes de soutien
du quotidien.*



Évolution, recherches, avancées

DES CHIENS MIRA POUR «RALENTIR» L'ALZHEIMER

La fondation Mira teste depuis septembre 2019 les effets des chiens d'assistance sur les personnes atteintes d'Alzheimer. Des chercheurs de l'Université Laval, de Montréal et de McGill vont mesurer tous les bénéfices jusqu'en 2021.

Les premiers résultats de ce projet pilote donnent bon espoir aux spécialistes de la maladie d'Alzheimer.

« Historiquement, on sait qu'un animal de compagnie a des effets bénéfiques. Quand on met des animaux de compagnie dans des unités Alzheimer, où les patients sont très avancés, les gens, en quelques semaines, gagnent du poids. Donc, c'est un signe que ça fonctionne », explique le Dr Judes Poirier de l'Institut Douglas, en entrevue à LCN.

Avec ce projet pilote, les spécialistes espèrent retarder l'entrée des personnes atteintes de la maladie dans des institutions.

Depuis son entrée, ce projet pilote de la Fondation Mira suscite beaucoup d'espoir.



Devenez membre de la Société Alzheimer de l'Estrie !

DE CETTE FAÇON, VOUS CONTRIBUEZ À UNE SOCIÉTÉ MIEUX INFORMÉE, SENSIBILISÉE ET OUTILLÉE POUR FAIRE FACE À LA MALADIE D'ALZHEIMER.

LES MEMBRES REÇOIVENT :

- L'accès gratuit à ces services : groupes de soutien, conférences, cafés-causeries, programme Music & Memory, rencontres individuelles et familiales;
- Une réduction sur le prix de plusieurs services et activités;
- Le Fil, le journal de la SAE publié cinq fois par année, par la poste ou par courriel;
- L'infolettre mensuelle électronique de la SAE, Le Fil Express;
- Un droit de vote à l'assemblée générale annuelle de la SAE.



Pour devenir membre, contactez-nous au 819 821-5127 ou par courriel à info@alzheimerestrie.com. Le coût est de 25 \$ annuellement.

Chronique

LE DROIT ET LA VIOLENCE ENVERS LES AÎNÉS

Il arrive que les personnes plus vulnérables subissent de la violence physique et psychologique. Lorsqu'une personne âgée se trouve dans cette triste situation, il est important de savoir que certaines dispositions législatives la protègent, et qu'il est possible de rédiger des documents juridiques pour se trouver entre bonnes mains et s'entourer de personnes de confiance.

La *Charte québécoise des droits et libertés de la personne* accorde un droit à la sûreté de la personne, ce qui signifie qu'une personne a le droit d'être protégée contre les menaces d'agression et contre les agressions physiques elles-mêmes. Ce droit prend également en considération la violence psychologique et s'étend jusqu'à protéger toute personne de toute forme d'exploitation qui soit, tel qu'être empêchée de visiter ses proches ou d'être visité, subir des négligences quant à ses besoins et se faire voler de l'argent, pour ne citer que quelques exemples.

Certains documents peuvent être rédigés afin d'éviter de se retrouver dans une telle position. La rédaction d'un mandat de protection (auparavant appelé « mandat donné en prévision de l'inaptitude ») sert à nommer une personne de confiance qui pourra s'occuper des biens et de la personne. Dans ce document, le mandataire doit s'assurer d'une bonne gestion des biens et de la protection de la personne et de sa dignité. Il est également possible d'avoir une procuration générale afin de nommer une personne pour être représenté dans l'administration de ses biens.

Si vous avez un doute à l'égard des intentions de la personne que vous avez nommée, vous pouvez en tout temps la changer.



On répond à vos questions



LUCIE FOLEY,
CONSEILLÈRE

Je crois que mon mari en perd beaucoup. Il ne me reconnaît plus, mange de moins en moins et semble absent. Je trouve cette étape très difficile. Je suis gênée de poser la question, mais, selon vous, en a-t-il pour encore longtemps? Plus précisément, quels sont les signes qui m'annonceraient qu'il est en fin de vie?

Il est difficile de prévoir la fin de vie d'une personne, mais certains symptômes peuvent être des signes précurseurs.

Dans la phase terminale de la maladie d'Alzheimer, la personne ne se déplace plus, est incontinente, elle ne parle plus ou de façon très limitée. Elle a de la difficulté à sourire, à se mobiliser seule dans son lit et même à soutenir sa tête. Elle peut s'étouffer en mangeant et nécessite une alimentation en purée et des breuvages épaissis. La perte de poids accompagne généralement le déclin cognitif. Elle peut développer des plaies de pression, des rigidités musculaires, de l'inconfort généralisé et des infections (affaiblissement de son mécanisme de défense). Il importe à ce moment de mettre l'accent sur la qualité de vie et le confort. Même si elle ne semble pas consciente de son environnement, elle ressent les émotions présentes autour d'elle. L'entourer d'amour, de calme et lui procurer de petites attentions contribue à favoriser son bien-être. Tenir sa main, effectuer un léger massage et lui parler doucement sont des gestes simples et apaisants qui peuvent être effectués. Tout au long de la maladie, l'aidant se doit de respecter ses limites et de penser à lui pour ménager ses forces. S'informer auprès d'une infirmière ou d'un médecin peut être rassurant et aide à mieux comprendre.

