ALZ - INFO

La RÉFÉRENCE

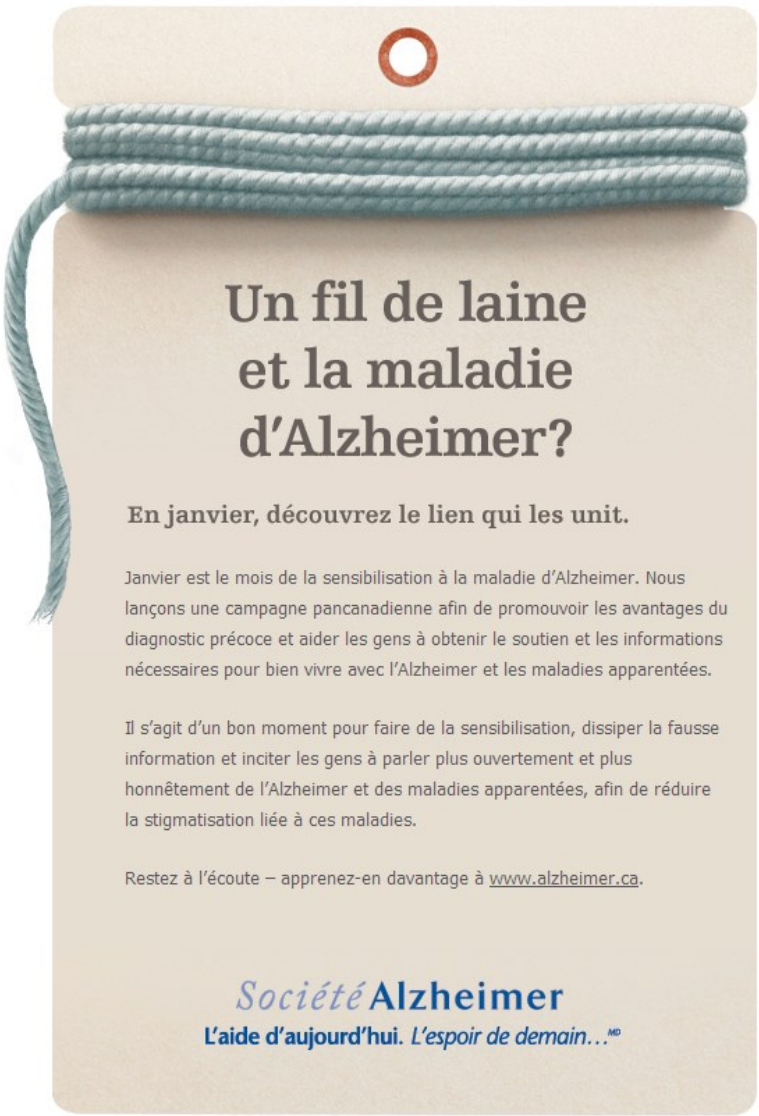
Bulletin de la Société Alzheimer de Granby et région inc.

JANVIER 2014
Volume 30, Numéro 1

LA Société Alzheimer
GRANBY ET RÉGION

ROMAN
REGROUPEMENT DES ORGANISMES MONTÉRÉGIENS D'AIDANTS NATURELS

L'APPUI POUR LES PROCHES AIDANTS
MONTÉRÉGIE



Le mois de la sensibilisation 1
Le mot de la Présidente.....2
Le mot de la Directrice générale 3
À la découverte de vos stimulis 4
Le langage du coeur 5
L'intimité et la sexualité 6
Soutien aux familles 7
La capsule d'information.....8
L'espace commanditaires..... 8
Des services pour vous.....9
In Memoriam 9
À mettre à vos agendas.....10

356, rue Principale, local 3, Granby (Québec) J2G 2W6 Téléphone: 450 777-3363
Télécopieur:450 777-8677 Courriel : sagrinfo@videotron.ca

Monique Chouinard Dubé
PRÉSIDENTE DU CA

La rédaction du journal est possible grâce à la générosité de ses fidèles commanditaires. Merci à tous !

SOCIÉTÉ ALZHEIMER GRANBY ET RÉGION INC.

