

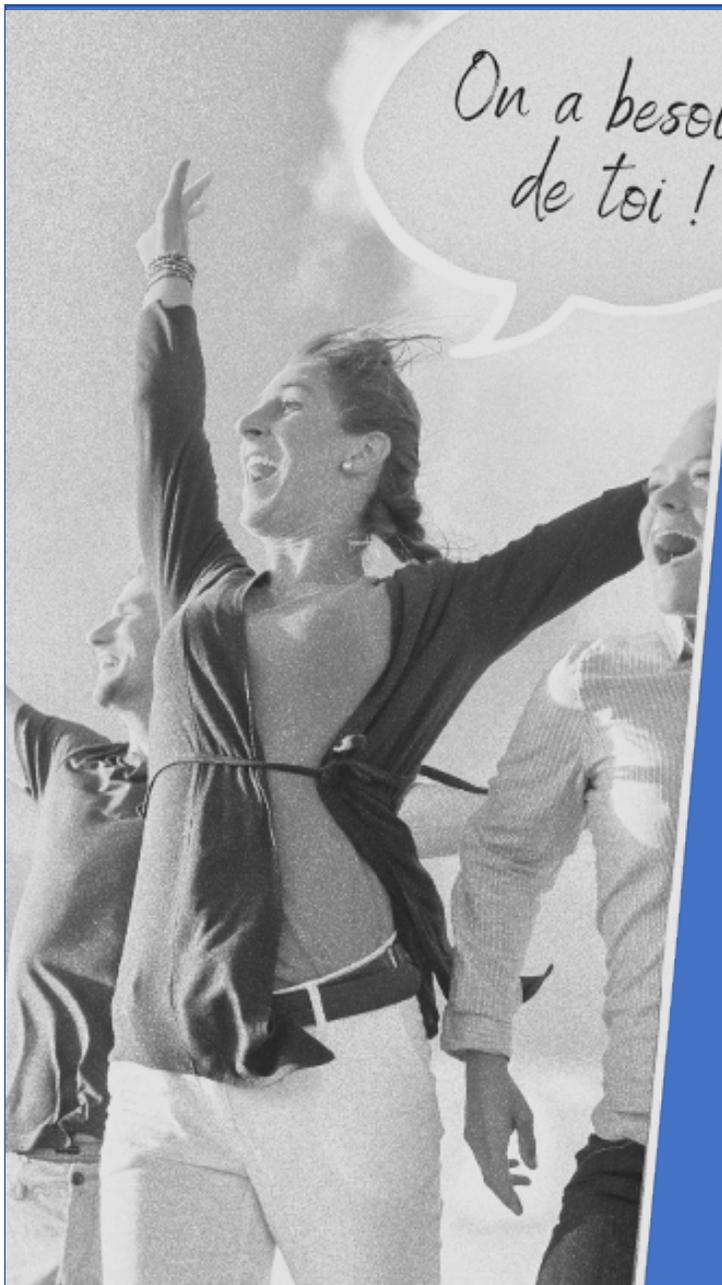
JOURNAL

LE RÉCONFORT



Société Alzheimer du BAS-SAINT-LAURENT

Vol. 23 no. 4 • Mai 2022



LA MARCHÉ
POUR L'ALZHEIMER
UN GESTE DIGNE
DE MÉMOIRE

C'est le 29 mai 2022 que se tiendra à l'échelle nationale la Marche pour l'Alzheimer IG Gestion de patrimoine. Les dons amassés serviront à offrir des services aux personnes atteintes de la maladie Alzheimer et autres troubles neurocognitifs sur l'ensemble du territoire du Bas-Saint-Laurent. Tu te sens interpellé par cette maladie? Tu as le goût de faire ta petite part pour ton voisin, un parent, un ami? Deviens une personne pivot dans ta MRC oui amasse des dons à titre de marcheur!

Le défi t'intéresse ?

