

## Inscriptions en cours : **Groupes de soutien pour proches aidants à Saint-Rémi, Richelieu, Chambly, Saint-Jean- sur-Richelieu et sur Teams!**

**Saint-Jean-sur-Richelieu, le 12 décembre 2023** — Un de vos proches vient de recevoir un diagnostic de la maladie d'Alzheimer ou d'un trouble neurocognitif? Sachez que la période d'inscription des groupes de soutien de la Société Alzheimer du Haut-Richelieu (SAHR) est commencée. Nos groupes, qui réunissent des proches aidants d'une personne atteinte de la maladie d'Alzheimer ou d'un trouble neurocognitif, se tiendront cet hiver à Saint-Rémi, Richelieu, Chambly et à Saint-Jean-sur-Richelieu. Un groupe en mode virtuel sur Teams sera également offert.

Les personnes proches aidantes visées pourront se réunir une fois par semaine, pendant huit semaines consécutives, selon l'horaire\* suivant :

<b>Sur Teams</b>	Les mardis à 19h00	du 9 janvier au 27 février
<b>Richelieu</b>	Les mercredis à 19h00	du 10 janvier au 28 février
<b>Saint-Jean-sur-Richelieu</b>	Les mardis à 13h30 ou à 19h00	du 9 janvier au 27 février
	Les mardis à 13h30 ou à 19h00	du 5 mars au 23 avril
	Les mercredis à 13h30 ou à 19h00	du 6 mars au 24 avril
<b>Saint-Rémi</b>	Les mardis à 13h30	du 5 mars au 23 avril
<b>Chambly</b>	Les mercredis à 13h30	du 6 mars au 24 avril



Dirigés par une formatrice qualifiée, les groupes de soutien de la SAHR aident à mieux comprendre la maladie, les comportements qu'elle provoque et à savoir comment y réagir. Ils permettent aussi aux personnes proches aidantes de discuter de leur quotidien, d'approfondir leurs connaissances, d'améliorer leur qualité de vie et celle de leur proche.



Que vous soyez la conjointe, l'enfant ou un ami de la famille d'une personne atteinte, vous recevrez des informations pertinentes sur l'évolution de la maladie, la communication avec la personne atteinte et les médicaments disponibles. Le passage en hébergement, la gestion du stress et de la culpabilité de l'aidant et les ressources disponibles sont d'autres aspects abordés.

## Témoignages d'anciens participants :

- « Les échanges avec les autres participants sont très rassurants... les proches aidants se rendent vite compte qu'ils ne sont pas seuls et que tous vivent des situations similaires. »
- Je suis maintenant mieux « équipée » pour faire face à la maladie cognitive... je n'y connaissais pas grand-chose! »
- « Formation très agréable que tous devraient suivre, surtout avant que le proche aidant ne soit dépassé par les événements. »

Pour vous inscrire, communiquez avec Myriam Larose au 450 347-5500, poste 212 ou à [agsoutien@sahr.ca](mailto:agsoutien@sahr.ca). Les groupes de soutien sont offerts gratuitement aux personnes disposant d'une carte de membre valide. Cette dernière est disponible à la SAHR au coût de 35 \$ par année ou de 150 \$ à vie.



L'activité est présentée grâce au soutien financier de l'organisme l'Appui pour les proches aidants.

## Quelques statistiques régionales

En 2040, nous pouvons estimer qu'environ 6 400 personnes de la MRC-du-Roussillon seront atteintes d'Alzheimer ou d'un trouble neurocognitif majeur, soit le double de personnes atteintes par rapport à celles d'aujourd'hui. En 2050, nous prévoyons une augmentation de 145%. Cela pourrait être vous ou un de vos proches. Le besoin en soins sera de plus en plus criant et les organismes qui favorisent le maintien à domicile joueront un rôle crucial dans le système de santé au Québec.

Selon l'Appui pour les proches aidants, un adulte sur trois est proche aidant. C'est donc dire que 43 000 personnes, sur le seul territoire de la MRC tiennent ce rôle auprès d'un proche, d'un ami ou d'un voisin. D'entre eux, 5 200 personnes soutiendraient une personne atteinte d'un trouble neurocognitif.



# Société Alzheimer

HAUT-RICHELIEU

La SAHR est le premier lien pour outiller les proches aidants de personnes atteintes d'Alzheimer ou de troubles apparentés. Notre personnel est spécialement formé pour répondre aux besoins spécifiques et aux défis qui accompagnent la maladie.

Membre de la Fédération québécoise des Sociétés Alzheimer, la SAHR a pour mission d'apporter aide et soutien aux proches aidants ainsi qu'aux personnes aux prises avec la maladie d'Alzheimer ou autres troubles neurocognitifs et leur offrir des moyens et des outils de manière à prévenir leur déconditionnement. Depuis 1989, la SAHR soutient les familles du secteur du Haut-Richelieu.

\*Les lieux seront confirmés lors de l'inscription.

— 30 —

Mireille Lallier

Rédactrice

Téléphone : 450 347-5500, poste 215

Courriel : [redaction@sahr.ca](mailto:redaction@sahr.ca)

[www.sahr.ca](http://www.sahr.ca) | [Facebook](#) | [LinkedIn](#)



SOCIÉTÉ ALZHEIMER HAUT-RICHELIEU  
740, 2<sup>e</sup> Rue, Saint-Jean-sur-Richelieu (Québec) J2X 3H5  
Tél. : 450 347-5500 • Sans frais : 514 990-8262  
Site internet : [www.sahr.ca](http://www.sahr.ca) • Courriel : [info@sahr.ca](mailto:info@sahr.ca)  
Numéro d'organisme de charité : 88677 0353 RR0001