

INFOLETTRE

JANVIER 2013	
Dans ce numéro :	
Forum régional	1
Infolettre	1
Alzheimer	2
SACDQ	4
Ligne info-aidant	5
1er appel de projets	5
Écrivez-nous!	6



La proche aidance, au cœur de nos priorités!

Le 15 novembre dernier, à Victoriaville, a eu lieu le premier forum régional sur le **développement de l'offre de services pour les personnes proches aidantes d'ânés**. L'objectif de cette rencontre était d'alimenter les discussions sur les services offerts aux proches aidants et leur donner la parole afin qu'ils puissent s'exprimer sur leur réalité dans le but de pouvoir répondre éventuellement aux besoins non comblés.

Le **succès** de cette journée fut assuré par la participation des **personnes proches aidantes**, soit **42 % des participants** du forum, qui ont su mettre à profit leur expertise ainsi qu'à la précieuse collaboration des différents intervenants et organismes œuvrant sur le terrain.

On peut affirmer que grâce aux intervenants et à l'implication des personnes proches aidantes d'ânés, **les choses bougent en région!** On remarque que de nouveaux services et quelques projets prennent forme dans le but d'améliorer la qualité de vie de nos aidants centricois. Nous vous invitons à suivre ces développements tout au courant de l'année 2013!

Félicitations à tous et toutes pour votre implication et votre mobilisation à la cause des personnes proches aidantes!



Une idée qui suit son cours...

Vous avez été nombreux à soulever l'idée d'avoir un mécanisme de communication efficace, permettant de diffuser l'information au niveau locale et régionale, s'adressant autant au grand public qu'aux partenaires. Dans l'objectif de poursuivre et encourager la **concertation** et la **mobilisation**, une infolettre a été mise sur pied. Elle permettra de diffuser les informations sur les différentes ressources, les nouveaux services et le développement en matière de proche aidance.

Elle vous tiendra informer de ce qui se passe dans votre localité au gré des saisons. **Bonne lecture !**

En janvier.... Parlons de l'Alzheimer!

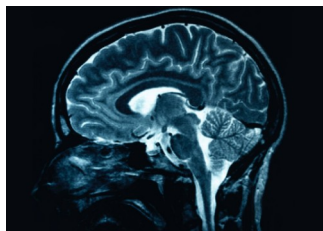
Quelques statistiques...

Au **Canada**, en 2011, **747 000** personnes étaient atteintes de troubles cognitifs, ainsi que la maladie d'Alzheimer et des maladies apparentées. Ce chiffre représente 14,9 % des Canadiens qui sont âgés au moins de 65 ans. D'ici à 2031, ce chiffre augmentera à **1,4 million**.¹

Au **Québec**, en 2009, c'est près de **120 000** personnes qui sont atteintes de la maladie. D'ici 25 ans, ce chiffre dépassera le cap des **260 000** dans la province.²

Les personnes proches aidantes (familles, amis) assument environ **80 %** des soins à domicile requis par les aînés. Plus de **35 %** des aidants sont âgés de plus de 70 ans.²

Au **Centre-du-Québec**, on estimerait **au-delà de 2 000 personnes qui en serait atteintes**.³



Sources :

¹ www.alzheimer.ca

² www.societealzheimerdequebec.com

³ www.alzheimer-centre-du-quebec.org

Saviez-vous que le mois de janvier est le mois de la sensibilisation à la maladie d'Alzheimer?

Qui a découvert la maladie d'Alzheimer?

En **1901**, Alois Alzheimer, **neuropsychiatre allemand**, reçoit une **femme âgée de 51 ans**, présentant des symptômes tels que difficultés de mémoire et de compréhension, aphasie, désorientation et des comportements incohérents.

Suite au décès de la dame, en 1905, Alois pratiqua une autopsie du cerveau de sa patiente. C'est ainsi qu'en **1906**, devant un congrès, il présenta ses découvertes, qui furent le **début des recherches sur cette maladie**.

En 1906, ce fut la première fois qu'Alois Alzheimer présentait l'affection progressive du cerveau, qu'on nomma plus tard, la maladie d'Alzheimer.

Qu'est-ce que la maladie d'Alzheimer?