Contacte-nous :

- 1-877-446-2144 ou 418-562-2144
- Courriel : info@sabastlaurent.com
- ou inscris-toi dès maintenant au www.marchepourlalzheimer.ca et sélectionne la région du Bas-Saint-Laurent

Société Alzheimer
BAS-SAINT-LAURENT

Dans ce numéro

Mot de la présidente.....	p. 2
Mot de la directrice générale.....	p. 2
Une nouvelle société	
Repenser notre intervention.....	p. 3
Organigramme	p.4
Projet de L'Appui	p. 4
Information	p. 5
Histoire de vie.....	p. 6
L'art au service de la cause Littérature.....	p. 7
Musique	p. 8
Marche 29 mai 2022	p.9
Musclez votre cerveau	p.10
Information de la société	p. 12

L'équipe du journal

Céline Lefrançois
Marie-Anne Ouellet
Jocelyne Desgagné
Lucie Côté
Rémi Veillette



Mot de la présidente



Les membres du conseil d'administration de la Société Alzheimer du Bas-Saint-Laurent sont heureux d'annoncer la nomination de madame Johanne Fortin, au poste de directrice générale.

Madame Fortin a œuvré au sein d'entreprises régionales comme chef comptable, analyste financière et conseillère en développement organisationnel.

C'est avec enthousiasme qu'elle mettra toute son énergie et son expertise professionnelle au développement des services de la Société Alzheimer du Bas-Saint-Laurent.

Elle pourra compter sur l'entière collaboration du conseil d'administration et du personnel de la SABSL pour relever les défis qui seront les nôtres dans le déploiement des services sur l'ensemble du territoire bas-laurentien.

Nous lui souhaitons la bienvenue dans notre organisation et du succès dans ses nouvelles responsabilités. Ensemble, nous ferons la différence !

Céline Lefrançois, présidente

Mot de la directrice générale



Je suis heureuse d'occuper depuis quelques mois le poste de directrice générale à la Société Alzheimer du Bas-Saint-Laurent (SABSL). La maladie d'Alzheimer est une cause qui me tient particulièrement à cœur, ayant vécu la perte d'un proche atteint de cette maladie.

Je suis diplômée de l'UQAR en sciences comptables et en gestion des personnes en milieu de travail. Je suis aussi membre de l'Ordre des comptables professionnels agréés (CPA). Je suis heureuse d'avoir l'occasion de mettre à profit mes acquis en finance et en gestion pour développer une SABSL qui saura répondre aux besoins grandissants liés aux maladies neurocognitives.

J'ai le désir de travailler de façon concertée avec les organismes présents sur notre grand territoire bas-laurentien afin d'offrir un continuum de services à notre clientèle. Le déploiement et la consolidation de nos services sont possibles grâce aux efforts, aux compétences et à l'énergie des employés et des bénévoles qui y gravitent.

Ensemble, nous ferons la différence !

Johanne Fortin, directrice générale

Une autre SABSL est possible repenser notre intervention

La Société Alzheimer du Bas-Saint-Laurent (SABSL) a procédé à une analyse de sa structure organisationnelle.

Cette réflexion avait comme toile de fond cette maxime : « Une autre SABSL est possible : repenser notre intervention. »

Cette réflexion amène la SABSL à procéder à une restructuration administrative et une réorganisation des services dispensés sur l'ensemble du territoire du Bas-Saint-Laurent.

En effet, depuis le début d'avril 2022, des modifications sont effectuées dans différents secteurs notamment au niveau des tâches du personnel.

Gardons en mémoire que la mission de notre organisme est de soutenir et d'accompagner les personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer et leurs familles afin qu'elles puissent vivre dans la plus grande dignité possible.

La SABSL est désireuse de répondre aux besoins grandissants de la population sur le territoire en ce qui a trait à la maladie d'Alzheimer et aux autres troubles neurocognitifs.

La SABSL aspire à être présente dans toutes les MRC du Bas-Saint-Laurent et à offrir de meilleurs

services au plus grand nombre de clients possibles. La spécialité de la SABSL devient alors de dispenser des services en répit-stimulation à domicile et à tenir des centres de jour avec les personnes atteintes. Ceci permettra de libérer les proches aidants en leur permettant des moments de répit.

Tout au long du processus, nous allons nous associer avec les partenaires et les ressources du milieu déjà existantes.

Pour ce faire, un poste de coordonnateur clinique, des programmes et des services est créé afin de superviser et d'encadrer le personnel et les activités sur l'ensemble du territoire.

Cette opération a pour but d'assurer la pérennité de la SABSL tout en tenant compte de sa capacité financière.

