



ÉDITION
2026

MALADIE D'ALZHEIMER

ET MALADIES APPARENTÉES

DE L'INFORMATION EN SANTÉ DE QUALITÉ SÉLECTIONNÉE PAR VOS BIBLIOTHÈQUES

 **Biblio-
Santé**



Bien s'informer, mieux vivre.

À PROPOS

Biblio-Santé est un programme de l'Association des bibliothèques publiques du Québec, qui regroupe les bibliothèques publiques québécoises. L'ABPQ est constituée de 337 bibliothèques publiques et Réseaux BIBLIO membres. Biblio-Santé est disponible dans plus de 600 bibliothèques publiques et de santé partout au Québec. Pour vérifier si votre bibliothèque participe au programme, consultez notre site Web.

REMERCIEMENTS

Biblio-Santé est une initiative des bibliothèques de Charlemagne, L'Assomption et Repentigny qui a d'abord vu le jour sous le nom de Biblio-Aidants. L'Association des bibliothèques publiques du Québec tient à remercier ces trois villes de lui avoir permis d'étendre le programme au reste du Québec en cédant leurs droits d'auteur.

COORDINATION – ASSOCIATION DES BIBLIOTHÈQUES PUBLIQUES DU QUÉBEC

Gabrielle C. Beaulieu, chargée de projet

RECHERCHE BIBLIOGRAPHIQUE

Audrey Scott, bibliothécaire de soutien

RÉVISION DE CONTENU ET LINGUISTIQUE

Audrey Scott, bibliothécaire de soutien
Gabrielle C. Beaulieu, chargée de projet

MISE EN PAGE ET GRAPHISME

Steve Poutré DGA

VISITEZ NOTRE SITE WEB

Vous y trouverez tous les cahiers Biblio-Santé et des informations complémentaires.

bibliosante.ca

Toutes les données informatives suggérées précédemment ne peuvent remplacer un diagnostic ou un examen médical par un médecin ou un professionnel de la santé qualifié. Le contenu de ce cahier a été vérifié au printemps 2026 et sera mis à jour annuellement.

Le slogan *Bien s'informer, mieux vivre.*® est enregistré au Registre canadien des droits d'auteur.

© 2026 Association des bibliothèques publiques du Québec
Dépôt légal – Bibliothèques et Archives nationales du Québec, 2026
ISBN 978-2-925575-17-7

Association des bibliothèques publiques du Québec
1453, rue Beaubien Est, bureau 215, Montréal (Québec) H2G 3C6
info@abpq.ca | www.abpq.ca

TABLE DES MATIÈRES

RÉPERTOIRE DES RESSOURCES

ORGANISMES ET ASSOCIATIONS	8
Général	8
RESSOURCES WEB	10
Général	11
PORTAILS D'INFORMATION DE SANTÉ	14
BASES DE DONNÉES EN SANTÉ	15
Bases de données en libre accès	15
Bases de données avec accès réservé aux abonnés	16

SUGGESTIONS DE LECTURE

DOCUMENTAIRES	20
Ouvrages généraux	20
Accompagnement d'un proche	23
RÉCITS DE VIE, BIOGRAPHIES ET TÉMOIGNAGES	30
ROMANS	38
BANDES DESSINÉES	45
OUVRAGES JEUNESSE	47

SUGGESTIONS DE FILMS, SÉRIES ET ÉMISSIONS

FICTION	64
DOCUMENTAIRES	68
Général	68

PRENDRE PART À SES SOINS DE SANTÉ

ORGANISMES ET ASSOCIATIONS	73
Général	73
Information juridique	74
RESSOURCES WEB	77
Général	77
Information juridique	83
SUGGESTIONS DE LECTURE	84

COMMENT SÉLECTIONNONS-NOUS L'INFORMATION ?

Chaque document ajouté aux cahiers Biblio-Santé est évalué avec impartialité, selon les pratiques bibliothéconomiques en vigueur dans les bibliothèques publiques et en s'appuyant sur de nombreux critères généraux de sélection.

D'abord, les cahiers sont développés de manière à répondre prioritairement aux besoins et intérêts des usagers du système de santé ainsi que des proches aidants. Chaque titre est évalué selon la pertinence et la qualité du contenu en regard d'une clientèle grand public, en contexte québécois. À valeur égale, les ouvrages québécois sont toujours favorisés. La crédibilité et la notoriété de l'auteur, du créateur, de l'illustrateur, de l'éditeur ou du producteur sont aussi d'une grande importance. De plus, une attention particulière est portée à l'actualité et la pérennité du sujet ainsi qu'à l'exactitude des informations diffusées.

En ce qui a trait spécifiquement aux documentaires, les ouvrages écrits par des professionnels de la santé (médecins, infirmiers, ergothérapeutes, psychologues, etc.) sont privilégiés. Toutefois, les titres qui s'appuient sur le savoir profane ou expérientiel ne sont pas rejetés d'emblée, surtout lorsque ceux-ci traitent de l'accompagnement d'un proche.

Finalement, chaque cahier est considéré dans sa globalité pour respecter la diversité des sujets couverts et assurer l'équilibre des points de vue exprimés. Pour en savoir plus sur les critères de sélection Biblio-Santé, visitez le bibliosante.ca/criteres



**PROCHES
AIDANTS**

CAHIER PROCHES AIDANTS

Ce cahier est complémentaire à tous les cahiers du programme Biblio-Santé. Il met en valeur les ressources utiles pour soutenir les proches aidants.

AUTRES CAHIERS DISPONIBLES



**AÎNÉS ET
VIEILLISSEMENT**



CANCER



**DÉFICIENCE
INTELLECTUELLE**



DEUIL



DIABÈTE



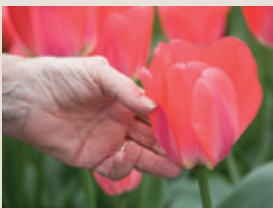
**DOULEUR
CHRONIQUE**



**INCAPACITÉS
PHYSIQUES**



**MALADIE
D'ALZHEIMER**



**MALADIE
DE PARKINSON**



**MALADIES
DU CŒUR**



**MALADIES
PULMONAIRES**



**SANTÉ
MENTALE**



**SCLÉROSE
EN PLAQUES**



**SOINS DE
FIN DE VIE**



**TROUBLES
DU SPECTRE
DE L'AUTISME**

À PROPOS DE LA THÉMATIQUE

Que vous soyez vous-même atteint(e) de la maladie d'Alzheimer ou que votre parent ou proche le soit, il est important de trouver un soutien personnalisé et bienveillant. Et il en existe.

Ce cahier a été spécialement conçu pour les personnes vivant avec la maladie d'Alzheimer et pour leurs proches. Il rassemble plusieurs ressources fiables disponibles au Québec au sujet, par exemple, de la maladie elle-même afin de mieux la comprendre, de la communication avec un proche atteint, de l'accompagnement et du soutien pour les proches-aidants.

Organismes et associations de soutien, sites Internet de confiance, suggestions de lectures sous forme de romans, d'essais ou de bande-dessinées, films, récits de vie inspirants, etc. Certains livres suggérés sont disponibles en format audio ou numérique sur la plateforme prenumerique.ca.

Nous vous souhaitons de belles découvertes.

Les textes descriptifs des cahiers Biblio-Santé ont été produits en collaboration avec la Bibliothèque et le Centre de littératie en santé du Centre Hospitalier de l'Université de Montréal.



RÉPERTOIRE DES RESSOURCES

ORGANISMES ET ASSOCIATIONS

Général

BALUCHON ALZHEIMER

Téléphone 514 762-2667
Téléphone sans frais 1 855 762-2930
Site Web <https://www.baluchonrepit.com/>

Un service de répit à coût abordable pour les familles dont un des proches est atteint de la maladie d'Alzheimer. Pour une durée de 4 à 14 jours (24 heures par jour), une personne accompagnatrice expérimentée demeure à domicile avec l'aidé pendant que son aidant peut, en toute confiance, aller se ressourcer à l'extérieur.

CLINIQUE MÉMOIRE

Téléphone 1 855 777-4073
Site Web <https://cliniquememoire.ca/>

La Clinique Mémoire accompagne les personnes de 50 ans et plus ayant des inquiétudes quant aux troubles de mémoire afin de favoriser une détection précoce. Elle offre également aux personnes touchées par la maladie d'Alzheimer un soutien supplémentaire, comme l'accès à des programmes de recherche.

FÉDÉRATION QUÉBÉCOISE DES SOCIÉTÉS ALZHEIMER

Téléphone 514 369-7891
Téléphone sans frais 1 844 320-9722
Site Web www.alzheimer.ca/fr/federationquebecoise

La Fédération regroupe 20 sociétés Alzheimer régionales situées partout au Québec. Les sociétés régionales offrent des services d'écoute téléphonique, des rencontres individuelles et familiales, du soutien psychosocial et des groupes de soutien pour les proches aidants. Vous trouverez leurs coordonnées sur le site Web de la Fédération.

L'APPUI POUR LES PROCHES AIDANTS

Téléphone 514 789-2460
**Téléphone sans frais
(Service Info-Aidant)** 1 855 852-7784
Site Web www.lappui.org

Présent dans chacune des 17 régions du Québec, l'Appui travaille étroitement avec les organismes locaux pour élargir l'offre de services disponibles pour les proches aidants. Sa mission : contribuer à améliorer leur qualité de vie ! L'Appui, c'est aussi Info-aidant, un service confidentiel et gratuit disponible au 1 855 852-7784 ou à info-aidant@lappui.org. Des conseillers spécialisés sont là pour vous écouter, vous informer et vous orienter vers les ressources disponibles près de chez vous et adaptées à vos besoins. Le site Web de l'Appui propose également une foule de renseignements, de conseils et de ressources pour les proches aidants et leur entourage. Vous y retrouverez notamment un répertoire dans lequel vous pourrez rechercher des ressources (répit, transport, aide à domicile, etc.) selon vos besoins et votre région.

PROCHE AIDANCE QUÉBEC

Téléphone 514 524-1959
Site Web <https://procheaidance.quebec/>

Proche aideance Québec regroupe 124 organismes communautaires dont la mission est d'améliorer les conditions de vie des proches aidants. Vous trouverez la liste complète des organismes par région sur le site Web de Proche aideance.

