

Le Myosotis en Chaudière-Appalaches



La Société Alzheimer Chaudière-Appalaches

Une ressource à se souvenir...

Volume 15, numéro 1

Hiver 2014

***Janvier,
mois de la sensibilisation à la maladie d'Alzheimer***

Sous le thème :

« Le diagnostic précoce, ce fil qui vous relie à la vie »



Sommaire

Conseil d'administration et personnel	2
Mot de la directrice	3
Temps de parole	3
Café-rencontres	4
Bénévoles	5
Vœux du Temps des Fêtes	5
Groupes d'information et de soutien	6
Groupes d'information et de soutien	7
Janvier, mois de la sensibilisation...	8
Brunch musical au profit de La Société	9
Nos coordonnées	9
Pièce de théâtre	10
Dons In Memoriam	11
Votre contribution	11
Témoignage	12

À la période des Fêtes, les proches s'interrogent souvent avant d'offrir une marque tangible de leur appréciation.

Ils aimeraient être plus présents pour supporter l'aidant qui veille sur un des leurs au quotidien. Cependant, chacun a son lot de responsabilités, l'éloignement, la famille, le travail et leur propre santé limitent parfois leurs disponibilités.



***Pourquoi ne pas offrir un cadeau utile
pouvant se poursuivre
tout au long de l'année !***

Que ce soit pour des services d'entretien ménager, de préparation de repas, d'entretien extérieur ou des périodes d'accompagnement, les Coopératives de services à domicile peuvent planifier avec vous des heures de services prépayées à offrir à un être cher.

LE CONSEIL D'ADMINISTRATION

Le comité exécutif

Président : Bernard Poulin
1er vice-président : Jean-Yves Gagnon
2e vice-présidente : Nicole Labrecque
Trésorier : Eustache Breton

Administratrices

Jacqueline Perreault
Stéphanie Gamache

LE PERSONNEL

Siège social à Ste-Marie

Directrice générale : Sonia Nadeau
Intervenante : Valérie Audet
Intervenant et formateur : Marc Bordeleau
Intervenante : Annie Loubier
Intervenante : Guylaine Demers, T.S.
Secrétaire : Josée Cloutier
Comptable : Gisèle Beaulieu

Point de services à Lévis

Formatrice et consultante : Lyse Laverrière
Intervenante : Maryse Chevalier

Mot de la directrice

Bonjour à tous,

Voilà une autre année qui se termine, mais qui laisse présager que 2014 sera bien remplie. Les organismes communautaires prennent davantage leur place dans l'offre de services afin de soutenir la population. Le gouvernement provincial a annoncé son projet d'assurance autonomie, des cliniques médicales veulent travailler avec nous afin de soutenir les personnes vivant avec la maladie d'Alzheimer ainsi que leur famille, dès le début du diagnostic, etc. La Société Alzheimer Chaudière-Appalaches désire s'impliquer davantage au sein de sa communauté, et ce, en travaillant avec ses nombreux partenaires.



Afin que La Société Alzheimer Chaudière-Appalaches puisse être davantage connue auprès des personnes qui auraient besoin de notre support, d'écoute ou d'information, n'hésitez pas à parler de notre ressource.

À travers notre offre de services, La Société Alzheimer Chaudière-Appalaches constate l'importance que les personnes qui vivent avec la maladie d'Alzheimer, ainsi que leurs proches, aient davantage la possibilité de témoigner de leur vécu et des bienfaits apportés par les ressources existantes.

Je souhaite à chacun, une année 2014 remplie de soleil dans vos vies et qu'elle soit à la hauteur de vos espérances.

Sonia Nadeau

« Temps de parole »

Ce service permet aux **personnes ayant la maladie d'Alzheimer ou une maladie apparentée, en phase précoce**, de partager leur vécu, leurs émotions et inquiétudes, avec d'autres personnes vivant la même situation qu'elles. Ces 7 rencontres hebdomadaires de « Temps de parole » visent à briser l'isolement, en favorisant la socialisation et à trouver des stratégies pour faciliter le quotidien.