356, rue Principale, local 3
Granby (Québec) J2G 2W6
Tél.: 450-777-3363
Télec.: 450-777-8677
sagrinfo@videotron.ca
www.alzheimergranby.com

POINTS DE SERVICE :

Cowansville
350, rue Principale, bureau 120
Cowansville (Québec) J2K 1J5
Tél.: 450-955-3338
Téléc.: 450-955-3388
sagrcowansville@videotron.ca

Acton Vale
1176, rue Bélair
Acton Vale (Québec) J0H 1A0
Tél.: 450-546-7332

Le mot de la Présidente

Bonjour à vous tous, chers membres,

Le temps des fêtes est à notre porte et je sais que c'est très demandant pour nous tous. En plus de prendre soin de ceux qui nous entourent, il faut s'occuper de l'achat des cadeaux, de faire cuire la dinde, les tourtières, les tartes etc... Mais vous savez, le plus important est de savoir prendre un peu temps pour nous, même si ce n'est pas toujours facile.

La nouvelle année 2014 arrive très bientôt. Vous savez, en cette nouvelle année, la Societé Alzheimer de Granby et région soulignera son 30ième anniversaire d'existence. On a beaucoup cheminé depuis le début. Plusieurs services se sont développés et ont été offerts. Les Joyeux Troubadours (groupe de stimulation et de socialisation) sont maintenant offerts cinq (5) jours par semaine et pourraient augmenter à six (6) jours lorsqu'il y aura assez de demandes.

Je tiens à remercier tous les bénévoles qui participent à nos activités et qui sont là pour nous aider. Si parmi vous il y a quelques personnes qui peuvent offrir quelques heures, alors vous êtes les bienvenues. Sans votre générosité, il est plus difficile d'offrir toutes ces activités.

Enfin, une bonne nouvelle pour l'année 2014. Selon mes informations, un neurologue fera désormais partie de l'équipe médicale de l'hôpital de Granby. Les informations à ce sujet vous seront transmises aussitôt officialisées.

Pour terminer, je vous souhaite un très Joyeux Noël et que la nouvelle année vous apporte la joie, la sérénité et soit remplie de belles surprises et de souvenirs chaleureux à chérir longtemps.

Monique Chouinard Dubé

En 2014, nous fêterons notre 30e anniversaire.

Le mot de la Directrice générale

Mes résolutions pour l'an 2014….

Julie Desgranges
DIRECTRICE GÉNÉRALE
sagrdirection@videotron.ca

Avant toute chose, j'espère que vous avez bénéficié du temps des fêtes afin de passer des moments de purs plaisirs auprès de votre famille et que vous avez pu vous reposer afin d'accueillir 2014 de bon pied.

Depuis maintenant six (6)mois, nous sommes emménagés dans nos nouveaux locaux de la rue Principale afin de mieux répondre aux besoins des membres et des personnes touchées de près ou de loin par la maladie d'Alzheimer. Plusieurs nouveaux services ont également vu le jour au courant de la dernière année. Un merci spécial au ROMAN/L'APPUI Montérégie pour leur confiance.

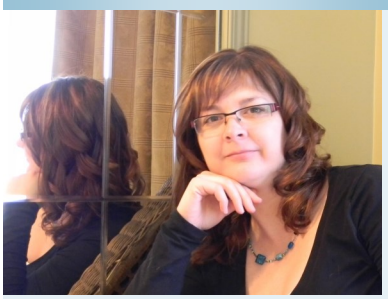
L'équipe permanente ainsi que les membres du Conseil d'administration, appuyé par la Fédération Québécoise des Sociétés Alzheimer, travaillent de pair afin de faire de la Société Alzheimer de Granby et région : **La Référence** en matière d'Alzheimer dans la région.

Je suis fière de pouvoir compter sur une équipe d'intervenants dynamique et professionnelle qui oriente ses décisions et ses gestes dans le but ultime d'atteindre notre mission qui est : **d'alléger les conséquences personnelles et sociales de la maladie d'Alzheimer chez la personne atteinte et ses proches.**

Mes résolutions pour 2014 sont de continuer mon travail avec acharnement afin de faire avancer la cause de la maladie d'Alzheimer, de consolider les services actuels et, espérons-le, en développer de nouveaux selon vos besoins et de former une équipe de bénévoles afin de m'épauler dans le développement des activités de financement, dans la mise sur pieds d'activités pour nos membres et la sensibilisation du grand public.