SOCIÉTÉ ALZHEIMER DU CANADA

Téléphone 416 488-8772
Site Web www.alzheimer.ca/fr

La Société Alzheimer est le principal organisme de santé national sans but lucratif qui a pour mission d'améliorer la qualité de la vie des Canadiens et Canadiennes touchés par la maladie d'Alzheimer et d'appuyer la recherche. La Société est représentée dans toutes les provinces et comporte plus de 150 sociétés locales dans l'ensemble du pays. Son site Web présente de nombreux conseils destinés aux familles de gens atteints de la maladie.

RESSOURCES WEB

Quelques pistes pour développer une lecture critique de l'information repérée sur le Web

LE OU LES AUTEURS DE LA SOURCE D'INFORMATION

- Qui a créé le site repéré ?
- Est-il possible d'obtenir de l'information sur l'auteur ou sur le propriétaire du site ?
- S'agit-il d'un site gouvernemental, universitaire ou d'un organisme reconnu ?

LA QUALITÉ DE LA SOURCE D'INFORMATION

- Quel est l'objectif poursuivi (informer ou vendre) ?
- Est-ce que les sources sont citées ?
- Existe-t-il des liens vers des sources similaires (pour vérifier l'exactitude et l'objectivité de l'information) ?
- Quelle est la fréquence de mise à jour de l'information ?

Gardez l'œil ouvert ! L'information se partage très vite, et les fausses nouvelles aussi. Il ne faut pas toujours se fier au contenu partagé en ligne, surtout sur les réseaux sociaux. Vous risquez d'y trouver des articles où l'information est fautive ou exagérée. Il est donc important de vérifier la qualité d'une information avant de la croire et de la partager.

Général

ASSOCIATION QUÉBÉCOISE DES NEUROPSYCHOLOGUES - DÉMYSTIFIER LA MALADIE D'ALZHEIMER

<https://aqnp.ca/documentation/degeneratif/maladie-d-alzheimer/>

Cette page fournit des réponses à plusieurs questions sur la maladie d'Alzheimer. Comment diagnostique-t-on la maladie? Peut-on la prévenir et la traiter? Quel est le rôle du neuropsychologue dans le diagnostic et la prise en charge des personnes atteintes?

FONDS DE PARTENARIAT SUR LA MALADIE D'ALZHEIMER ET LES AFFECTIONS CONNEXES – « SOUTENIR LES PROCHES AIDANTS »

http://publications.msss.gouv.qc.ca/msss/fichiers/2004/04_rapfonds.pdf

Ce document pour les intervenants et les proches aidants propose des réflexions tirées d'expériences de répit, de formation et de soutien.

ORDRE DES INFIRMIÈRES ET INFIRMIERS DU QUÉBEC – TROUBLES NEUROCOGNITIFS – LE DEUIL BLANC - UNE RESSOURCE POUR LES PERSONNES ET LES FAMILLES

https://alzheimer.ca/sites/default/files/documents/le-deuil-blanc_pour-les-personnes-atteintes-de-l-alzheimer-ou-d-une-maladie-apparentee.pdf

Informations sur le deuil blanc : le deuil que l'on fait d'une personne qui n'est pas morte mais qui peu à peu, perd ses capacités mentales.

PASSEPORTSANTÉ.NET

Alzheimer : des conseils pour les proches

www.passeportsante.net/fr/Actualites/Dossiers/DossierComplexe.aspx?doc=alzheimer-conseils-proches

La maladie d'Alzheimer et toutes les maladies apparentées sont lourdes de conséquences pour les proches. Prendre soin d'une personne qui en est atteinte demande du temps, de la patience, de la disponibilité, de l'énergie, mais aussi des connaissances. Cette page vous livre huit grands conseils pour vous rendre la vie plus facile.

Dossier « maladie d'Alzheimer »

www.passeportsante.net/fr/Maux/Problemes/Fiche.aspx?doc=alzheimer_pm

Fiche complète d'informations fiables sur la maladie d'Alzheimer : les symptômes, les traitements médicaux, les approches complémentaires, etc.

REVENU QUÉBEC – CRÉDITS D'IMPÔT

Ce site fournit de l'information à propos de divers crédits d'impôts ainsi que de soutien financier.

Crédit d'impôt pour frais médicaux

<https://www.revenuquebec.ca/fr/citoyens/credits-dimpot/credit-dimpot-pour-frais-medicaux/>

Crédit d'impôt pour frais pour soins médicaux non dispensés dans votre région

<https://www.revenuquebec.ca/fr/citoyens/credits-dimpot/frais-pour-soins-medicaux-non-dispenses-dans-votre-region/>

Crédit d'impôt pour personne aidante

<https://www.revenuquebec.ca/fr/citoyens/credits-dimpot/credit-dimpot-pour-personne-aidante/>

Crédits d'impôt relatifs à la prime au travail

<https://www.revenuquebec.ca/fr/citoyens/credits-dimpot/credits-dimpot-relatifs-a-la-prime-au-travail/>

Montant pour autres personnes à charge

<https://www.revenuquebec.ca/fr/citoyens/credits-dimpot/montant-pour-autres-personnes-a-charge/>

Montant pour déficience grave et prolongée des fonctions mentales ou physiques

<https://www.revenuquebec.ca/fr/citoyens/credits-dimpot/montant-pour-deficience-grave-et-prolongee-des-fonctions-mentales-ou-physiques/>

Personne handicapée

<https://www.revenuquebec.ca/fr/citoyens/votre-situation/personne-handicapee/>

SOCIÉTÉ ALZHEIMER DU CANADA – BIBLIOTHÈQUE NATIONALE DES RESSOURCES

<https://alzheimer.ca/fr/les-aides-et-le-soutien/ressources-sur-les-troubles-neurocognitifs/bibliotheque-nationale>

La section « Bibliothèque nationale des ressources » du site Web de la Société permet de consulter plusieurs documents formatifs, des vidéos et des liens liés à la maladie d'Alzheimer et aux autres troubles neurocognitifs destinés aux personnes atteintes, aux familles, aux proches aidants et aux professionnels de la santé.

SOCIÉTÉ CANADIENNE D'HYPOTHÈQUES ET DE LOGEMENT – LES CHOIX DE LOGEMENTS POUR LES PERSONNES VIVANT AVEC LA DÉMENCE

Volume 1

<https://assets.cmhc-schl.gc.ca/sf/project/archive/publications/61160.pdf?rev=027abb87-d528-42fb-9d01-d74e46057c38>

Volume 2

<https://assets.cmhc-schl.gc.ca/sf/project/archive/publications/68297.pdf?rev=ad4669a1-0d6c-4741-84b9-65ed6740ebd5>

Volume 3

<https://assets.cmhc-schl.gc.ca/sf/project/cmhc/pubsandreports/pdf/68299.pdf?rev=5fbf2a69-bbcc-4495-9527-a820f83f2ee4>

Ces documents PDF présentent les différentes options en matière de logement pour les personnes souffrant de démence, dont l'Alzheimer en particulier.

SOCIÉTÉ RADIO-CANADA – DOSSIER « L'ALZHEIMER ET SES MYSTÈRES »

www.radio-canada.ca/actualite/decouverte/dossiers/77_alzheimer/index.html

Dossier d'information préparé dans le cadre de l'émission *Découverte*.

UNIVERSITÉ MCGILL – DÉMENCE : VOTRE GUIDE D'ACCOMPAGNEMENT

<https://767b071f.flowpaper.com/dementia28OCT2021frFINAL4WEB/#page=1>

Guide d'accompagnement sur la démence destiné aux personnes atteintes de démence et à leurs partenaires de soins.

PORTAILS D'INFORMATION DE SANTÉ

Des sources qui offrent de l'information fiable et de qualité sur la santé et les saines habitudes de vie.

GOVERNEMENT DU CANADA – SANTÉ

www.canada.ca/fr/services/sante.html

Présente de l'information fiable et facile à comprendre sur la santé et la sécurité à l'intention des Canadiens.

GOVERNEMENT DU QUÉBEC – SANTÉ

www.quebec.ca/sante/

Propose une information simple, pratique et fiable pour aider à faire face à un problème de santé et à mieux utiliser les services de santé québécois.

MEDLINEPLUS

<https://medlineplus.gov>

MedlinePlus est un réseau qui fait autorité, offrant de l'information détaillée associée à une multitude de problématiques en santé, produit par la National Library of Medicine (Maryland, États-Unis). Bien que l'interface d'interrogation soit en anglais, il est possible de dénicher de l'information dans d'autres langues, notamment le français (<https://medlineplus.gov/languages/french.html>).

PASSEPORTSANTÉ.NET

www.passeportsante.net

PasseportSanté.net offre au grand public une information factuelle pratique et objective sur la prévention de la maladie et l'acquisition de saines habitudes de vie. Avec la collaboration d'experts œuvrant dans le domaine, ce site francophone offre un contenu de qualité.

BASES DE DONNÉES EN SANTÉ

Bases de données en libre accès

Voici une sélection de ressources à consulter pour vous aider à trouver de la documentation pertinente. **Les bases de données ci-dessous sont accessibles gratuitement et sans abonnement.**

CISMEF

www.cismef.org/cismef/

Le Catalogue et Index des Sites Médicaux de langue Française (CISMeF) est un projet initié par le Centre Hospitalier Universitaire de Rouen en France. Il rend accessibles des ressources francophones provenant de plusieurs pays relativement à la médecine factuelle et à une information incontournable en santé destinée aux patients et au grand public.

LISSA

www.lissa.fr

LiSSa est une base de données de littérature scientifique en santé développée par l'équipe du CHU de Rouen à l'origine de CISMeF. Elle comprend plus de 800 000 références. Plus de 80 000 résumés en français sont également proposés.

PUBMED CENTRAL

www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc

PubMed Central (PMC) est un dépôt numérique d'articles scientifiques du domaine de la santé qui ont été soumis au processus d'évaluation par les pairs (activité collective des chercheurs qui jugent de façon critique les travaux d'autres chercheurs). Les articles sont libres d'accès. L'interface est en anglais, mais il est possible de repérer des articles rédigés en français.

