

## Répétition et stimulation aux centres d'activités

Les activités de répétition et de stimulation offertes aux centres d'activités permettent d'agir sur les conséquences physiques, cognitives et sociales des personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer. Encadrées par des animatrices formées à cet effet, différentes activités ludiques sont proposées chaque semaine.

### Saint-Jean-sur-Richelieu

Les lundis, jeudis et vendredis de 13h00 à 16h00

Les mardis et mercredis de 10h00 à 16h00

### Richelieu

Les lundis de 9h30 à 15h30

Les vendredis de 9h30 à 15h30

### Saint-Bernard-de-Lacolle

Les mardis de 9h30 à 15h30

### Tarifs des centres d'activités sur présentation de la carte de membre

- Demi-journée (3h) – une collation incluse : **15\$**
- Journée complète (6h) – dîner et deux collations incluses : **30\$**

### INSCRIPTIONS OBLIGATOIRES pour toutes nos activités

Les lieux seront confirmés lors de l'inscription.

La carte de membre de la SAHR doit être valide la journée de l'activité.

Celle-ci est disponible au coût de 35\$/année ou de 150\$ à vie.

### Répétition et stimulation aux centres d'activités

Katheryne Pinsonnault, coordonnatrice des centres répétition et stimulation

☎ 450 347-5500, poste 216

✉ coordo.activites@sahr.ca

### Conférences, ateliers, webinaires, groupes de soutien et cafés-rencontres

Myriam Larose, agente aux programmes et services de soutien

☎ 450 347-5500, poste 212

✉ agsoutien@sahr.ca

### POUR CONNAÎTRE LES AUTRES SERVICES DE LA SAHR:

Société Alzheimer  
HAUT-RICHELIEU

☎ 450 347-5500

🌐 [www.sahr.ca](http://www.sahr.ca)

740, 2e Rue, Saint-Jean-sur-Richelieu  
(QC)J2X 3H5

✉ [info@sahr.ca](mailto:info@sahr.ca)

📘 [Société Alzheimer du Haut-Richelieu](#)



Programmation  
Hiver 2024

Société Alzheimer  
HAUT-RICHELIEU

# Conférences, ateliers et webinaires



Les conférences et les ateliers de la SAHR sont présentés grâce au soutien financier de l'Appui pour les proches aidants.

## WEBINAIRE

Gratuit /membre  
20\$/non-membre

### Les aînés et la fiscalité

Judi 11 janvier 2024 à 13h30  
Par Revenu Québec

REVENU  
QUÉBEC



### Séance d'information à l'intention des personnes proches aidantes

Judi 18 janvier 2024 à 19h00  
Par l'Agence du Revenu Canada

## WEBINAIRE

Gratuit /membre  
20\$/non-membre

## WEBINAIRE

Gratuit /membre  
20\$/non-membre

### Crédit d'impôt pour le maintien à domicile

Judi 15 février 2024 à 13h30  
Par Revenu Québec

REVENU  
QUÉBEC



REVENU  
QUÉBEC



### Crédits d'impôt remboursables pour personnes aidantes

Judi 7 mars 2024 à 13h30  
Par Revenu Québec

## WEBINAIRE

Gratuit /membre  
20\$/non-membre

## CONFÉRENCE

Gratuit /membre  
20\$/non-membre

### Les testaments

Judi 7 mars 2024 à 19h00  
Par Me Lynda Martineau, notaire



### L'acceptation du diagnostic de mon proche

Judi 14 mars 2024 à 13h30  
Par Jessica Gouin

## ATELIER

Gratuit /membre  
20\$/non-membre

## Cafés-rencontres

L'activité permet aux personnes proches aidantes de partager leur vécu, de s'entraider et de briser l'isolement. Animées par des formatrices qualifiées, les rencontres ont lieu à Saint-Jean-sur-Richelieu, à même les locaux de la SAHR. Des cafés-rencontres pour personnes atteintes en phase précoce sont offerts sur demande.

### Dates des prochaines rencontres

- Lundi 29 janvier à 14h OU à 19h
- Lundi 26 février à 14 h OU à 19h
- Lundi 25 mars à 14 h OU à 19h
- Lundi 29 avril à 14 h OU à 19h



# Groupes de soutien pour personnes proches aidantes

(durée de 8 semaines)



Dirigés par des formatrices qualifiées, les groupes de soutien permettent aux personnes proches aidantes de discuter de leur quotidien, d'approfondir leurs connaissances, d'améliorer leur qualité de vie et de mieux comprendre la maladie. Les rencontres se déroulent sur huit semaines consécutives à raison de deux heures par séance.

## Saint-Jean-sur-Richelieu

Les mardis du 9 janvier au 27 février à 13h30 ou à 19h00  
Les mardis du 5 mars au 23 avril à 13h30 ou à 19h00  
Les mercredis du 6 mars au 24 avril à 13h30 ou à 19h00

## En mode virtuel (TEAMS)

Les mardis du 9 janvier au 27 février à 19h00

## À Richelieu

Les mercredis du 10 janvier au 28 février à 19h00

## À Saint-Rémi

Les mardis du 5 mars au 23 avril à 13h30

## À Chambly

Les mercredis du 6 mars au 24 avril à 13h30

## Groupes de soutien pour personnes endeuillées



Vous avez perdu un proche qui était atteint d'Alzheimer ou d'un trouble neurocognitif? Nous pouvons vous guider à travers votre deuil.

## Atelier de réflexion Quel est mon rôle?



Vous accompagnez quelqu'un dans ses rendez-vous, ses tâches quotidiennes, ses soins, ses finances... Nous vous aiderons à cerner où vous vous situez dans cette situation.

Informez-vous à [agsoutien@sahr.ca](mailto:agsoutien@sahr.ca) ou 450 347-5500, poste 212

Ces services sont accessibles sur présentation de votre carte de membre. Détails sur [www.sahr.ca](http://www.sahr.ca) ou au 450 347-5500.