Aussi, les postes d'intervenants à temps plein sur le territoire sont abolis. Par contre, est créé dans chaque MRC un poste d'intervenant à domicile et en centre de jour à temps partiel.

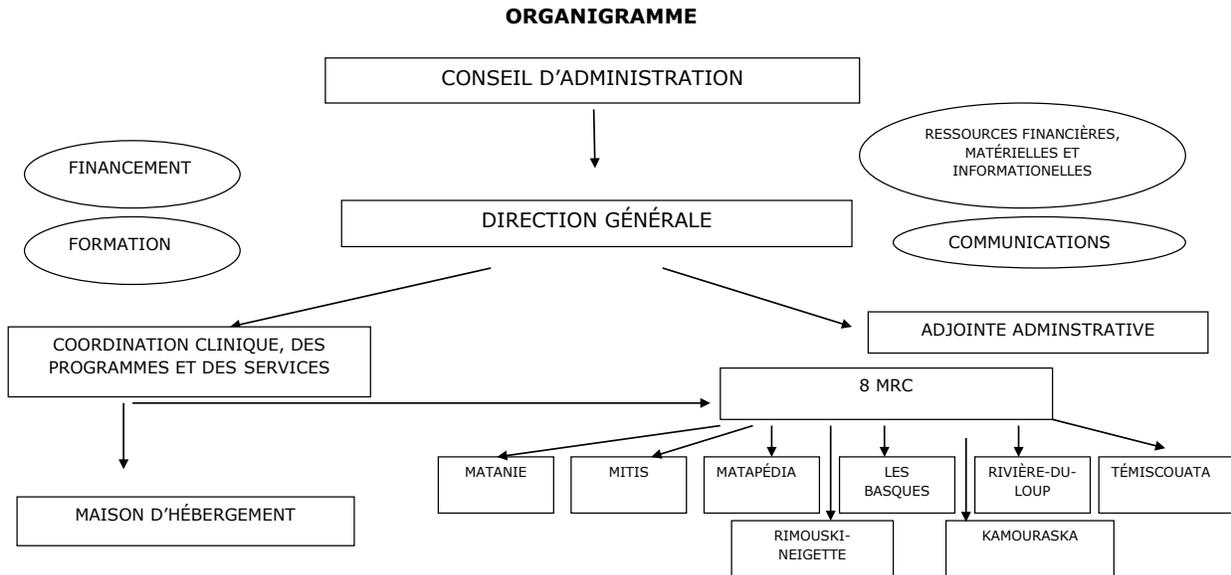
Notre leitmotiv : « Être plus présent sur l'ensemble du territoire. »

Organigramme de la Société



Société Alzheimer
BAS-SAINT-LAURENT

UNE AUTRE SABSL EST POSSIBLE – REPENSER NOTRE INTERVENTION



Projet de L'Appui Bas-Saint-Laurent

La Société Alzheimer du Bas-Saint-Laurent en partenariat avec l'organisme L'Appui pour les proches aidants d'aînés Bas-St-Laurent offrira à compter de mai 2022, un service de répit stimulation à domicile dans la MRC Rimouski-Neigette.

Ce projet vise à offrir du répit individuel pour permettre aux proches aidants de protéger leur condition physique, psychologique et spirituelle, d'améliorer leur qualité de vie et d'éviter l'épuisement.

Ce nouveau service consiste à des rencontres de stimulation à la maison, de trois heures aux deux semaines, avec une intervenante formée en maladie d'Alzheimer et autres troubles neurocognitifs.

L'intervenante fera vivre à la personne atteinte des activités interactives favorisant la mémoire, la dextérité manuelle et la coordination des mouvements. De plus, ces activités permettront de maintenir les acquis de la personne tout en étant centrées sur ses besoins. Ainsi, les proches aidants pourront obtenir une pause dans leur quotidien.

Il est prévu que les personnes débutant en répit stimulation à domicile pourront être dirigées vers un centre de jour. Ceci permettra de donner un autre service de répit au proche aidant.

Le centre de jour sera donc accessible aux personnes atteintes, libérant ainsi un plus grand nombre de proches aidants.

La population rimouskoise sera informée du début de la mise en place de ce nouveau service.

15e édition de la Marche pour l'Alzheimer Il est maintenant temps de s'inscrire.