SANTÉCOM

<http://catalogue.santecom.qc.ca>

Le Réseau Santécom rassemble les collections documentaires de 42 bibliothèques spécialisées dans le domaine de la santé et des services sociaux, ainsi que les publications de plus de 50 organismes et groupes de recherche québécois. Santécom est géré par l'Institut national de santé publique du Québec (INSPQ) et par l'Institut national d'excellence en santé et en services sociaux (INESSS).

Bases de données avec accès réservé aux abonnés

Vous cherchez à approfondir votre recherche d'information en santé? Bibliothèque et Archives nationales du Québec (BAnQ) offre à ses abonnés la consultation à distance de plusieurs bases de données en santé s'adressant à un large public.

Certaines ressources sont en anglais uniquement. La langue de l'interface et la langue du contenu de la ressource sont identifiées à la fin de chaque descriptif.

Pour vous abonner gratuitement: www.banq.qc.ca/abonnement

Pour consulter les ressources à votre disposition sur le site Web de BAnQ :
www.banq.qc.ca/plateformes-numeriques

GALE HEALTH AND WELLNESS

<https://www.banq.qc.ca/plateformes-numeriques/gale-health-wellness/>

La base de données offre accès à des millions d'articles provenant de revues spécialisées, de magazines, de bulletins d'informations et de fils d'actualité, ainsi qu'à une large collection d'ouvrages de référence en texte intégral et à des centaines de vidéos et audios en continu. Les informations portent sur des maladies et des problèmes de santé en médecine traditionnelle, et couvrent également des pratiques médicales alternatives. Interface en français et contenu en français et en anglais.

SUGGESTIONS DE LECTURE

VOTRE BIBLIOTHÈQUE NE
POSSÈDE PAS LE LIVRE QUE
VOUS AIMERIEZ CONSULTER ?

INFORMEZ-VOUS SUR LE SERVICE DE
PRÊT ENTRE BIBLIOTHÈQUES.
VOTRE BIBLIOTHÈQUE POURRAIT AINSI
OBTENIR POUR VOUS LE DOCUMENT
DÉSIRÉ D'UNE AUTRE BIBLIOTHÈQUE.

Des livres offerts en différents formats

Saviez-vous que vous pouviez emprunter gratuitement des livres en différents formats dans vos bibliothèques ?



LIVRES GRANDS CARACTÈRES

Les livres en grands caractères sont conçus pour optimiser le confort de lecture pour les malvoyants, les malades, les personnes souffrant de fatigue oculaire et les jeunes dyslexiques. Vous en retrouverez un grand nombre dans les bibliothèques publique.



LIVRES SONORES ET AUDIONUMÉRIQUES

Les livres sonores et audionumériques sont des enregistrements vocaux du texte d'un livre faits par un narrateur. Ces livres sont lus par des interprètes reconnus. Ils sont recommandés autant aux lecteurs débutants qu'aux personnes souffrant de déficience visuelle.

Les **livres sonores** sont enregistrés sur CD ou sur CD MP3 et se trouvent sur les rayonnages des bibliothèques qui en offrent.

Les **livres audionumériques** sont disponibles sur la plateforme prenumerique.ca. Leur écoute peut s'effectuer sur l'ensemble des appareils utilisant une version récente d'un navigateur web et une connexion Internet fiable. Cela ne nécessite pas l'installation d'une application de lecture.



LIVRES NUMÉRIQUES

Des livres numériques sont disponibles via la plateforme prenumerique.ca.

Vous trouverez sur le site prenumerique.ca des bibliothèques participant au programme Biblio-Santé la **collection Biblio-Santé numérique**. Chaque livre suggéré dans les cahiers qui est disponible en format numérique est identifié par la mention suivante :

 [Aussi disponible sur Prenumerique](https://prenumerique.ca)

Ces livres numériques sont chronodégradables, c'est-à-dire qu'ils se désactivent automatiquement à la fin de la période de prêt. Les livres téléchargés pourront être lus sur différents appareils : liseuses, tablettes, ordinateurs, téléphones intelligents, etc. Le service est accessible en tout temps et en tout lieu, du moment qu'on a accès à une connexion Internet.

[Prenumerique.ca](https://prenumerique.ca) vous propose également une application de lecture gratuite dédiée, disponible en format iOS (Apple) et Android. Celle-ci vous permet de consulter le catalogue numérique de vos bibliothèques ainsi que d'emprunter, réserver et lire facilement vos livres numériques et vos livres audionumériques à même l'application.

Votre appareil de lecture vous donne accès à des fonctionnalités pour favoriser l'accessibilité de celui-ci et faciliter votre lecture.

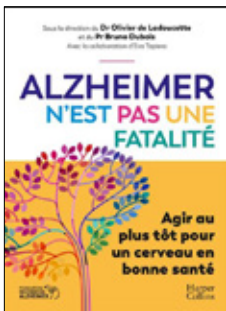
Pour de l'aide pour emprunter un livre numérique, visitez la page [Aide en ligne Prêt Numérique](#).

*L'offre des livres en différents formats varie d'une bibliothèque à l'autre.

Informez-vous pour connaître l'offre de votre bibliothèque !

DOCUMENTAIRES

Ouvrages généraux



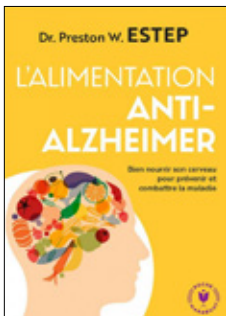
ALZHEIMER N'EST PAS UNE FATALITÉ : AGIR AU PLUS TÔT POUR UN CERVEAU EN BONNE SANTÉ

Olivier de Ladoucette et Bruno Dubois. Paris : Harper Collins, 2024, 233 p.

Des personnalités de tous horizons (art, économie, politique) témoignent de leur expérience de la maladie d'Alzheimer auprès d'un proche. Elles évoquent un quotidien souvent difficile, les moments de joie et de partage, ainsi que les façons de maintenir le lien malgré la maladie.



Aussi disponible sur Pretnumerique



L'ALIMENTATION ANTI-ALZHEIMER : BIEN NOURRIR SON CERVEAU POUR PRÉVENIR ET COMBATTRE LA MALADIE

Preston W. Estep. Vanves : Marabout, 2022, 314 p.

Si les causes de la maladie d'Alzheimer restent méconnues, il est désormais acquis que les facteurs nutritionnels et environnementaux viennent compléter les prédispositions héréditaires. L'auteur propose des recettes simples à base d'aliments bénéfiques pour le cerveau, et met en garde contre l'excès de fer ou de protéines chez les personnes de plus de 40 ans.



JE M'AMUSE À VIEILLIR : LE CERVEAU, MAÎTRE DU TEMPS

Yves Agid. Paris : Odile Jacob, 2020, 290 p.

Neurologue spécialiste des maladies neurodégénératives, l'auteur examine la question du vieillissement du cerveau en dix questions relatives à la perception de l'âge par soi-même et par les autres, aux manifestations cérébrales du vieillissement et aux maladies qui y sont liées telles que Alzheimer ou Parkinson.



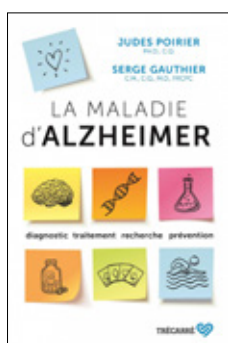
Aussi disponible sur Pretnumerique



QUAND LES NEURONES NE RÉPONDENT PLUS : MIEUX COMPRENDRE LES MALADIES D'ALZHEIMER ET DE PARKINSON

Pascal Mespouille. Bruxelles : Mardaga, 2020, 352 p.

À partir de leurs symptômes les plus courants, les maladies neurodégénératives sont décrites, principalement les maladies d'Alzheimer, de Parkinson et de Charcot. L'auteur, spécialiste en neuropsychiatrie, aborde également les difficultés traversées par les patients et donne des conseils pour accepter la maladie et mieux vivre avec.

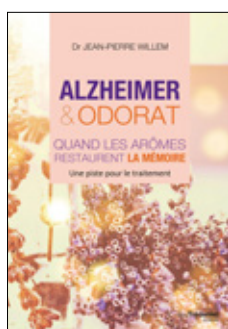


LA MALADIE D'ALZHEIMER : DIAGNOSTIC, TRAITEMENT, RECHERCHE, PRÉVENTION

Judes Poirier et Serge Gauthier. Montréal : Trécarré, 2020, 177 p.

Écrit par deux scientifiques québécois de renommée mondiale, cet ouvrage constitue un survol de l'actualité tant médicale que scientifique de la maladie; il décrit les derniers progrès – et les revers – de la recherche pharmaceutique, les causes et les traitements, les approches préventives en développement et les habitudes de vie scientifiquement validées qui pourraient ralentir ou entraver l'apparition des symptômes. Pour tous ceux et celles qui cherchent à comprendre ce phénomène de plus en plus répandu.

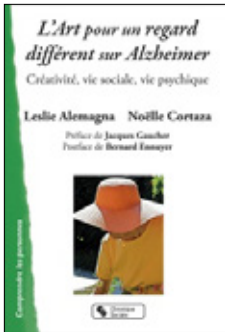
 Aussi disponible sur [Pretnumerique](#)



ALZHEIMER & ODORAT : QUAND LES ARÔMES RESTAURENT LA MÉMOIRE

Jean-Pierre Willem. Paris : Guy Trédaniel éditeur, 2020, 324 p.

Des conseils pour retarder l'apparition des premiers symptômes de la maladie d'Alzheimer en stimulant olfactivement les régions du cerveau qui génèrent la mémoire et les émotions. Le chirurgien recommande ainsi de privilégier une alimentation crue associée à des huiles essentielles.



L'ART POUR UN REGARD DIFFÉRENT SUR ALZHEIMER : CRÉATIVITÉ, VIE SOCIALE, VIE PSYCHIQUE

Leslie Alemagna et Noëlle Cortaza. Lyon : Chronique sociale, 2019, 164 p.