L'Alzheimer est une maladie progressive, dégénérative et irréversible, qui détruit les cellules du cerveau.

Les **signes précurseurs** que l'on peut observer :

- Pertes de mémoire qui nuisent aux activités quotidiennes
- Difficultés à exécuter les tâches familières
- Problèmes de langage
- Désorientation dans l'espace et dans le temps
- Jugement amoindri
- Difficultés face aux notions abstraites
- Objets égarés
- Changements d'humeur ou de comportement
- Changements dans la personnalité
- Perte d'intérêt

Source : www.alzheimer.ca

Mythes et réalités sur la maladie d'Alzheimer

J'aurai un jour la maladie d'Alzheimer parce qu'un membre de ma famille en est atteint.

Réalité : Bien que l'hérédité joue un rôle, de 5 à 7 % seulement des cas de maladie d'Alzheimer sont liés aux gènes qui causent la forme familiale de la maladie d'Alzheimer.

Les gènes jouent également un rôle dans la forme sporadique ou d'apparition tardive de la maladie, qui est la forme la plus répandue.

Cependant, le fait d'avoir un père ou une mère, un frère ou une sœur atteints de la maladie d'Alzheimer, n'accroît que très légèrement les risques de développer également la maladie.

Toutes les personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer deviennent violentes et agressives.

Réalité : La maladie d'Alzheimer affecte chaque personne de manière différente, et les personnes atteintes ne deviennent pas toutes agressives. La perte de mémoire et la confusion sont souvent frustrantes, voire effrayantes.

En se renseignant sur la maladie, en aménageant l'environnement physique de la personne et en modifiant notre façon de communiquer avec elle, on peut éviter les éventuelles réactions hostiles.

Source : www.alzheimer.ca

Les personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer ne peuvent pas comprendre ce qui se passe autour d'elles.

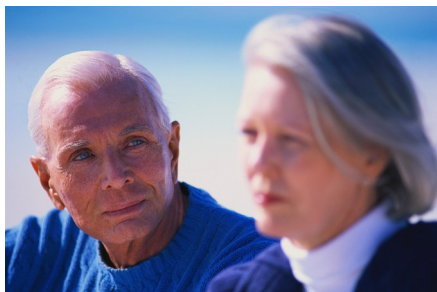
Réalité : De nombreuses personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer comprennent ce qui se passe autour d'elles. D'autres sont dépassées par les difficultés.

Bien sûr, la maladie d'Alzheimer affecte la capacité à communiquer avec les autres et à comprendre le monde environnant, bien que chaque personne soit affectée différemment.

La personne atteinte de la maladie d'Alzheimer est toujours la même personne et elle doit être traitée avec dignité et respect.

Comment communiquer avec une personnes atteinte de la maladie d'Alzheimer?

L'évolution de la maladie d'Alzheimer vient toucher les moyens d'expression et la compréhension de la personne qui en est atteinte, ce qui a pour effet de rendre la communication de plus en plus difficile avec son entourage.



Source : www.alzheimer.ca

Voici quelques conseils pour faciliter la communication.

- Se regarder droit dans les yeux et être à la même hauteur (par exemple, s'asseoir à côté de la personne) démontre l'intérêt réciproque que l'on se porte et permet de capter son attention.
- Parler calmement, utilisez des mots simples et des phrases courtes qui n'expriment qu'une seule idée à la fois. Vous pouvez changer la tournure de votre phrase, et accompagnez vos paroles de gestes ou de mimiques afin d'en faciliter la compréhension.
- Si votre proche a du mal à s'exprimer ou tient des propos incohérents, soyez patient et ne lui coupez pas la parole. Dépendamment de chaque personne, certains accepteront votre aide pour les aider à exprimer leurs pensées. Ne cherchez pas la confrontation, et n'insistez pas à corriger ses dires, même s'ils sont erronés.

Pour obtenir plus d'informations, vous pouvez communiquer avec la Société d'Alzheimer du Centre-du-Québec, ou encore visiter lappuicdq.org, à la section Être aidant.

La Société d'Alzheimer du Centre-du-Québec

La Société d'Alzheimer fut incorporée en 1995.