(photo Denis Lévesque- Arsenal Media)

Madame Céline Lefrançois invite la population à participer à l'événement qui se tiendra le dimanche 29 mai prochain au parc des îles de Matane et partout à travers le Bas-Saint-Laurent dès 13 heures.

Après un arrêt obligatoire en raison de la pandémie, la présidente de la Société Alzheimer du Bas-Saint-Laurent, madame Lefrançois est heureuse d'annoncer le retour de la traditionnelle Marche pour l'Alzheimer.

Docteur Annie Lavoie agira en tant qu'ambassadrice régionale de l'événement et l'animation sera confiée à l'humoriste, animateur et auteur, Richard Z. Sirois. Madame Lefrançois convie la population à participer à cette activité de finan-

cement qui se veut familiale et festive. Les levées de fonds sont nécessaires et le gouvernement ne peut tout assumer. Les besoins sont grandissants. Les sommes amassées serviront à offrir différents services auprès des gens atteints d'Alzheimer ou autres troubles neurocognitifs. Avec une population vieillissante, les demandes sont en croissance partout au Bas-Saint-Laurent.

2022 amène de nouveaux défis

La présidente de l'organisme nous souligne d'ailleurs que les services de stimulation à domicile sont grandissants. Elle souhaite d'ailleurs que cette offre soit disponible dans les huit MRC du Bas-Saint-Laurent. C'est une vaste opération qui est déclenchée afin de mettre en place des gens qui pourront offrir ce service essentiel répondant à des besoins particuliers, permettant par la même occasion de soulager les proches aidants.

L'objectif de la Marche pour l'Alzheimer 2022 est fixé à 20 000 \$. Il y a trois types de contributeurs : marcheurs ordinaires, marcheurs « Élite » ainsi que les donateurs « Élite » qui peuvent souscrire à cette noble cause.

Histoire de vie

Voici un bref récit d'une fraction importante de la vie de monsieur Réginald Michaud et de sa fille, madame Linda Michaud.

La femme de monsieur Michaud, qui est également la mère de madame Linda, reçoit un diagnostic de la maladie d'Alzheimer en 2012. À ce moment, monsieur et sa conjointe habitent à Saint-Jean-sur-Richelieu alors que leur fille travaille pour les Forces armées canadiennes à Gatineau.

Monsieur Michaud doit s'adapter au rôle de proche aidant. Il quitte son emploi pour rester près de sa femme. À ce moment, madame Linda visite sa mère aux deux semaines, cuisine, range la demeure, prend soin de sa mère et permet à son père de se reposer. Lors des deux autres semaines, monsieur Michaud est constamment en compagnie de sa femme.

À fin de mars 2015, le couple s'installe à la résidence des Bâtisseurs de Matane. Monsieur Michaud trouve le quotidien de plus en plus difficile alors qu'il doit constamment garder un oeil sur sa conjointe. Quitter son chez-soi et s'adapter à un nouveau milieu de vie sont des étapes difficiles pour sa conjointe.

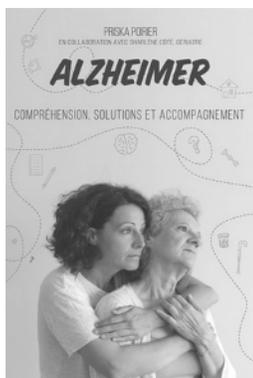
À la suite à une évaluation du CLSC, monsieur Michaud demande une aide plus soutenue. Par la suite, sa conjointe va vivre à la Maison J.-Arthur-Desjardins.

Puis, en avril 2016, madame Linda quitte son travail afin de se rapprocher de ses parents, en considérant les dix à douze heures de route qu'elle doit effectuer toutes les deux semaines et les importantes responsabilités que son père doit assumer presque seul.

Depuis ce jour, monsieur Michaud et sa fille s'assurent que leur bien-aimée a de la visite chaque jour, maintenant rendue au Centre d'hébergement et de soins de longue durée de Matane. Parfois, les deux autres enfants de monsieur rendent aussi visite à leur mère.

À ce jour, madame Linda habite toujours à Matane et approche les 59 ans. Son père, pour sa part, est un éternel passionné de philatélie même à 86 ans. Madame Linda affirme que c'est le fait d'avoir une passion pour quelque chose qui les tient occupés et les garde en éveil et qui leur permet de se soutenir entre eux et de rester liés.