Journal d'un conseiller



CLAUDE GAUTHIER,
CONSEILLÈRE

Faire du sens

Ces derniers mois, notre vie a été chamboulée. Un chamboulement personnel et planétaire. Nos horaires quotidiens se sont soudainement désagrégés. Déstabilisation totale.

Nous voyons nos certitudes ébranlées. Nous nous sommes retrouvés du jour au lendemain dans une autre dimension! On s'occupe bien sûr ; quotidien oblige. On apprivoise le temps. Pourtant, on se questionne, on s'inquiète. On voit poindre les doutes, le désarroi, les peurs devant un avenir incertain. On tente de trouver sa place, de se sentir utile, de redéfinir notre rôle social, de comprendre ce qui se passe, de reprendre du pouvoir sur nos vies, en d'autres mots: de faire du sens. Tout comme les personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer, nous avons perdu nos repères.

Nous pouvons faire un parallèle avec la maladie. Celle-ci dérange les projets de vie et vient ébranler nos certitudes. La personne atteinte se voit confronter à ce genre de perte au quotidien. Voilà d'où l'importance d'offrir une routine qui viendra la sécuriser dans sa perte de repères. Puis, l'importance d'offrir des activités qui font du sens pour la personne. Activités et interventions adaptées à ses intérêts, à ses goûts, basées sur son histoire personnelle. L'approche personnalisée et centrée sur la personne fait toute la différence. Nous avons tous ces besoins fondamentaux d'être aimés, compris, inclus. Répondre au sentiment de se sentir utile est essentiel. Ce nouvel état des choses, nous demande tout un exercice de lâcher-prise. Tout comme la personne atteinte de la maladie, ramenons-nous au moment présent dans ce qu'il nous offre de meilleur.

Chronique

DÉCÈS ET COVID-19

La crise de la COVID-19 a créé son lot de désarroi parmi les familles et les proches des défunts. Pourtant, un décès qui secoue notre entourage ne devrait jamais n'être qu'une anecdote dans une crise plus grande. La Coopérative funéraire de l'Estrie a réagi rapidement en mettant en place des outils efficaces pour accompagner les familles : une trousse d'accompagnement et une ligne d'écoute sont parmi les initiatives priorisées. Les événements funéraires reprennent lentement en tenant compte des normes sanitaires émises par la Santé publique.

Focus vers les avis de décès

L'avis de décès a aussi été bonifié pour devenir une référence pour les proches d'un défunt. L'option d'envoyer un repas-réconfort à un des proches touchés est ajoutée, de même qu'un espace pour écrire un hommage. Pour faciliter les interactions dans le cas des funérailles reportées, nous avons ajouté un bouton intitulé: « avisez-moi de la date des funérailles ». Ainsi, dès que la date sera décidée, toutes les personnes inscrites recevront un courriel explicatif.

Rester proches les uns des autres

Nous travaillons à rendre les choses plus simples pour les familles éplorées. À mettre un peu de chaleur dans un processus qui en manque cruellement ces temps-ci. Mais n'oublions pas notre responsabilité personnelle de conserver des liens avec les gens de notre entourage qui sont touchés par un deuil dans un moment où les contacts sont limités. Nous vous souhaitons bon courage pour la suite des choses!

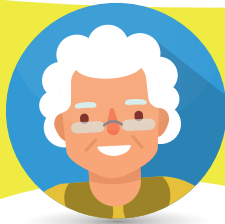
*François Fouquet, directeur général
Coopérative funéraire de l'Estrie*



COOPÉRATIVE
FUNÉRAIRE
DE L'ESTRIE

LE QUÉBEC PENSE À SES AÎNÉS

AU TOUR DE NOS RÉSIDENTS DE PENSER À VOUS



LE CONSEIL
de Marie-Ange, 78 ans
Résidente du Manoir Brossard

**GARDEZ LE SOURIRE ,
ESPÉREZ EN L'AVENIR
et LE BONHEUR EST
DANS VOTRE COEUR !**



LA PENSÉE
de Ghislaine, 77 ans
Résidente du Manoir Sainte-Julie

Si on se sent seul, c'est
important de s'occuper

à **UNE ACTIVITÉ
QU'ON AIME
LE PLUS**.

DÉCOUVREZ LEURS MESSAGES OPTIMISTES



LE CONSEIL
de Gilles, 76 ans
Résident du Manoir du Musée

“ Pour aider votre couple
à traverser la crise,
n'oubliez pas de faire
ce que le temps vous
empêche de faire lorsque
vous travaillez.

”

“ Chaque matin, prenez le temps
d'ouvrir vos stores.”

- Anita Lemieux, 78 ans
Résidente du Manoir du Musée

L'OPTIMISME,
C'EST DE FAMILLE CHEZ NOUS.

residencessoleil.ca

LES RÉSIDENCES