Si vous avez le goût de vous joindre à une équipe où il fait bon d'évoluer, simplement me contacter pour un entretien afin de cibler vos forces, capacités, disponibilités et intérêts afin de trouver l'activité qui répondra parfaitement à vos attentes. **Merci !**

Julie Desgranges



Manon Marquis
COORDONNATRICE DES RENCONTRES DE STIMULATION
sagrloisirs@videotron.ca

THÈMES DES CAUSERIES :

À chaque mois, nous choisissons un thème différent.

À venir en janvier :

- Jour de l'an
- Apollo 11
- Alexandre Graham Bell
- Yves Montand
- Les animaux domestiques
- Les Joyeux Troubadours
- Les femmes à travers le monde
- L'hévéa
- L'horloge
- Les inventions du xx^{ième} siècle
- Jardiner
- Souvenir de la corde à linge
- Jerry Lewis
- Les expression religieuses
- Qui a inventé l'école ?
- Les 7 merveilles du monde
- La poule Chanteclerc
- Louis Cyr
- La machine à laver le linge
- L'inspecteur

À la **découverte de vos stimulis.**

Bonne Année à tous !

Une réussite pour « À la découverte de vos stimulis »

L'automne dernier, la Société Alzheimer de Granby et région a fait vivre aux aidants naturels et aux personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer, de la résidence au Centre Santé Courville, des moments magiques. Durant deux (2) heures, les participants ont pu vivre une expérience de mosaïque grâce aux consignes de madame Monique Blanc de Vitre et Passions Ateliers du verre.

Le but des ateliers est de retrouver le lien qui unissait les deux (2) personnes avant l'apparition de la maladie, retrouver le lien conjoint-conjointe ou mère-fils et de leur faire vivre des moments de purs plaisirs ensemble. « Par ces ateliers, nous souhaitons faire découvrir aux aidants qu'il est toujours possible d'être heureux, d'avoir du plaisir durant nos visites et, que parfois, il s'agit d'une simple activité du quotidien pour donner le sourire à notre proche et ce, pour toute la journée, dicte la directrice générale, madame Julie Desgranges.

Selon madame Deschamps, aidante-participante, cet atelier lui a fait revivre des moments inestimables. «J'ai retrouvé la complicité et l'entraide que nous avons toujours eu ensemble » nous a-t-elle affirmé les yeux pleins d'eau avant le partir main dans la main avec son conjoint.

Nous avons eu la chance aussi de participer à une autre activité avec Les Ateliers Dorémi de madame Manon Allard. Cet atelier s'est déroulé tout en musique.

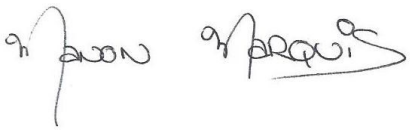
Voici la programmation pour l'hiver :

- ✓ Zoothérapie
- ✓ Atelier de Scrapbooking (fabrication d'un album- photos)
- ✓ Un après-midi en musique

Pour information, contacter madame Manon Marquis.

Du nouveau :

Je voudrais souhaiter à monsieur Jimmy Cliche Huard, la bienvenue dans l'équipe des Joyeux Troubadours et félicitation à madame Lysanne Brunet pour sa nouvelle petite fille.



ROMAN
REGROUPEMENT DES ORGANISMES MONTÉRÉGIENS D'AIDANTS NATURELS

L'APPUI POUR LES PROCHES AIDANTS
MONTÉRÉGIE

Le langage du Coeur

Les actes extraordinaires de gens pas si … ordinaires.

Monsieur Réal Giroux et Madame Gisèle Giroux
Merci d'avoir accepté si généreusement de partager votre témoignage.

Cet espace est réservé afin de reconnaître et d'honorer tous ces actes d'amour, d'espoir et de courage que font des personnes comme vous. Qui avant bien d'être proches aidants ou aidants naturels sont surtout un être aimé et qui aime : un conjoint ou conjointe, un fils ou une fille, un ami ou une amie.