Texte rédigé par Anne-Sophie Pelletier, stagiaire en sciences humaines



Alzheimer : compréhension, solutions et accompagnement

Accompagner une personne atteinte de la maladie d'Alzheimer est un grand défi. Comment assurer sa sécurité, son bien-être et sa dignité ? Comment, en tant qu'aidant, peut-on protéger notre santé mentale et physique ? Quelles sont les ressources qui existent ? Le placement dans un établissement spécialisé est-il inévitable ? Dans ce guide, Priska Poirier propose des solutions faciles à appliquer.

Date de publication : Janvier 2022

Par Priska Poirier Éditeur De Mortagne



L'Urgence de vivre : ma vie avec l'Alzheimer précoce

À 39 ans, Sandra Demontigny apprend qu'elle est atteinte d'une forme précoce et héréditaire de la maladie d'Alzheimer, celle qui a emporté son père à 53 ans. Comment vit-on avec cette épée de Damoclès permanente ? Dans L'urgence de vivre, la jeune femme partage avec nous sa vie au jour le jour, ses pensées et ses idées, ses humeurs et son humour, ses souvenirs et ses espérances, sa révolte, etc.

Date de publication : Mai 2020

Par Sandra Demontigny Éditeur Les éditions La Presse



Mon pays, c'est la relation - Accompagner des personnes âgées

Autrice : Véronique Lang accompagne des personnes âgées vulnérables est le lot de proches aidants et de professionnels de plus en plus nombreux. Cette expérience comporte richesses et défis, en particulier quand le grand âge amène des pertes cognitives. Le présent livre s'adresse à tous ceux et celles qui cherchent des points de repère sur ce chemin. Accompagnatrice dans une maison de retraite, Véronique Lang y raconte ses apprentissages et y témoigne de ses découvertes. Sa plume fine et pleine de tendresse fait comprendre les singularités d'un pays où la relation est à l'avant-plan, et donne le goût de l'explorer. Ce petit livre convie à oser une aventure pleine d'humanité.

Date de publication : Novembre 2021

Par Véronique Lang Éditeur Média Spaul Canada

Paroles de chansons sur l'Alzheimer



Ficelles Ingrid St-Pierre

Auteure-compositrice-interprète : Ingrid St-Pierre

Les jours et les saisons
La couleur de mes yeux
Les paroles des chansons
Celles qu'on chantait à deux
Le chemin de ta maison
Comment on se maquille les yeux
La fête de tes enfants
Mais oublie pas mon nom
Tes souvenirs d'avant
Tu sais je veillerai sur eux
Je les rattraperai au vent
Je te raconterai si tu veux

Je nouerai des ficelles
À tes souvenirs qui s'étiolent
Et le jour où ils s'envoleront
Moi j'en ferai des cerfs-volants
Mais oublie pas mon nom
Je t'écrirai que je t'aime
Partout dans la maison
Et si tu m'oublies quand même
Juste en-dessous y aura mon nom
Et je serai là pour de bon
Et je serai là pour de bon

Je nouerai des ficelles
À tes souvenirs qui s'étiolent
Et le jour où ils s'envoleront
Moi j'en ferai des cerfs-volants
Mais oublie pas mon nom
Mais oublie pas mon nom



Je serai là Étienne Drapeau

Quand ton passé sera fragile
Que ton avenir s'ra papillon
Parce que s'envolent et puis
s'exilent
Les souvenirs de tes saisons
Quand tu seras seule sur ton île
Que tu n'verras à l'horizon
Que quelques visages en exil
Dont tu n'te souviens plus le nom
C'est moi ton fils, c'est moi ta fille
Mais tes yeux m'disent qu'tu
comprends pas
Quand pour moi ce s'ra plus
possible
D'pouvoir te serrer dans mes bras
J'te prendrai doucement par la
main
Tout bas j'te dirai je suis là
Si dans ta tête tout est si loin
Je sais qu'ton cœur, lui,
comprendra
Quand les jours et le temps qui file
Auront enfin gagné la guerre