Pour s'inscrire :

- contacter **Marc Bordeleau** de La Société Alzheimer, au **1 888 387-1230** ;
- une entrevue préalable au domicile de chaque participant aura lieu ;
- le transport est assuré par le participant, sa famille ou ses amis ;
- ce service est offert sans frais pour les participants.

La prochaine série de « Temps de parole » se fera à Sainte-Marie, **les vendredis de 13h30 à 15h30.**

1^{ère} rencontre : 28 février 2014

5^e rencontre : 28 mars 2014

2^e rencontre : 7 mars 2014

6^e rencontre : 4 avril 2014

3^e rencontre : 14 mars 2014

7^e rencontre : 11 avril 2014

4^e rencontre : 21 mars 2014

L'endroit vous sera confirmé lors de votre inscription.

Nous vous remercions de votre collaboration afin de contribuer à faire connaître ce service et à nous référer les personnes qui pourraient bénéficier de ces « Temps de parole ».

Café-rencontres

La Société Alzheimer Chaudière-Appalaches offre, gratuitement, un soutien sous forme de café-rencontres s'adressant aux proches aidants. Cette série de 3 rencontres d'une durée de 2 heures, vous permettra de mieux comprendre les changements chez la personne vivant avec une maladie cognitive. Les thèmes élaborés visent à faciliter votre accompagnement et rendre votre quotidien plus agréable.

Lévis

⇒ **Le lundi, 3 février 2014**

La maladie aux mille énigmes

⇒ **Le lundi, 17 février 2014**

Thème choisi le 3 février (*L'art de communiquer avec le cœur, Les comportements déroutants ou Deuil: sur la route de l'adaptation*)

⇒ **Le lundi, 3 mars 2014**

Thème choisi le 17 février (*L'art de communiquer avec le cœur, Les comportements déroutants ou Deuil: sur la route de l'adaptation*)

Endroit : Résidence Les Marronniers
22, rue Charles-Edouard
Lévis

Heure : de 13h30 à 15h30

Pour vous inscrire, contacter Maryse Chevalier, intervenante au 418 837-6131.

Bienvenue à tous !

Lotbinière

⇒ **Le mardi, 4 février 2014**

La maladie aux mille énigmes

⇒ **Le mardi, 18 février 2014**

Les comportements déroutants

⇒ **Le mardi, 4 mars 2014**

L'art de communiquer avec le cœur

Endroit : Salle de l'Âge d'or Tournesol
121-A, rue St-André
Laurier-Station

Heure : de 18h30 à 20h30

Pour vous inscrire, contacter Valérie Audet, intervenante au 1 888 387-1230.

Bienvenue à tous !



**« Quand on aime la vie,
on aime le passé,
parce que c'est le présent tel qu'il a survécu
dans la mémoire humaine. »**

Marguerite Yourcenar

Vous êtes à la retraite ?

Vous avez quelques heures de votre temps à consacrer bénévolement ?

La Société Alzheimer Chaudière-Appalaches est présentement à la recherche de gens comme vous pour recueillir des dons dans les Salons funéraires

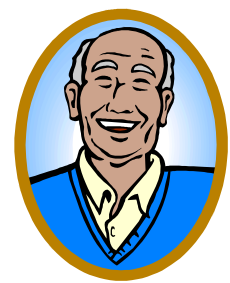
*Roy & Giguère de Saint-Georges
&
Gamache & Nadeau de Thetford Mines*



Vous êtes intéressés ?

*Communiquer avec nous au 418 387-1230
ou sans frais au 1 888 387-1230*

Votre aide serait grandement appréciée !!!