Après avoir présenté les impacts de la maladie d'Alzheimer sur les rapports entre les personnes âgées atteintes et leurs aidants ou leurs soignants, les auteures proposent des outils pour améliorer les relations thérapeutiques, notamment par la mise en place de médiations artistiques.



ALZHEIMER, UNE VIE PLEINE DE DÉFIS : DES SOLUTIONS PRATIQUES POUR UN QUOTIDIEN APAISÉ

Cameron J. Camp. Paris : ESF sciences humaines, 2019, 180 p.

Le professeur de psychologie présente une méthode inspirée de la pédagogie Montessori afin de valoriser les capacités des patients atteints de la maladie d'Alzheimer. Il explique les causes du comportement des malades en s'appuyant sur des cas pratiques et propose des solutions afin d'améliorer leur vie quotidienne.

 Aussi disponible sur [Pretnumerique](#)



LA MALADIE D'ALZHEIMER

Jean-Jacques Hauw. Paris : Que sais-je?, 2019, 127 p.

Après avoir retracé l'histoire de sa découverte et présenté quelques cas typiques, ce guide décrit les principaux symptômes de la maladie d'Alzheimer dans ses manifestations les plus communes. Il aborde également les formes atypiques ou précoces ainsi que les moyens modernes du diagnostic. Le point est fait sur les essais cliniques de nouveaux traitements et les pistes de recherche.



OUBLIER DES CHOSES : CE QUE VIVENT LES MALADES D'ALZHEIMER

Baptiste Brossard. Paris : Alma éditeur, 2017, 235 p.

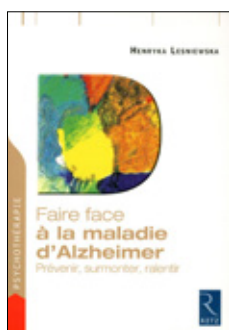
Enquêtant en Europe et au Québec auprès de patients, de médecins, et d'aidants, l'auteur, chercheur en sociologie, met en avant l'importance du lien avec le malade d'Alzheimer et les difficultés rencontrées par les personnes concernées. Il souligne la souffrance psychologique créée par le regard de l'autre et la dégradation de l'image de soi.



LE MYSTÈRE ALZHEIMER

Marie Gendron. Montréal : Éditions de L'Homme, 2015, 344 p.

Au hasard du quotidien ou sous le choc du diagnostic qui frappe un proche ou un ami, le terme Alzheimer suscite spontanément une multitude de questions. La gérontologue Marie Gendron donne des réponses simples et justes à ces questions.

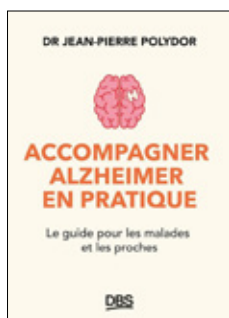


FAIRE FACE À LA MALADIE D'ALZHEIMER

Henryka Lesniewska. Paris : Retz, 2013, 192 p.

Ce livre s'adresse directement aux patients, potentiels ou avérés. Après avoir précisément défini la maladie d'Alzheimer, de nombreux conseils concrets sont exposés pour retarder l'évolution de la maladie : stimuler sa mémoire, préserver son autonomie, gérer son stress, résoudre les problèmes, maîtriser son anxiété, surmonter la dépression, augmenter l'estime de soi... Plusieurs questionnaires à remplir et exercices à faire sont proposés.

Accompagnement d'un proche



ACCOMPAGNER ALZHEIMER EN PRATIQUE: LE GUIDE POUR LES MALADES ET LES PROCHES

Jean-Pierre Polydor. Louvain-la-Neuve : DBS, 2025, 251 p.

Le diagnostic de maladie d'Alzheimer est un choc, pour le malade comme pour son entourage : la vie quotidienne, la vie familiale et sociale s'en trouvent bouleversées. Bien qu'aucun médicament ne puisse guérir les malades, il est possible de se préparer pour contenir certains effets de la maladie ou pour s'adapter au mieux à sa nouvelle vie d'aidant. Fort d'une longue expérience auprès des patients, Jean-Pierre Polydor livre ses conseils pour : mieux comprendre la maladie et son évolution; connaître les traitements qui agissent sur les symptômes; permettre aux aidants de mieux communiquer avec le malade grâce aux neurones miroirs; favoriser l'expression des malades; savoir réagir face aux différents troubles (troubles de la mémoire et du langage, perte des savoir-faire, etc.); adapter la vie quotidienne aux contraintes de la maladie; apprendre à faire preuve de résilience.

 Aussi disponible sur [Pretnumerique](#)



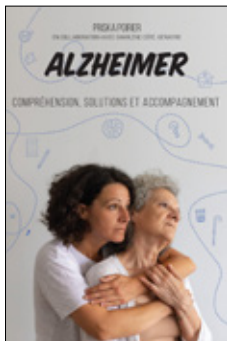
MURMURER AUX CŒURS ALZHEIMER : UNE DIMENSION DE PRÉSENCE ET DE LIEN QUI NOURRIT LE PLUS BEAU DE L'HUMAIN

Fleur-Lise Monastesse. Gap : Le Souffle d'or, 2022, 292 p.

Une démarche d'accompagnement de la personne atteinte de la maladie d'Alzheimer reposant sur une dimension de présence et de lien. L'auteure propose d'utiliser le langage verbal et non verbal, le chant et la musique comme supports à la connexion humaine. Un chapitre est consacré à l'accompagnement en fin de vie, avec des poèmes, des exercices et des témoignages.



Aussi disponible sur [Pretnumerique](#)



ALZHEIMER : COMPRÉHENSION, SOLUTIONS ET ACCOMPAGNEMENT

Priska Poirier. Boucherville : Éditions de la Mortagne, 2022, 206 p.

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 dans la vie quotidienne. Grâce à ce livre, vous serez mieux outillé et plus en mesure d'assurer le confort de votre proche, afin de l'accompagner avec bienveillance.



Aussi disponible sur [Pretnumerique](#)



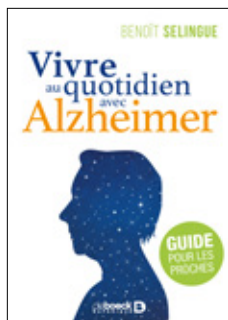
DEVENIR PROCHE AIDANT : MALADIE D'ALZHEIMER ET AUTRES TROUBLES COGNITIFS

Marie-Jeanne Kergoat, Judith Latour et Karine Thorn. Montréal : Éditions du CIUSSS du Centre-Sud-de-l'Île-de-Montréal, 2020, 228 p.

Ce guide se veut une main tendue aux proches aidants d'une personne atteinte de la maladie d'Alzheimer. Grâce à lui, ils pourront mieux comprendre la maladie et intervenir auprès de celui ou celle qui est atteint, notamment en ce qui concerne les défis que représentent les activités de la vie courante. L'ouvrage aborde également la communication, la gestion des symptômes et des comportements associés, l'hospitalisation, l'hébergement et les aspects légaux.



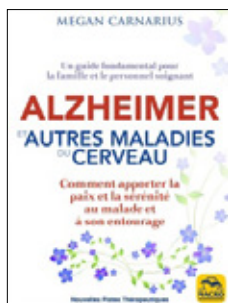
Aussi disponible sur [Pretnumerique](#)



VIVRE AU QUOTIDIEN AVEC ALZHEIMER

Benoît Selingue. Paris : De Bœck supérieur, 2019, 129 p.

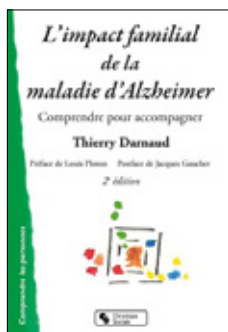
S'appuyant sur des situations quotidiennes, des conseils destinés aux aidants et à l'entourage des malades afin de développer des stratégies pour mieux vivre avec la maladie.



ALZHEIMER ET AUTRES MALADIES DU CERVEAU : UN GUIDE FONDAMENTAL POUR LA FAMILLE ET LE PERSONNEL SOIGNANT

Megan Carnarius. Cesena, Paris, Montréal : Macro, 2019, 279 p.

Une description des différentes étapes de la démence, ainsi que des aspects pratiques de sa prise en charge.



L'IMPACT FAMILIAL DE LA MALADIE D'ALZHEIMER : COMPRENDRE POUR ACCOMPAGNER

Thierry Darnaud. Lyon : Chronique sociale, 2019, 149 p.

Parallèlement à l'augmentation du nombre de personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer, des propositions de soins sont élaborées, des accompagnants sociaux se mettent en place. Après un rappel sur la réalité médicale et psychologique de la maladie d'Alzheimer, l'auteur développe les répercussions au sein du système familial.



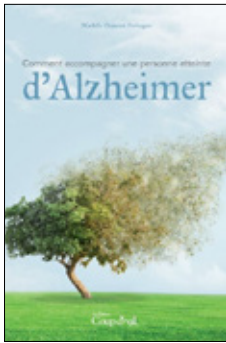
J'AIDE UN PROCHE ATTEINT DE LA MALADIE D'ALZHEIMER

Christophe Lefèvre et Franck Pitteri. Malakoff : Dunod, 2018, 191 p.

23 fiches d'activités psychomotrices à mettre en place par les aidants au service des malades atteints d'Alzheimer. Des conseils pour améliorer la qualité de vie de ces personnes, afin de préserver le vivre ensemble, sont détaillés.



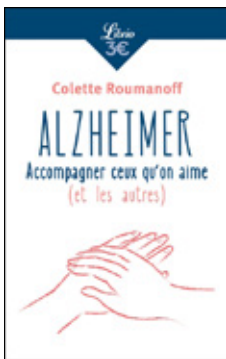
Aussi disponible sur [Pretnumerique](#)



COMMENT ACCOMPAGNER UNE PERSONNE ATTEINTE D'ALZHEIMER ?

Michèle Dumont Portugais. Saint-Bruno-de-Montarville : Les éditions Coup d'œil, 2018, 171 p.