Nous sommes privilégiés à La Société Alzheimer de Granby et région, d'établir ce lien de confiance précieux avec vous, afin que l'on puisse réaliser notre mission : d'alléger les conséquences de la maladie d'Alzheimer. Nous souhaitons que notre support vous permettent, sur votre chemin dans l'accompagnement de la personne qui vous est chère, de vivre davantage des moments de bonheur.

Le message de Madame Giroux est que malgré la douleur au cœur de voir l'être qui nous est chère « s'en aller lentement », il est important de l'accompagner avec délicatesse, d'être attentive aux réactions et d'user de discernement. Elle vous invite d'oser par amour d'aller chercher le support et de vous réserver du temps pour vous ressourcer. La Société offre plusieurs services afin de vous accompagner. Nous continuons nos efforts à vous soutenir aussi en offrant des formations auprès des intervenants et des organismes privés comme du réseau.

MARTIN CÔTÉ
INTERVENANT SOCIAL
sagrcowansville@videotron.ca

POINTS DE SERVICES :

✓350, rue Principale, local 120
Cowansville J2K 1J5
Téléphone : 450-955-3338

✓ 1176, rue Bélair
Acton Vale J0H 1A0
Téléphone : 450-546-7332

La sexualité de la personne atteinte Alzheimer, un sujet encore tabou !

Bonjour à tous,

Dernièrement, j'ai assisté à une formation donnée par la Société Alzheimer de Montréal. Le sujet était : Intimité, sexualité et troubles cognitifs.

La vie affective et sexuelle des personnes touchées par la maladie d'Alzheimer est encore bien trop souvent un sujet sensible ! Quels changements sont susceptibles de survenir après le diagnostic de la maladie et comment gérer ces nouveaux comportements ?

Les personnes atteintes d'Alzheimer peuvent avoir des comportements qui témoignent ouvertement de leur sexualité, ce qui suscite parfois (souvent ?) dans leur entourage familial ou professionnel des réactions négatives voire carrément hostiles.

- Quelles sont, dans ces situations, les réponses les plus adaptées ?
- Les personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer peuvent-elles vivre leur sexualité ?
- Comment s'exprime la sexualité des personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer ?

Les difficultés affectives ou sexuelles que peuvent rencontrer les personnes souffrant de la maladie d'Alzheimer et leur partenaire ne sont que trop rarement abordées! Par pudeur, par gêne ou par discrétion, il arrive que les personnes atteintes ou leur conjoint n'osent pas évoquer la question avec le médecin. Et parfois, l'intervenant lui-même ne fait pas toujours le premier pas… Alors, qu'en est-il ?

Plusieurs questions se posent et différents éléments de réflexion doivent être mis en lumière car à mon avis, ce qui reste dans l'ombre est souvent mal perçu.

Le temps des fêtes approchent alors amusons-nous un peu avec un petit VRAI ou FAUX.

A. La ménopause ralentit la libido
B. La femme perd sa capacité orgasmique avec l'âge
C. Les personnes âgées n'ont pas de désir sexuel
D. Le sexe peut être dangereux pour les aînés
E. Le désir sexuel est lié à la beauté physique

(Réponses à la dernière page)

Joyeux Noël et Bonne Année chers amis !!!

ROMAN
REGROUPEMENT DES ORGANISMES MONTÉRÉGIENS D'AIDANTS NATURELS

L'APPUI MONTÉRÉGIE
POUR LES PROCHES AIDANTS

Soutien aux familles

Quand demander de l'aide n'est pas une habitude.

Les gens qui réussissent à remonter de grands défis au travail comme dans leur vie peuvent difficilement s'imaginer que d'accompagner leur proche atteint de la maladie d'Alzheimer au quotidien sera peut-être… leur plus grand défi.

Dans mon rôle d'intervenante sociale, j'ai le privilège d'accueillir et d'accompagner des personnes comme vous qui par amour pour leur proche ont réussi à dépasser tous les obstacles à aller chercher de l'aide. Penser « *se débrouiller par soi-même* » est une attitude tout à fait normale et saine. Aller chercher de l'aide ne signifie pas de ne plus être capable de se s'organiser par soi-même… c'est plutôt de se donner les moyens et les outils pour continuer à le faire tout en prenant soin de soi et de sa santé.

Mieux comprendre la maladie dès le début peut vous faire vivre moins de frustrations, vous aider à mieux communiquer afin de réduire votre stress. Aussi, vous aider dans vos démarches et vous sentir moins seul.