*Toute l'équipe de La Société Alzheimer
vous souhaite une belle année 2014 !*

*Sonia * Lyse * Valérie * Gisèle * Josée
Marc * Maryse * Annie * Guylaine*



Groupe d'information et de soutien pour proches aidants

Le groupe d'information et de soutien vous permettra : d'avoir une meilleure connaissance de la maladie et de ses impacts sur le quotidien, de connaître et d'utiliser des outils pour entrer en relation et favoriser une bonne communication avec votre proche, de recourir à des stratégies et des solutions afin de s'adapter à plusieurs situations.

Lac-Etchemin

Horaire du jeudi de 13h30 à 15h30

1^{ère} rencontre : jeudi le 3 avril 2014

Accueil

2^e rencontre : jeudi le 10 avril 2014

Les aspects médicaux de la maladie

3^e rencontre : jeudi le 17 avril 2014

La communication

4^e rencontre : jeudi le 24 avril 2014

Les comportements

5^e rencontre : jeudi le 1er mai 2014

Le rôle du CLSC et l'intervenant social

6^e rencontre : jeudi le 8 mai 2014

Thèmes variés, synthèse et évaluation

Lieu : vous sera confirmé lors de votre inscription



Pour vous inscrire, contacter Marc Bordeleau, intervenant et formateur au 1 888 387-1230.

Saint-Georges

Horaire du jeudi de 13h00 à 15h00

1^{ère} rencontre : jeudi le 6 mars 2014

Accueil

2^e rencontre : jeudi le 13 mars 2014

Les aspects médicaux de la maladie

3^e rencontre : jeudi le 20 mars 2014

Les comportements

4^e rencontre : jeudi le 27 mars 2014

La communication

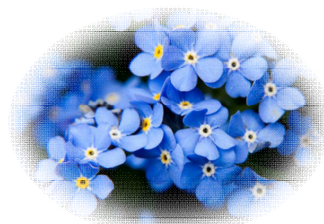
5^e rencontre : jeudi le 3 avril 2014

Le rôle du CLSC et l'intervenant social

6^e rencontre : jeudi le 10 avril 2014

Thèmes variés, synthèse et évaluation

Lieu : CSSS de Beauce
12523, 25e Avenue
Saint-Georges
Local C-24



Pour vous inscrire, contacter Guylaine Demers, T.S. intervenante au 1 888 387-1230.

Lévis

Horaire du lundi de 18h30 à 20h30

1^{ère} rencontre : lundi le 3 février 2014 <i>Accueil</i>
2^e rencontre : lundi le 10 février 2014 <i>Les aspects médicaux de la maladie</i>
3^e rencontre : lundi le 17 février 2014 <i>Les comportements</i>
4^e rencontre : lundi le 24 février 2014 <i>Le rôle du CLSC et l'intervenant social</i>
5^e rencontre : lundi le 3 mars 2014 <i>La communication</i>
6^e rencontre : lundi le 10 mars 2014 <i>Thèmes variés, synthèse et évaluation</i>

Lieu : La Société Alzheimer Chaudière-Appalaches
Centre de Soutien, Lévis
421, rue Dorimène-Desjardins, suite 204

Horaire du mercredi de 13h30 à 15h30

1^{ère} rencontre : mercredi le 19 février 2014 <i>Accueil</i>
2^e rencontre : mercredi le 26 février 2014 <i>Les aspects médicaux de la maladie</i>
3^e rencontre : mercredi le 5 mars 2014 <i>Les comportements</i>
4^e rencontre : mercredi le 12 mars 2014 <i>La communication</i>
5^e rencontre : mercredi le 19 mars 2014 <i>Le rôle du CLSC et l'intervenant social</i>
6^e rencontre : mercredi le 26 mars 2014 <i>Thèmes variés, synthèse et évaluation</i>

Lieu : Complexe Funéraire Claude Marcoux
1845, boulevard de la Rive-Sud
Saint-Romuald

Pour vous inscrire, contacter Maryse Chevalier, intervenante au 418 837-6131.