Cet organisme sans but lucratif a pour mission d'aider et soutenir les personnes centricaises atteintes de la maladie d'Alzheimer ainsi que leurs proches aidants.

La Société d'Alzheimer offre, par sa Maison Myosotis, un lieu adapté aux personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer en favorisant le répit des proches aidants.

Une entente a été signée sur chaque territoire de CSSS de la région **afin d'offrir du répit** aux proches aidants, offert par des personnes formées par la Société d'Alzheimer.

N'hésitez à communiquer avec la Société d'Alzheimer du Centre-du-Québec pour plus d'informations.

Pour joindre la Société Alzheimer du Centre-du-Québec :

880 rue Coté, Drummondville

Tél. : **1 866 364-3666**

www.alzheimer-centre-du-quebec.org



Les services offerts

- Information sur la maladie
- Centre de documentation sur la maladie
- Rencontres individuelles et familiales
- Écoute téléphonique
- Accompagnement à domicile
- Centre de jour
- Maison Myosotis : pour de l'hébergement de courte et longue durée
- Conférences
- Formation des bénévoles
- Promotion du programme national Sécu-retour
- Milieu de stage

Pour plus d'informations...



Saviez-vous qu'il existe un répertoire de livres pour expliquer la maladie d'Alzheimer aux enfants?

Cette liste est disponible sur le site de la Société Alzheimer Canada, ou auprès de votre Société Alzheimer du Centre-du-Québec.

Suggestions de livres

- L'ABC de la maladie d'Alzheimer, Sophie Éthier (gérontologue)
- La maladie d'Alzheimer - le guide, Dr. Serge Gauthier
- Le mystère Alzheimer, Marie Gendron (docteur en gérontologie)

Site internet

- Société Alzheimer Canada
www.alzheimer.ca
- Société Alzheimer du Québec
www.alzheimerquebec.ca
- Passeport santé
www.passeportsante.net

Des nouvelles de l'Appui Centre-du-Québec

La ligne info-aidant est maintenant disponible au Centre-du-Québec!

Depuis novembre dernier, l'Appui Centre-du-Québec a lancé la ligne info-aidant permettant aux aidants d'ânés de bénéficier d'un service d'orientation humain et personnalisé.

La création de ce service répond à un besoin exprimé par les personnes proches aidantes d'ânés.

L'objectif de cette ligne est d'accompagner et de soutenir les personnes proches aidantes d'ânés dans leurs démarches, dès le début et tout au long de leur parcours, en plus de les référer vers les ressources de leur communauté.

LIGNE INFO-AIDANT
1 855 852-7798



**L'Appui Centre-du-Québec
lance son premier appel
de projets!**

Suite au forum régional du 15 novembre dernier, l'Appui Centre-du-Québec a recueilli les demandes des proches aidants afin d'orienter ses appels de projets.

Le premier appel de projet servira à financer des services d'information, de formation et de soutien psychologique.

**Vous avez jusqu'au 28 février 2013 pour
déposer votre demande.**

Si vous désirez davantage d'informations vous pouvez rejoindre **France Côté**, directrice générale au **819 293-6309**.

Consulter notre site Internet pour plus d'information sur la trousse d'appels de projets.

**L'infolettre se veut être un moyen de communication régionale concernant
la proche aidance d'aîné au Centre-du-Québec.**

Faites-nous part de vos commentaires et suggestions afin d'améliorer la diffusion des informations, ainsi que le contenu et les renseignements que vous aimeriez connaître.

- Vous développez un nouveau service?
- Vous organisez un événement ou une activité?
- Vous désirez en savoir davantage sur une ressource, un sujet ou autre?

N'oubliez pas de nous contacter pour les mises à jour de votre onglet dans
notre répertoire des ressources.

Écrivez-nous à lappuicdq@sogetel.net



L'APPU
CENTRE-DU-QUÉBEC

POUR
LES PROCHES
AIDANTS



Pour nous joindre :



INFO-AIDANT : 1 855 852-7798

Lundi au vendredi 8 h à 16 h

700 boulevard Louis-Fréchette, Nicolet

Tél. : 819 293-6309

lappuicdq@sogetel.net

Visitez-nous au www.lappuicdq.org