Au Canada, 747 000 personnes souffrent aujourd'hui d'Alzheimer ou d'une autre maladie cognitive, et ce nombre grandit chaque année. Cette maladie, dont on ne connaît toujours pas les causes exactes, soulève de nombreuses questions. Si vous êtes un proche aidant ou si vous connaissez une personne atteinte de l'Alzheimer, ce livre est pour vous.



ALZHEIMER : ACCOMPAGNER CEUX QU'ON AIME (ET LES AUTRES)

Colette Roumanoff. Paris : Librio, 2017, 93 p.

L'auteure, qui a accompagné son mari pendant dix ans, propose des conseils concrets pour comprendre les spécificités des personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer. Elle livre des recommandations destinées aux proches pour avancer dans la prise en charge et bien vivre au quotidien.



L'ART-THÉRAPIE POUR LES MALADES ALZHEIMER

Stéphanie Beillouin. Paris : Eyrolles, 2016, 166 p.

Cet ouvrage fournit des idées pour mettre en place et animer des ateliers d'art-thérapie textile autour de la broderie, de la couture et du tricot avec les malades d'Alzheimer. Ces activités manuelles visent à favoriser l'expression et à développer la communication non verbale. Ce livre s'adresse aux aidants professionnels ainsi qu'aux proches.



VIVRE ET RIRE MALGRÉ LA DÉMENCE : LE GUIDE INDISPENSABLE POUR OPTIMISER LA QUALITÉ DE VIE

Lee-Fay Low. Montréal : Éditions de l'Homme, 2016, 243 p.

Ce livre vous apprend à élaborer des activités qui tiennent compte des goûts, des besoins et des expériences passées de la personne dont vous avez la charge. L'auteure, chercheuse dans le domaine de la démence vous donne des indications précises pour que ces activités soient à la fois significatives et adaptées à la situation. De plus, vous trouverez des renseignements précieux sur les implications de la maladie sur les plans physique et cognitif, et de nombreux conseils sur les meilleures façons d'interagir avec les malades.



Aussi disponible sur [Pretnumerique](#)



BIEN VIVRE AUPRÈS D'UN PROCHE ATTEINT DE LA MALADIE D'ALZHEIMER : OUTILS ET RÉFLEXIONS ÉTHIQUES À L'USAGE DES FAMILLES ET DES SOIGNANTS

Corine Ammar, Faustine Vially et Benoît Michel. Louvain-la-Neuve : De Boeck supérieur, 2015, 206 p.

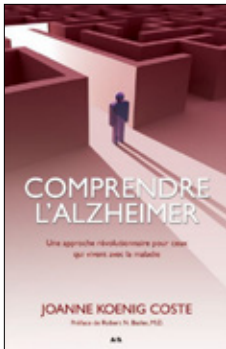
Comment prendre les bonnes décisions dans l'intérêt et le respect de l'autonomie du malade? Cet ouvrage propose des outils et des réflexions éthiques pour soutenir les aidants dans l'accompagnement quotidien d'un proche atteint de la maladie d'Alzheimer.



COMMUNIQUER AVEC UN PROCHE ALZHEIMER

Thierry Rousseau. Paris : Éditeur Eyrolles, 2013, 185 p.

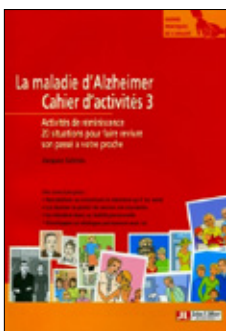
Cet ouvrage illustré d'exemples fait le point sur les troubles rencontrés chez les malades Alzheimer afin de permettre aux proches de maintenir le lien en ayant un comportement adéquat.



COMPRENDRE L'ALZHEIMER : UNE APPROCHE RÉVOLUTIONNAIRE POUR CEUX QUI VIVENT AVEC LA MALADIE

Joanne Koenig Coste. Varennes : AdA, 2012, 320 p.

Dans ce livre, l'auteure, psychologue et psychothérapeute, explique les cinq principes de sa méthode de « réadaptation » : un programme accessible et complet qui a porté ses fruits auprès de milliers d'aidants et de malades atteints d'Alzheimer.

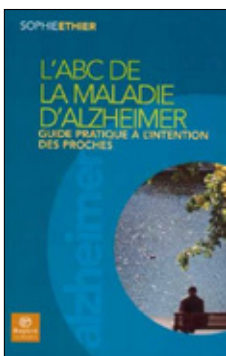


LA MALADIE D'ALZHEIMER : CAHIER D'ACTIVITÉS 3 : ACTIVITÉS DE RÉMINISCENCE, 20 SITUATIONS POUR FAIRE REVIVRE SON PASSÉ À VOTRE PROCHE

Jacques Selmès. Montrouge : John Libbey Eurotext, 2012, 41 p.

À travers les 20 situations décrivant les événements de la vie passée, cet ouvrage propose des exercices bénéfiques au malade Alzheimer pour :

- stimuler au maximum la mémoire qui lui reste
- lui donner le plaisir de revivre ses souvenirs
- le réinsérer dans sa réalité personnelle
- développer un dialogue permanent avec lui.



L'ABC DE LA MALADIE D'ALZHEIMER : GUIDE PRATIQUE À L'INTENTION DES PROCHES

Sophie Éthier. Montréal : Bayard Canada, 2010, 248 p.

Instrument qui aborde les sujets suivants : l'errance, l'environnement, l'alimentation, la motricité, l'hygiène et la communication.



Aussi disponible sur [Pretnumerique](#)



LA MALADIE D'ALZHEIMER : CAHIER D'ACTIVITÉS 2

Jacques Selmès. Paris : John Libbey Eurotext, 2009, 53 p.

24 situations de la vie de tous les jours pour aider le malade Alzheimer à vivre le quotidien et à mieux percevoir la réalité. Ce second cahier d'activités aide celui qui a en charge un malade atteint d'Alzheimer à :

- optimiser ses capacités intellectuelles et la mémoire du malade
- faciliter son orientation dans l'espace et le temps
- faciliter ses principales activités courantes
- mieux communiquer avec lui et instaurer ou rétablir une communication plus fluide.



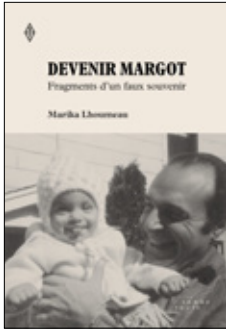
LA MALADIE D'ALZHEIMER : CAHIER D'ACTIVITÉS 1

Jacques Selmès. Paris : John Libbey Eurotext, 2006, 59 p.

40 exercices pour aider le malade Alzheimer à vivre le quotidien et à mieux percevoir la réalité. Ce premier cahier d'activités aide celui qui a en charge un malade atteint d'Alzheimer à :

- faciliter l'orientation dans le temps et l'espace
- stimuler la mémoire
- reconnaître les formes, les couleurs et les objets
- se rappeler du passé

RÉCITS DE VIE, BIOGRAPHIES ET TÉMOIGNAGES



DEVENIR MARGOT : FRAGMENTS D'UN FAUX SOUVENIR

Marika Lhoumeau. Montréal : Somme toute, 2024, 120 p.

Entre 2018 et 2020, Marika se rendait au CHSLD où habitait désormais son père Roger, atteint de démence mixte. Un jour, le visage de celui-ci s'illumine dès qu'elle entre dans la pièce : il reconnaît une certaine Margot, « ma première blonde quand j'étais petit gars ». Actrice de formation, elle ne se doute pas que son père vient de lui offrir le rôle qui changera sa vie.



Aussi disponible sur [Pretnumerique](#)



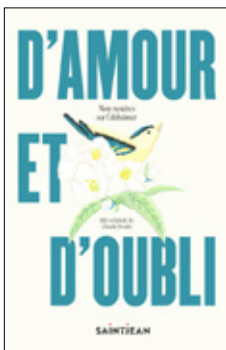
MA MINUSCULE

Géraldine Maillet. Paris : Harper Collins, 2024, 213 p.

Au cours d'un déjeuner dominical en famille, la grand-mère de l'autrice s'écroule, victime d'un AVC. Un an plus tard, un autre diagnostic tombe, mamie Téli est atteinte de la maladie d'Alzheimer. Sous la forme d'un roman, G. Maillet fait le récit de ce parcours dans les hôpitaux, évoquant les rencontres avec les soignants et la lente déchéance de cette grand-mère qu'elle aime tant.



Aussi disponible sur [Pretnumerique](#)



D'AMOUR ET D'OUBLI : MOTS TENDRES SUR L'ALZHEIMER

Claudie Stanké. Laval : Saint-Jean éditeur, 2021, 164 p.

Kim Thuy, Ariane Moffat, Dan Bigras, Evelyne de la Chenelière, Louise Portal, Marie Laberge, Gilles Archambault... Une trentaine d'artistes des mots nous transportent, chacun à sa manière, dans un univers parsemé de souvenirs aux couleurs de l'Alzheimer. Triste ? Non. Complice, carrément. Plein d'amour. Et tellement précieux !



Aussi disponible sur [Pretnumerique](#)



L'URGENCE DE VIVRE : MA VIE AVEC L'ALZHEIMER PRÉCOCE

Sandra Demontigny. Montréal : Les Éditions de La Presse, 2020, 261 p.

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 et son enthousiasme. Son combat au quotidien, là où il n'y a pas de petites victoires.

 Aussi disponible sur [Pretnumerique](#)



EST-CE QUE JE NOUS PERDS QUAND JE ME PERDS ? : VIVRE AVEC ALZHEIMER

Victor Larger. Paris : Balland, 2020, 205 p.

Un recueil de témoignages de personnes souffrant de la maladie d'Alzheimer ou vivant auprès d'une personne atteinte de ce syndrome.



QUAND MAMAN PLANTAIT DES BROSSES À DENTS

Christelle Bardet. Paris : Plon, 2019, 268 p.

L'auteure témoigne de la maladie d'Alzheimer de sa mère, affectée à l'âge de 56 ans. Sont évoqués des passages de sa vie à la maison et en institution, marqués par la tristesse, la douceur et une étrange poésie liée aux troubles comportementaux de la malade.