Que ton corps frêle et immobile
Deviendra ta prison de verre
Quand tous les mots seront futiles
Un seul regard s'ra nécessaire
Car je sais qu'à jamais elle brille
L'étincelle dans ton cœur de mère
C'est moi ton fils, c'est moi ta fille
Mais tes yeux m'disent qu'tu
comprends pas
Quand pour moi ce s'ra plus
possible
D'pouvoir te serrer dans mes bras
J'te prendrai doucement par la
main
Tout bas j'te dirai je suis là
Si dans ta tête tout est si loin
Je sais qu'ton cœur, lui,
comprendra
Qu'est-ce que je ferai?
Qu'est-ce que je ferai?
Je serai là
C'est moi ton fils, c'est moi ta fille

Mais tes yeux m'disent qu'tu
comprends pas
Quand pour moi ce s'ra plus
possible
D'pouvoir te serrer dans mes bras
J'te prendrai doucement par la
main
Tout bas j'te dirai je suis là
Si dans ta tête tout est si loin
Je sais qu'ton cœur, lui,
comprendra
Qu'est-ce que je ferai?
Qu'est-ce que je ferai?
Je serai là
Je serai là
Qu'est-ce que je ferai?
Qu'est-ce que je ferai?
Je serai là
Quand tu t'demanderas qui je suis
Mille et une fois j'te redirai
C'est toi qui m'as donné la vie
Je s'rai toujours à tes côtés

Engage-toi à amasser 200\$ de dons (en équipe ou en solo) et deviens marcheur (Élite)!

ENSEMBLE, marchons pour l'Alzheimer dans le Bas-St-Laurent!

LE DIMANCHE, 29 MAI 2022

Nutrition
d'histoire

Cartes-
cadraux

Les marcheurs
couront la chance de
se mériter des prix de
participation!

Autres
surprises!

INFORMATION AU 418 562-2144
(SANS FRAIS : 1 877-446-2144)



VIENS FAIRE UN TOUR
SUR NOTRE PAGE
FACEBOOK

<https://www.facebook.com/sa.bassaintlaurent>

VIENS MARCHER EN FAMILLE!

LE DIMANCHE, 29 MAI 2022

ACTIVITÉ
PHYSIQUE
(MARGE)

MUSIQUE

ANIMATION

AMBASSADRICE
RÉGIONALE:
DRE ANNIE LAVOIE

Société Alzheimer

BAS-SAINT-LAURENT

INFORMATION AU 418 562-2144
(SANS FRAIS : 1 877-446-2144)

Information de la Société

Bureau régional :

235, av. Saint-Jérôme, bureau 301
Matane (Québec) G4W 3A7
Téléphone: 418-562-2144 / sans frais: 1-877-446-2144
Courriel: info@sabastlaurent.com

Hébergement :

Maison J. Arthur Desjardins
11, rue d'Amours
Matane (Québec) G4W 2X3
Téléphone : (418) 562-2110
Courriel : maisonjadesj@sabastlaurent.com

Mission de la Société Alzheimer du Bas-Saint-Laurent

La Société Alzheimer du Bas-Saint-Laurent a pour mission de soutenir et d'accompagner les personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer ou autres troubles neurocognitifs ainsi que leurs familles, afin qu'elles puissent vivre dans la plus grande dignité possible.

Philosophie d'intervention

La SABSL s'inspire de la philosophie Carpe Diem et centre ses interventions sur la personne, en mettant l'accent sur ses capacités et en faisant vivre à la personne atteinte de la maladie d'Alzheimer, le moment présent.

Offre de services

Des services sont offerts aux personnes atteintes, aux familles, aux proches aidants et à la population.

Accueil, orientation et référence
Information
Formation
Stimulation à domicile

Centre de jour
Répit pour les proches aidants
Hébergement

Réponse du mot mystère : **Mailloux**

Réponse : Jeu de la citation secrète : Le degré de maturité d'une société se mesure à la manière dont elle traite ses poètes.

Sudoku 10

4	2	5	8	3	6	9	1	7
8	7	9	1	4	5	2	3	6
3	1	6	7	2	9	5	8	4
9	6	3	2	5	7	8	4	1
5	4	7	9	1	8	3	6	2
1	8	2	3	6	4	7	5	9
2	9	4	6	8	3	1	7	5
7	5	8	4	9	1	6	2	3
6	3	1	5	7	2	4	9	8