Nous offrons des formations aux proches aidants ainsi que des groupes de soutien, des cafés-rencontres et des rencontres familiales et individuelles.

Nous sommes là pour vous !

F Dubuc

ROMAN
REGROUPEMENT DES ORGANISMES MONTÉRÉGIENS D'AIDANTS NATURELS

L'APPUI POUR LES PROCHES AIDANTS
MONTÉRÉGIE

FRANCINE DUBUC
INTERVENANTE SOCIALE
sagraidant@videotron.ca

SOCIÉTÉ ALZHEIMER DE GRANBY ET REGION INC.

✓356, rue Principale, local 3
Granby, J2G 2W6
Téléphone : 450-777-3363

Nouveau site fédéral pour les aidants naturels :

http://www.aines.gc.ca/fra/sp/aidants-naturels/qc/index.shtml

Étude auprès des proches aidants

Aussi, si votre proche a moins de 65 ans et a reçu un diagnostic de la maladie d'Alzheimer ou d'une maladie apparentée ?
Des professionnels d'une équipe de recherche désirent mieux connaître votre situation et vos besoins en tant que proche aidant.
Si vous désirer participer à cette étude, vous pouvez communiquer avec **Madame Renée Coulombe,** coordonnatrice du projet, **Centre de recherche universitaire de gériatrie de Montréal** (514) 340-3540 poste 4107

La capsule d'information

Exercer son cerveau !

* Lire : livre, journal, revue puis parlez-en à un ami.
* Jouer : Casse-tête, mots croisés, mots cachés, sudokus jeux de mémoire
* Organiser: Dresser des listes, exprimer vos pensées par écrit, classer des photos
* Cultiver un passe-temps : musique, art, jardinage
* Ranger votre calculatrice : faites marcher votre cerveau
* Jouer : aux cartes, aux échecs, à des jeux de société
* Sorter de votre zone de confort : apprener quelque chose de nouveau : un nouveau trajet, une nouvelle langue, instrument de musique
* Regarder des films et commenter les avec des ami (es)
* Garder la forme : Bouger
* Socialiser : visiter famille et ami (es), courriel, telephone, poste, texto
* Diminuer votre stress : meditation, visualisation, rires, relaxation, massage

L'espace commanditaires

Communiquez avec Julie Desgranges
450 777-3363
pour réserver votre espace.

SOINS de PIEDS
France Privé
12, boul. Leclerc Est
Granby (Québec) J2G 1T1
Sur rendez-vous seulement (450) 360-3850
Membre de l'Association des infirmières et des infirmiers en soins de pieds du Québec
Permis no : 980811
Membre de l'Ordre des infirmières et infirmiers du Québec
Permis no : 971574

Bessette
RÉSIDENCES ET JARDINS FUNÉRAIRES
Le témoignage d'une vie
997, rue des Colombes à GRANBY J2G 8E4
450 777-1171 • 1 888 730-6666
www.famillebessette.com
BROMONT | ROXTON POND | VALCOURT | WATERLOO

ORANGE Crush DEPANNEUR
Simon Foisy
Propriétaire
Dépanneur Du Parc 2000
272, avenue du Parc
Granby (Québec) J2G 2N1
Téléphone : (450) 777-4898

INTER SÉCURITÉ D L
ALARMES
INTERCOMMUNICATION
320, boul. Leclerc ouest, local 8
Granby (Québec) J2G 1V3
Tél. : (450) 372-1995 Fax : (450) 372-8285

Des services pour vous.

CONFIDENTIALITÉ-RESPECT-VALORISATION

CAFÉS-RENCONTRES - rencontres bi-mensuelles

Aider sans s'oublier, c'est possible !

Granby, Cowansville et Acton Vale

6 rencontres bi-mensuelles de 13 h à 15 h
Groupe maximum de 8 personnes
Inscription nécessaire.
Communiquez avec Francine Dubuc, ***450 777-3363***

Prenez le temps de vous ressourcer, de vous recentrer sur vos besoins et vous sentir soutenu dans votre santé et bien-être. Il est temps de vous offrir un répit, de diminuer votre stress et refaire le plein d'énergie. Rencontres amicales. Repos pour votre esprit. Prenez rendez-vous avec vous ! Donnez vous des outils.