 Aussi disponible sur [Pretnumerique](#)



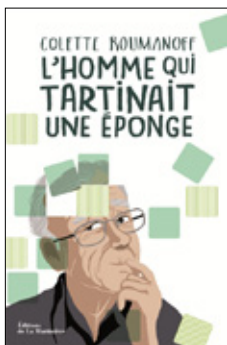
L'ÉTRANGE ET DROLATIQUE VOYAGE DE MA MÈRE EN AMNÉSIE

Michel Mompontet. Paris : JC Lattès, 2018, 445 p.

Le journaliste de télévision dresse le portrait de sa mère, Geneviève, 89 ans, atteinte de la maladie d'Alzheimer, et raconte avec humour et émotion la maladie, les stratagèmes pour la combattre, l'aide de ses alliés les médecins, les gardes-malades mais aussi les voisins, sans oublier les adversaires : les assurances, les fantômes et les secrets de famille.



Aussi disponible sur [Prenumerique](#)



L'HOMME QUI TARTINAIT UNE ÉPONGE : MIEUX VIVRE AVEC ALZHEIMER DANS LA BIENVEILLANCE ET LA DIGNITÉ

Colette Roumanoff. Paris : Éditions de la Martinière, 2018, 268 p.

Des témoignages de personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer recueillis par l'auteure qui en retire des leçons de vie et des recommandations de bon sens. L'ouvrage peut inspirer les soignants et les aidants dans l'accompagnement des malades.



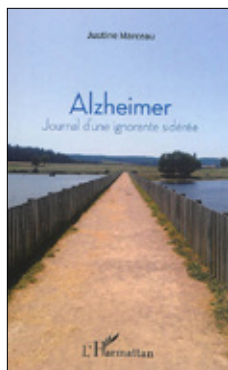
Aussi disponible sur [Prenumerique](#)



ET SI PERDRE LA TÊTE RAPPROCHAÎT LES CŒURS... TÉMOIGNAGE D'UNE PROCHE AIDANTE

Ghislaine Bourque. Montréal : Bouquinbec, 2017, 157 p.

Dans cette histoire vécue, l'auteure nous décrit son cheminement, qui la transportera de la souffrance à la croissance. À l'aide d'exemples concrets, elle explique comment elle a pu accéder à des moments de pur bonheur et à des rencontres sublimes avec sa maman, qui ne la reconnaît plus. Son témoignage révèle ce que peut apporter cette cruelle maladie à ceux qui découvrent et apprivoisent une autre voix – celle du cœur.



ALZHEIMER: JOURNAL D'UNE IGNORANTE SIDÉRÉE

Justine Marceau. Paris: Harmattan, 2016, 126 p.

Le témoignage d'un proche d'une personne atteinte de la maladie d'Alzheimer sur les bouleversements que la maladie fait subir au quotidien, les nombreuses démarches à entreprendre, l'expérience d'accompagnement, les frustrations et les questionnements.



LE BONHEUR PLUS FORT QUE L'OUBLI: COMMENT BIEN VIVRE AVEC ALZHEIMER

Colette Roumanoff. Paris: Points, 2016, 249 p.

Lorsque Colette Roumanoff découvre que son mari Daniel est atteint de la maladie d'Alzheimer, elle décide de tout faire pour échapper à la tragédie annoncée. S'attachant à observer les réactions du malade, ce qui le contrarie et ce qui l'inquiète, ce qui le fait sourire et ce qu'il aime, ce qui l'angoisse et ce qui le rassure, elle réussit à apprivoiser la maladie, à réduire les difficultés quotidiennes pour laisser une place au bonheur de vivre.



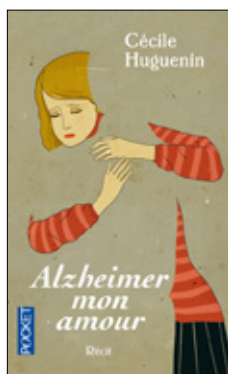
LA MÉMOIRE DES MOTS: ALICE AU PAYS DE L'ALZHEIMER

Jacques Boulerice. Montréal: Fides, 2015, 272 p.

Ce livre raconte l'aventure unique d'une femme qui fait un pied de nez à l'oubli et à l'Alzheimer. Pendant plus de dix ans, elle élabore une stratégie instinctive et passionnée pour s'accrocher à la joie d'être présente en dépit de tout.



Aussi disponible sur [Pretnumerique](#)



ALZHEIMER MON AMOUR

Cécile Huguenin. Paris: Pocket, 2013, 130 p.

Un mot qui manque, un geste figé et le diagnostic écrase ce couple amoureux depuis 30 ans. Daniel serait touché par Alzheimer. Refusant tout traitement, Cécile et Daniel voyagent, luttent contre l'inconnu jusqu'à l'inéluctable déclin qui les ramène dans leur Jura natal.



MUETTE : QUAND MA MÈRE ME RENDAIT FOLLE

Françoise Laborde. Paris : Jean-Claude Gawsewitch, 2013, 253 p.

L'auteure raconte la maladie de sa mère, atteinte d'Alzheimer, les premiers symptômes, le diagnostic, les disputes avec ses deux sœurs, finalement soudées dans l'émotion quand leur mère ne les reconnaît plus. Elle parle aussi de ses propres phobies à la lumière de cette épreuve, qui a provoqué chez elle des extinctions de voix chroniques.



JOUR D'OBSCURITÉ

Leylâ Erbil. Arles : Actes Sud, 2012, 397 p.

Ce récit raconte les préoccupations du quotidien provoquées par la présence d'une mère souffrant de la maladie d'Alzheimer.



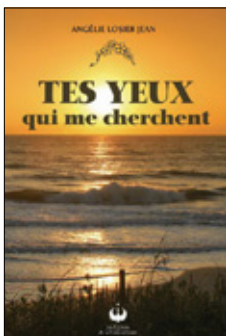
LE VIEUX ROI EN SON EXIL

Arno Geiger. Paris : Gallimard, 2012, 179 p.

Sous forme de récit biographique, l'auteur raconte les visites à son père qui souffre de la maladie d'Alzheimer. Il décrit les gestes du quotidien, la désorientation, les discussions souvent absurdes mais aussi les moments de partage et de tendresse, malgré la barrière que dresse la maladie.



Aussi disponible sur [Pretnumerique](#)



TES YEUX QUI ME CHERCHENT

Angélie Losier Jean. Lévis : Éditions de la Francophonie, 2011, 85 p.

Ce livre permettra aux professionnels de la santé, au personnel de soutien, aux proches aidants et aux bénévoles de goûter l'expression d'une gratitude et d'une reconnaissance bienfaisante. Leur tâche les conduit chaque jour près du lit de malades impuissants dont la plus grande faim est un geste d'affection, et la soif la plus profonde, la dignité.



SUR MA MÈRE

Tahar Ben Jelloun. Paris : Gallimard, 2009, 283 p.

Victime de la maladie d'Alzheimer, la mère de l'auteur a raconté par bribes à son fils, qu'elle ne reconnaissait plus, les événements marquants de son enfance et de sa jeunesse : ses trois mariages et son existence mouvementée dans la Médina de Fès, des années 1930 et 1940, au cœur d'un Maroc encore archaïque et féodal.



J'AI PEUR D'OUBLIER : À 45 ANS, UN COMBAT ACHARNÉ CONTRE LA MALADIE D'ALZHEIMER

Fabienne Piel. Paris : Succès du livre, 2009, 233 p.

Fabienne Piel, 45 ans, mariée, trois enfants. À 38 ans, elle a commencé à déplorer des pertes de mémoire significatives : la maladie d'Alzheimer s'installait. Depuis, elle lutte. Un témoignage terrible, une bouleversante leçon de courage et une incitation à l'espoir. Fabienne a créé une association pour les milliers de jeunes patients qui, comme elle, essaient de retisser la trame de leur vie.



UNE MÉMOIRE POUR ALZHEIMER

Claire Prendki. Monaco : Alphée : J.-P. Bertrand, 2009, 188 p.

Sous forme d'un carnet journalier, l'auteure raconte quelques mois de sa vie quotidienne partagée entre sa tâche d'enseignante et ses vieux parents à la santé déclinante, l'un souffrant d'Alzheimer, l'autre de dépression.



J'AI COMMENCÉ MON ÉTERNITÉ: SURVIVRE AU DÉCLIN DE L'AUTRE

Édith Fournier. Montréal : Éditions de l'Homme, 2007, 256 p.

Dans ce vibrant témoignage, la psychologue Édith Fournier nous confie son cheminement aux côtés d'un conjoint atteint d'un grave processus de dégénérescence neurologique. Ce compagnon tant aimé, c'est Michel Moreau, cinéaste de métier, artiste d'âme et créateur sensible. La pensée que livre ici l'auteure témoigne de sa transformation intérieure, forage de l'âme d'autant plus profond que les deuils sont immenses. Leur histoire a aussi fait l'objet du documentaire *Édith et Michel*.



Aussi disponible sur [Pretnumerique](#)



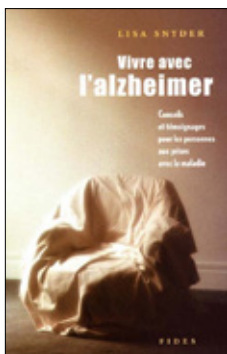
LA MÈRE D'ÉDITH : L'ALZHEIMER EN TRAIT D'UNION

Édith Fournier. Montréal : Éditions de l'Homme, 2007, 128 p.

Récit-témoignage: la psychologue Édith Fournier raconte les problèmes occasionnés par l'obligation de placer en établissement de santé sa mère atteinte de la maladie d'Alzheimer.



Aussi disponible sur [Pretnumerique](#)



VIVRE AVEC L'ALZHEIMER : CONSEILS ET TÉMOIGNAGES POUR LES PERSONNES AUX PRISES AVEC LA MALADIE

Lisa Snyder. Saint-Laurent : Fides, 2001, 208 p.

Sept personnes aux prises avec l'Alzheimer, d'âges et de milieux divers, témoignent de leur vie au quotidien avec cette pénible maladie. Du premier choc au diagnostic, elles évoquent leurs angoisses et leurs peurs ainsi que leur lutte pour préserver leur dignité.