Saint-Pamphile

Horaire du mardi de 18h30 à 20h30

1^{ère} rencontre : mardi le 25 mars 2014 <i>Accueil</i>
2^e rencontre : mardi le 1 ^{er} avril 2014 <i>Les aspects médicaux de la maladie</i>
3^e rencontre : mardi le 8 avril 2014 <i>Les comportements</i>
4^e rencontre : mardi le 15 avril 2014 <i>La communication</i>
5^e rencontre : mardi le 22 avril 2014 <i>Le rôle du CLSC et l'intervenant social</i>
6^e rencontre : mardi le 29 avril 2014 <i>Thèmes variés, synthèse et évaluation</i>

Lieu : CLSC de Saint-Pamphile
103, rue du Foyer Nord
Saint-Pamphile
(Salle Bélanger)



**Pour vous inscrire, contacter Annie Loubier,
intervenante au 1 888 387-1230.**

Janvier, mois de la sensibilisation à la maladie d'Alzheimer



Le diagnostic précoce, ce fil qui vous relie à la vie.

Près de la moitié des Canadiens qui ont la maladie d'Alzheimer ou une maladie apparentée attendent trop longtemps avant d'obtenir un diagnostic. Pourtant, un diagnostic précoce peut faciliter le cheminement de la personne atteinte, et permettre à ses proches de se préparer pour l'avenir.

La Société Alzheimer accompagne pas à pas les personnes touchées par la maladie, en leur offrant des services d'information, de soutien et de formation dès l'annonce du diagnostic. Renseignez-vous à : www.diagnosticprecoce.ca et consultez votre médecin.

Société Alzheimer

Chaudière-Appalaches

Siège social de Sainte-Marie

440, boulevard Vachon Sud, Case postale 1
Sainte-Marie (Québec) G6E 3B4
418 387-1230 1 888 387-1230
www.alzheimerchap.qc.ca

Centre de Soutien, Lévis

421, rue Dorimène-Desjardins, suite 204
Lévis (Québec) G6V 5V3
418 837-6131

Il vous reste encore tant à vivre.

Brunch Musical

Le 29 septembre dernier, le Club Social « Les Roses de l'Amitié » de Thetford Mines ont organisé un Brunch Musical, au profit de La Société Alzheimer Chaudière-Appalaches.

L'événement s'est tenu au Club des Aramis de Thetford Mines. Cette activité-bénéfice a permis d'amasser la somme de 3 401\$.

Nous tenons à remercier les personnes qui ont mis beaucoup de temps et d'énergie pour faire de cette activité un véritable succès !



De gauche à droite: Mme Johanne Roy (Les Roses de l'Amitié), Mme Sonia Nadeau (directrice générale de La Société Alzheimer Chaudière-Appalaches), M. Louis-Philippe Champagne (président d'honneur de la Marche de la Mémoire 2013 de Thetford Mines), Mme Stéphanie Gamache (administratrice au sein du conseil d'administration de La Société Alzheimer Chaudière-Appalaches) et Mme Jacqueline Croteau (présidente des Roses de l'Amitié).



Bulletin diffusé à plus de 3 500 exemplaires par :

La Société Alzheimer Chaudière-Appalaches

Adresse de correspondance : Case postale 1,
Sainte-Marie (Québec) G6E 3B4

Recherche et rédaction :

Le personnel de La Société Alzheimer

Conception et mise en page :

Josée Cloutier

Comité de lecture :

Sonia Nadeau, Valérie Audet et Marc Bordeleau

Siège social :

440, boulevard Vachon Sud
Sainte-Marie (Qc) G6E 3B4

Téléphone : 418 387-1230

Ligne sans frais : 1 888 387-1230

Télécopieur : 418 387-1360

Courriel : sachap@globetrotter.net

Site Web : www.alzheimerchap.qc.ca

Point de services :

Centre de Soutien, Lévis*

421, rue Dorimène-Desjardins, suite 204

Lévis (Qc) G6V 5V3

Téléphone : 418 837-6131

Télécopieur : 418 837-6019

Courriel : alzheimercentrelevis@alzheimerchap.qc.ca

***SVP, pour vous assurer de la présence d'un(e) intervenant(e) disponible à notre bureau, veuillez appeler avant de vous présenter.**