Quelques sujets abordés :

- ✓ Mes besoins et motivations
- ✓ Dénouer les nœuds de la culpabilité
- ✓ La santé de mes relations
- ✓ Le couple et l'intimité

GROUPE DE SOUTIEN — rencontres mensuelles.

C'est un groupe d'entraide et de partage. C'est aussi de l'information pertinente au sujet de la maladie d'Alzheimer, des démarches à faire et comment vous aider à accompagner la personne qui vous est chère. Nous invitons aussi des conférenciers et professionnels de la santé. Réservez votre place !

HORAIRE 2104

Les premiers lundis du mois de 19 h à 21 h
(relâche en janvier et août)
La Société Alzheimer de Granby et région
356, rue Principale, local 3, Granby 450 777-3363

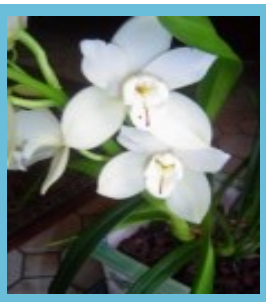
Les deuxièmes lundis du mois de 19 h à 21 h
Point de service Cowansville,
350, rue Principale, suite 120 450 955-3338

Les deuxièmes mardis du mois de 19 h à 21 h
CLSC d'Acton Vale, Salle A, 1266 rue Lemay 450 546-7332

ROMAN
REGROUPEMENT DES ORGANISMES MONTÉRÉGIENS D'AIDANTS NATURELS

L'APPUI POUR LES PROCHES AIDANTS
MONTÉRÉGIE

IN MEMORIAM



Nous offrons nos plus sincères sympathies aux familles qui ont perdu un être cher.

Nous sommes reconnaissants à ceux et celles qui ont suggéré la Société Alzheimer de Granby et région pour recevoir des dons à la mémoire de :

- ***Monsieur Gérard Beaudet***
- ***Monsieur Gérard Beauregard***
- ***Madame Pauline Bérard Lefebvre***
- ***Madame Bernadette Bonneau Racine***
- ***Madame Pauline Boucher***
- ***Madame Claire Brunet***
- ***Madame Gertrude Carey***
- ***Madame Berthe Côté***
- ***Madame Claire Dorais***
- ***Madame Georgette Gratton – Domingue***
- ***Monsieur Albert Landry***
- ***Madame Gertrude Leclerc Carey***
- ***Monsieur Jean Lussier***
- ***Madame Gisèle Mailhot Charest***
- ***Monsieur Régis Poulin***
- ***Monsieur Melvin Tremblay***

Carte de membre

Devenez membre de la Société Alzheimer de Granby et région inc. et ayez accès gratuitement à nos activités.

Membre individuel : **15 $**
Membre familial : **25 $**
Membre donateur : **50 $**
Membre à vie : **200 $**

CD de Noël dès mi-novembre
« Souvenirs de décembre »

À mettre à vos agendas

- ✓ **Vente de CD de Noël dès mi-novembre**
  « Souvenirs de décembre » de la chanteuse Lynda Loiselle au coût de 20 $. A chaque album vendu, elle remettra 6 $ à la Société Alzheimer de Granby et région inc.
- ✓ **22 janvier de 19 h à 21 h**
  Mois de la sensibilsation
  Projection– causerie « Je suis toujours là.»
  Au Foyer du Palace de Granby
  Gartuit pour les membres et 5 $ pour les non-membres
- ✓ **31 janvier 2014**
  Tournée des restaurants.
  Plus d'informations à venir
- ✓ **Début 6 février de 13 h à 16 h FORMATION** de 6 rencontres pour les proches aidants en collaboration avec le CSRF
  Inscrivez-vous tôt ! Places limitées
- ✓ Réponses au test vrai ou faux : toutes les réponses sont fausses. Félicitation !

COLLABORATEURS :
Recherche, informations et rédactions :
Julie Desgranges
Monique Chouinard Dubé
Martin Côté
Francine Dubuc
Manon Marquis

Révision, corrections et mise en page :
France Noiseux

Conception :
Francine Dubuc

Ne m'oubliez pas
LA Société Alzheimer
GRANBY ET RÉGION