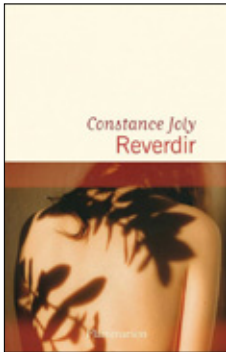


JE NE SUIS PAS SORTIE DE MA NUIT

Annie Ernaux. Paris : Gallimard, 1999, 115 p.

L'auteure, récipiendaire de nombreux prix littéraires renommés, écrit sur sa mère atteinte de la maladie d'Alzheimer.

ROMANS

**REVERDIR**

Constance Joly. Paris : Flammarion, 2025, 234 p.

À cinquante ans, la narratrice voit sa mère disparaître dans l'Alzheimer tandis que son mariage se défait. Et si, étrangement, mère et fille semblent chuter en même temps, il va pourtant s'agir pour elles de « reverdir », chacune à leur façon. Commence alors une métamorphose parsemée de rencontres, de ralentissements cruels et d'accélération joyeuses, offrant tout leur sel à cette aventure existentielle.



Aussi disponible sur [Pretnumerique](#)

**SÉMI**

Aki Shimazaki. Arles : Actes Sud, 2024, 150 p.

Tetsuo et Fujiko Niré sont mariés depuis plus de quarante ans lorsqu'ils entrent en maison de retraite, du fait de la maladie d'Alzheimer de Fujiko. Un matin, elle ne reconnaît plus son époux. D'abord bouleversé, ce dernier entreprend de reconquérir celle qui pense que cet étranger est seulement son fiancé.



Aussi disponible sur [Pretnumerique](#)

**LE SENTIER DE L'OUBLI**

Marie-Paule Racine. Lanoraie : les Éditions de l'Apothéose, 2023, 160 p.

Claire, à la retraite depuis quelques années, éprouve ces derniers temps des troubles de la mémoire. Sa fille Maud et son conjoint, ainsi que Suzanne, voisine et amie de Claire, le constatent également. Mais peut-être n'est-ce que passer ? Malheureusement les écarts de Claire se poursuivent et s'ajoutent à cela des sautes d'humeur. La situation devient alors difficile pour tous. Comment protéger Claire d'elle-même tout en préservant une qualité de vie pour tout le monde ?



NIRÉ

Aki Shimazaki. Arles : Actes Sud, 2023, 135 p.

Alors que son épouse attend leur troisième enfant, Nobuki Niré trouve, dans l'un des tiroirs de son ancien bureau d'écolier, le journal que sa mère, atteinte d'Alzheimer, a éprouvé le besoin de tenir lorsqu'elle a senti sa mémoire décliner. Il découvre que cette femme, trop longtemps murée dans les exigences du couple traditionnel japonais, a eu une vie avant lui et à travers lui.

 Aussi disponible sur [Pretnumerique](#)



LES PAGES DE NOTRE AMOUR

Nicholas Sparks. Neuilly-sur-Seine : Michel Lafon poche, 2022, 249 p.

En 1995, dans une chambre d'une maison de retraite du sud des Etats-Unis, un vieil homme ouvre un cahier dont la reliure est défraîchie par l'usage. Comme tous les matins depuis bientôt quatre ans, il lit l'histoire de Noah Calhoun et d'Allie à une vieille dame.



N'OUBLIE PAS LES FLEURS

Genki Kawamura. Paris : Fleuve éditions, 2021, 299 p.

En prenant soin de sa mère Yuriko, atteinte d'Alzheimer, Izumi, qui s'apprête lui-même à devenir père, tente de comprendre ce qui l'a éloigné d'elle au fil du temps et s'interroge sur le sens de leur relation. A mesure que les souvenirs de Yuriko s'estompent, ceux de l'enfance d'Izumi resurgissent.

 Aussi disponible sur [Pretnumerique](#)



AUORE

Bertrand Touzet. Paris : Presses de la Cité, 2021, 265 p.

Dans les Pyrénées, Aurore, infirmière à domicile, élève seule son fils Nils. Le jour où elle découvre une annonce dans laquelle Noël, un vieil homme atteint d'Alzheimer, demande de la compagnie pour ne pas finir ses jours seul, elle prend contact avec lui. De profonds liens se nouent alors entre Aurore, l'adolescent et Noël.

 Aussi disponible sur [Pretnumerique](#)



UNE VIE ET DES POUSSIÈRES

Valérie Clo. Paris : Buchet-Chastel, 2020, 227 p.

Journal de Mathilde, une vieille femme atteinte de la maladie d'Alzheimer, que sa fille a décidé de placer dans un Ehad. Elle raconte ses souvenirs d'enfance pendant la Seconde Guerre mondiale, notamment la mort de ses parents, ainsi que sa vie au sein de l'établissement, ses relations avec les autres résidents et les aides-soignantes dont Maryline, véritable rayon de soleil.



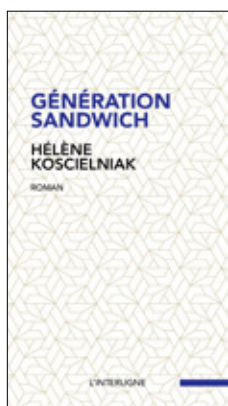
Aussi disponible sur [Pretnumerique](#)



J'AI FAILLI TE MANQUER

Lorraine Fouchet. Paris : Éditions Héloïse d'Omersson, 2020, 362 p.

Tout oppose Lise et sa fille Cerise, qui cohabitent tout de même tant bien que mal. Un jour, Cerise a vent d'une rumeur disant qu'elle aurait été adoptée mais, après la disparition d'Axel, son père adoré, elle apprend que sa mère en est à l'origine.



GÉNÉRATION SANDWICH

Hélène Koscielniak. Ottawa : L'Interligne, 2020, 285 p.

Lianne Ménard fait partie de la « génération sandwich », appelée à prendre soin simultanément de ses vieux parents et de ses enfants adultes. Entre les besoins de son père souffrant d'Alzheimer, de ses enfants malheureux en couple et de sa petite-fille qui annonce son intention de devenir un garçon, Lianne se sent débordée et épuisée.



Aussi disponible sur [Pretnumerique](#)



TOUT LE BLEU DU CIEL

Mélissa Da Costa. Paris : Carnets Nord, 2019, 648 p.

Emile, 26 ans, touché par un Alzheimer précoce, décide de quitter l'hôpital et sa famille afin de partir à l'aventure. Une jeune femme, Joanne, répond à son annonce. Ils commencent ensemble un périple où la rencontre des autres conduit à la découverte de soi-même.



COMME LES PÉTALES D'UNE MARGUERITE

Isabelle Petit. Montréal : Hurtubise, 2019, 387 p.

Lorette a 70 ans lorsque le diagnostic tombe : elle est atteinte de la maladie d'Alzheimer. Son passé est condamné à s'effacer et son avenir, limité, bascule dans l'incertitude. Comment peut-elle alors faire face aux dernières années de sa vie ? Pour cette femme résiliente, il n'y a qu'une seule avenue : continuer à agir le plus normalement possible, et surtout, ne plus perdre une seule minute de son précieux temps !

 Aussi disponible sur [Pretnumerique](#)



ET SI LA VIE C'ÉTAIT MAINTENANT

Anne Julien. Québec : Le Travailleur futé, 2018, 677 p.

Au fil des ans, la maladie d'Alzheimer bouleverse la vie de Simone, celle de ses filles et de son mari. La dégénérescence cognitive, les changements physiques, de caractère et toutes les autres difficultés inhérentes à cette maladie obligent les membres de sa famille à vivre sa perte au quotidien.



BYE-BYE, VITAMINES

Rachel Khong. Paris : Les Escales, 2018, 247 p.

Ruth, 30 ans, vient juste de se séparer de son fiancé. Elle reçoit un appel de sa mère lui annonçant que son père, un professeur d'histoire reconnu, est atteint de la maladie d'Alzheimer. Elle quitte alors son travail et s'installe dans la maison familiale pendant une année. Mais, entre son père et sa mère, Ruth ne sait pas qui est le plus imprévisible.

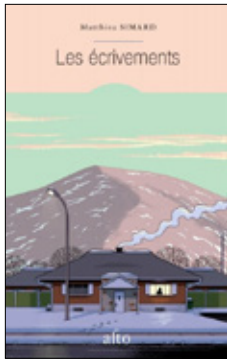


LA MAISON ROZENBAUM

Evelyne Lagardet. Paris : Plon, 2018, 444 p.

Sarah et Albert sont deux rescapés des camps de concentration. Après un diagnostic d'Alzheimer pour Sarah, ses fils la placent à La Maison Rozenbaum. Albert s'y fait admettre aussi. Ils y redécouvrent l'enfermement et la maltraitance. Avec d'autres résidents, ils mettent en place le programme « Les jours heureux ». Les autres pensionnaires retrouvent alors le goût de vivre.

 Aussi disponible sur [Pretnumerique](#)



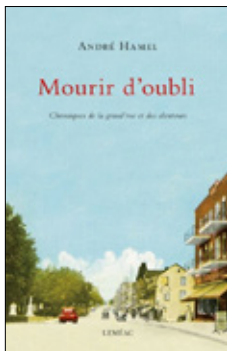
LES ÉCRIVEMENTS

Matthieu Simard. Québec : Alto, 2018, 234 p.

Les traces de pas dans la neige finissent toujours par disparaître, comme des souvenirs qu'on est forcé d'oublier, soufflés par le vent ou effacés par le soleil. Celles de Suzor, parti un soir de décembre 1976, n'existent plus depuis longtemps. Pourtant, Jeanne les voit encore chaque jour par la fenêtre du salon. Pendant quarante ans, elle s'est promis de ne jamais le chercher, mais lorsqu'elle apprend qu'il est atteint d'Alzheimer, sa promesse ne tient plus : elle doit retrouver Suzor avant qu'il oublie.



Aussi disponible sur [Pretnumerique](#)



MOURIR D'OUBLI : CHRONIQUES DE LA GRAND'RUE ET DES ALENTOURS

André Hamel. Montréal : Leméac, 2017, 301 p.