Heures d'ouverture des bureaux de Ste-Marie et de Lévis

Du lundi au vendredi

8 h 30 à 12 h 00 et 13 h 00 à 16 h 30

***La Société Alzheimer
Chaudière-Appalaches
présente la pièce de théâtre***

Au



de

l'ALzheimer

Rose et ses proches vous invitent à venir les rencontrer dans leur quotidien.
Alors qu'ils cheminent sur la route de l'adaptation à une maladie aux mille énigmes...
Rose a mal au cœur de son cerveau qui prend de plus en plus de vacances...

2 avril 2014 à 19 h à **Ste-Marie**, au Centre Castel, 905, route St-Martin

9 avril 2014 à 13 h à **Charny** au Centre Paul-Bouillé, 3332, ave des Églises

16 avril 2014 à 19 h à **Lévis**, à l'Anglicane, 33, rue Wolfe

22 avril 2014 à 14 h à **St-Joseph**, à l'Auditorium de l'Hôtel de ville, 843, ave du Palais

2 mai 2014 à 19 h à **St-Georges**, à la Salle communautaire, 200, 18^{ième} Rue, St-Georges Ouest

7 mai 2014 à 19 h à **Ste-Claire**, à l'Aréna de Ste-Claire, 160, rue de l'Église

14 mai 2014 à 19 h à **Ste-Justine**, à l'École secondaire des Appalaches, 135, rue Lessard

21 mai 2014 à 14 h à **St-Flavien**, au Club des Lions, 16, rue des Érables

28 mai 2014 à 19 h à **Thetford Mines**, au Club des Aramis, 912, chemin Mont-Granit Ouest

4 juin 2014 à 19 h à **Cap St-Ignace**, au Centre culturel, 100, place de l'Église

11 juin 2014 à 13 h 30 à **St-Pamphile**, à la Salle municipale, 3b, rue Elgin Sud

Pour information, contacter Marc Bordeleau au 1 888 387-1230

ENTRÉE GRATUITE

Bienvenue à tous !

Don In Memoriam

Merci aux parents, ami(e)s et connaissances, qui ont choisi d'offrir un don à La Société Alzheimer Chaudière-Appalaches lors du décès de :



Maurice Blais	Annette Guénard
Cécile Bolduc	Marie-Jeanne Lachance
Rollande Bolduc	Gisèle Lamontagne Dallaire
Georges Bouchard	Lucille Lafontaine
Fernand Boucher	Rita Lavoie Lebel
Guy Bourque	Jeanne D'Arc Nadeau
Robert Boutin	Marcel Nadeau
Joseph Breton	Pauline O'Brian Poirer
Louise Brochu	Ghislaine Pelchat
Bernadette B. Pomerleau	Yvette Plante Carrier
Pao Si Chen	Marie-Jeanne Poitras
Amarilda Clavet	Claire Quirion Samson
Germaine Drapeau Couture	Rose-Hélène Roy
Claire Duquet Morin	Camille Simard
Lina Fontaine	Bernadette Tardif
Alice Fortin Paré	Patrick Tardif
Marie-Marthe Gagnon	Lucienne Thibodeau
Émelda Gilbert	Françoise Trépanier

À ceux et celles qui ont vécu la perte d'un être cher, nous vous adressons nos plus sincères condoléances et nous vous remercions d'avoir suggéré de remettre vos dons à La Société Alzheimer Chaudière-Appalaches.

Nous vous rappelons que les dons faits au nom de La Société Alzheimer Chaudière-Appalaches servent spécifiquement au développement de services dans notre région.

Josée Cloutier, responsable des dons In Memoriam

Votre contribution

Pour supporter le développement de La Société Alzheimer Chaudière-Appalaches, vous pouvez faire parvenir **un don ou devenir membre**. Votre contribution, même modeste, s'ajoute à celle de nombreuses personnes et entreprises.

- ⇒ Je désire faire un don de _____ \$
- ⇒ Je désire recevoir un reçu pour fins d'impôt (don de plus de 10 \$)
- ⇒ Je désire devenir membre et payer ma cotisation annuelle de 10 \$

Bulletin d'information trimestriel
et documentation gratuite

Nom : _____

Adresse : _____

Code postal : _____

Téléphone : _____

⇒ **Un chèque** libellé au nom de
La Société Alzheimer Chaudière-Appalaches

⇒ **Un mandat-poste**

⇒ **Par carte de crédit**

Visa : _____

Mastercard : _____

Date d'expiration : _____

Signature : _____

Faire parvenir à :
La Société Alzheimer Chaudière-Appalaches
Case postale 1
Sainte-Marie (Québec) G6E 3B4

Merci !

Témoignage

« Le temps a passé. La maladie a évolué à un rythme moins précipité qu'appréhendé. J'ai appris à vivre avec mes limites, mes espoirs. Je travaille très fort. On dit que le cerveau est un organe encore tellement mystérieux. Aussi, tous les jours je m'efforce de faire des exercices pour éduquer les neurones en santé en espérant qu'ils viendront combler les vides laissés par ceux qui meurent. Je fais de la lecture à haute voix pour conserver mon élocution, je lis, même si parfois je dois recommencer parce que je ne me rappelle plus ce que j'ai lu l'avant-veille. C'est comme toujours une nouvelle histoire. Je marche, je fais des exercices de concentration, je fais des mots croisés, parfois avec des résultats bizarres. J'ai toujours le dictionnaire à mes côtés quand j'écris. Je vis avec un agenda quotidien, avec des affiches dans la maison, je m'organise et je reçois du soutien.

Je me sens presque une femme normale. Différente, mais normale. J'ai la permission de vivre ma différence. Je crois que finalement j'ai acquis une liberté d'être que je n'avais pas encore atteinte avant de devenir malade. Je me retrouve parfois dans des petites situations un peu étranges, mais j'ai appris à en faire de petites aventures cocasses. D'une femme mince, je suis passée à une femme beaucoup plus grosse en raison notamment de la médication. J'essaie d'apprivoiser cet aspect. Vous me direz que ce n'est pas bien important au bout du compte, mais quand on se retrouve dans un magasin, je ne sais plus qui je suis: je regarde les vêtements et je suis désemparée. La coquetterie s'envole. Mes enfants m'en font la remarque, mais ma belle-fille Stéphanie me stimule pour que je conserve la fierté qui m'a habitée.

J'apprends petit à petit la patience. Quand on a mené sa barque à toute vitesse toute sa vie, il faut savoir respecter le rythme des gens qui nous apportent leur aide avec tant de générosité. Les choses arrivent quand il le faut ou elles n'arrivent pas. Cela fait partie du renoncement. Mais ceux qui m'entourent apprennent également la patience avec moi. Je les fais attendre moi aussi. J'aime la vie passionnément parfois et parfois je la déteste... Comme tout le monde... Je ne porte cependant aucun sentiment d'injustice en moi. Je le mentionne parce que souvent j'entends cette réflexion: ce n'est pas juste... La justice de la vie n'est pas celle que l'homme lui prête. Elle est d'un autre ordre.

J'ai la tête pleine de projets qui prennent un temps fou à se réaliser. Se réaliseront-ils seulement ? Je l'ignore. Mais il est important de continuer à rêver.

J'ai cru ma vie finie, mais force m'est donnée de constater qu'elle a tout simplement pris un chemin différent. Et, un jour à la fois, j'arrive à être paisible, heureuse la plupart du temps. L'humour est une ressource inestimable. La fantaisie est l'ennemi de l'ennui. Alors je m'active. »

Diane Ross

Source: Extrait du livre *Des ombres dans la tête. Affronter la démence frontotemporale*. Montréal, Liber, 2012