Albert Allibert se laisse porter par les images qu'on lui a transmises et qu'il a conservées des morts dont il est le personnage : une mère distinguée devenue demoiselle Lupien et morte de démence, un père fantaisiste et effacé, perdu dans ses tableaux et ses inventions, une grande sœur disparue très tôt loin de la grand'rue, un grand-père déchu, visionnaire lubrique bon pour l'asile, une arrière-grand-mère qui fait de la misère les plus belles courtpointes du pays, une poupée de guenille oubliée et les frères Awashish qui, à la tête de l'île des Piles, draient les corps des justes pour empêcher qu'ils ne s'échouent dans les eaux basses du chenal. Défilent ainsi la Batiscanie et la Mauricie, les âges brefs de la fourrure, du bois, du fer, de l'électricité et du papier, le temps long d'avant les blancs et les temps muséaux du Midwest réinventé.



AVANT DE T'OUBLIER

Rowan Coleman. Paris : Milady, 2016, 381 p.

« Votre âge. Votre adresse. Le visage de votre amant. Jusqu'au nom de votre premier enfant. Que feriez-vous si tous ces souvenirs commençaient à s'effacer ? » Pour lutter contre sa mémoire à la dérive, Claire note dans un carnet les souvenirs qui sont encore intacts. Ce carnet, c'est tout ce qui restera d'elle. Claire souffre d'une forme précoce de la maladie d'Alzheimer. En quelques mois à peine, aller au bout de la rue est devenu une expédition, emmener sa fille au parc, un périple. À tel point que sa mère la traite comme une enfant, que son mari est désormais un étranger, et que les mots lui manquent pour dire à ses filles, dans ses moments de lucidité, combien elle les aime et craint de les perdre pour toujours. Dans ces conditions, comment profiter des derniers jours avant l'oubli.



L'ENVOL DU PAPILLON

Lisa Genova. Paris : Presses de la Cité, 2015, 357 p.

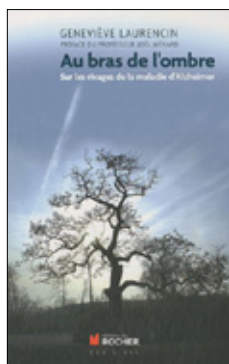
Titulaire d'une chaire de neuropsychologie à Harvard, Alice, à 50 ans, attribue ses amnésies au stress et à la ménopause. Jusqu'au jour où elle se retrouve désorientée. À l'issue de tests médicaux, le diagnostic tombe : elle est atteinte d'une forme précoce de la maladie d'Alzheimer. Elle, ses deux filles et son mari John vont entamer une descente dans l'enfer de la maladie. Ce livre a été adapté en film : « Toujours Alice ».



LE PREMIER OUBLIÉ

Cyril Massarotto. Paris : XO, 2012, 234 p.

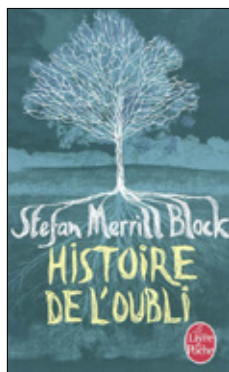
Madeleine perd petit à petit la mémoire depuis quelque temps. Rien de grave, jusqu'au jour où, ne retrouvant plus sa voiture, elle souhaite appeler son mari. Son fils lui apprend qu'il est mort depuis plusieurs mois. Par la suite, son fils est le premier dont elle oubliera le prénom, mais il va consacrer tout son temps à sa mère qui va vivre la lente dépersonnalisation causée par la maladie.



AU BRAS DE L'OMBRE : SUR LES RIVAGES DE LA MALADIE D'ALZHEIMER

Geneviève Laurencin. Monaco : Éditions du Rocher, 2011, 168 p.

Un livre poétique et réaliste sur la maladie d'Alzheimer, composées de scènes de pure fiction, de poèmes et de citations.



HISTOIRE DE L'OUBLI

Stefan Merrill Block. Paris : Le livre de poche, 2011, 381 p.

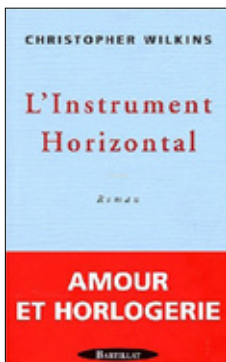
À 70 ans, Abel Haggard vit près de Dallas au Texas avec le souvenir de son amour Mae et de leur fille, Jamie. Près d'Austin, Seth Waller, 15 ans, enquête sur l'histoire génétique de sa mère Jamie, atteinte d'une forme foudroyante de la maladie d'Alzheimer. Seth et Abel ne se connaissent pas mais ont en commun une enfance bercée par les légendes d'une cité mythique, Isadora.



ET MAINTENANT, DANSEZ

Andrés Barba. Paris : C. Bourgois, 2007, 258 p.

Présentée en quatre mouvements sur quatre ans, la tragédie de l'incommunicabilité familiale alors que la mère, septuagénaire, s'enfonce dans la brume alzhémérienne.



L'INSTRUMENT HORIZONTAL

Christopher Wilkins. Paris : Bartillat, 2001, 206 p.

Après le décès de son épouse, dû à la maladie d'Alzheimer, un jeune horloger décide de construire la montre parfaite. Un roman vibrant sur la mémoire et le temps.

BANDES DESSINÉES



BLIZZARD : LÀ OÙ L'OUBLIE COMMENCE

Denise Dorrance. Malakoff : Bayard graphic, 2025, 247 p.

Installée à Londres, l'autrice est contrainte de retourner dans sa ville natale aux Etats-Unis après avoir reçu un appel téléphonique lui signalant que sa mère semblait peu à peu dans la démence. Elle raconte les deux mois qui ont suivi ce coup de fil, la recherche d'un établissement de soins, la peur, entre autres.



QUAND J'AI FROID

Valentine Choquet. Amiens : Gouttière, 2024, 208 p.

Louise mène une vie solitaire essentiellement rythmée par ses études. Un jour d'hiver, elle rencontre sa voisine d'immeuble, une vieille dame dynamique et souriante qui a beaucoup d'histoires à raconter. Saison après saison, les deux femmes partagent des moments complices et des souvenirs qui se font de moins en moins précis.



TOUT LE BLEU DU CIEL

Mélissa Da Costa, Carbone et Juliette Bertaudière (ill.). Paris : Albin Michel, 2024, 233 p.

Émile, 26 ans, touché par un Alzheimer précoce, quitte l'hôpital et sa famille afin de partir à l'aventure. Une jeune femme, Joanne, répond à son annonce. Ils commencent ensemble un périple où la rencontre des autres conduit à la découverte de soi-même.

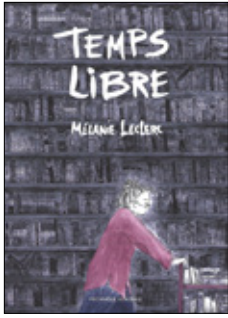
 Aussi disponible sur [Pretnumerique](#)



LITTLE JOSÉPHINE : LES JOURS D'OUBLI

Valérie Villieu et Raphaël Sarfati (ill.). Saint-Avertin : La boîte à bulles, 2021, 120 p.

Récit de la rencontre et du lien peu à peu noué entre une infirmière à domicile et Joséphine, une personne âgée. Prix œcuménique de la bande dessinée 2012.



TEMPS LIBRE

Mélanie Leclerc. Montréal : Mécanique générale, 2020, 176 p.

Pour survivre en ce monde, un rêve doit résister à l'adversité, à l'épuisement, à l'oubli. Ici, une jeune mère de famille rêve de faire du cinéma. Son sujet : sa marraine, frappée par la maladie d'Alzheimer au moment où elle devenait comédienne. À bout de bras, entre un quart de travail à sa bibliothèque de quartier et sa vie de famille, l'aspirante-cinéaste met bout à bout des morceaux de temps libre pour contrecarrer l'usure du temps sur l'étoffe de ses rêves.



Aussi disponible sur [Pretnumerique](#)



LE GRAND DÉSORDRE : ALZHEIMER, MA MÈRE ET MOI

Sarah Leavitt. Paris : Steinkis, 2014, 126 p.

Quand Sarah Leavitt apprend que sa mère a la maladie d'Alzheimer, elle décide de noter et de retranscrire tout ce qui se passe pour elle et sa famille : les moments de folie, la beauté, la tragédie, la drôlerie.



CEUX QUI ME RESTENT

Damien Marie et Laurent Bonneau (ill.). Charnay-lès-Mâcon : Bamboo, 2014, 159 p.

Après la mort de sa femme, Florent a élevé seul sa fille Lillie. Leurs chemins se sont séparés lorsque sa fille est devenue adulte. Aujourd'hui âgé de 70 ans, Florent souhaite la retrouver avant de mourir. Pourtant, la jeune femme vient le voir tous les jours mais son père, atteint de la maladie d'Alzheimer, ne la reconnaît pas.



LA TÊTE EN L'AIR

Paco Roca. Paris : Delcourt. 2013, 99 p.

Admis dans une résidence pour le troisième âge parce qu'il souffre de la maladie d'Alzheimer, Ernest ressent la vie en collectivité comme une épreuve. Mais il accepte bientôt son nouvel environnement et décide de se battre afin d'échapper à la déchéance à laquelle son mal le destine.

OUVRAGES JEUNESSE

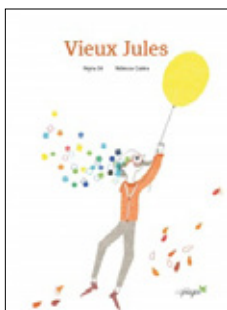


3 À 6 ANS

MON PAPY TÊTE EN L'AIR

Benoît Broyart et Laurent Richard (ill.). Rennes: Hyg e  ditions, 2020, 28 p.

Le regard d'une petite fille sur son grand-père atteint de la maladie d'Alzheimer, qui s'apprête à entrer en maison de retraite. Une histoire illustrée suivie d'un documentaire sur cette maladie, la manière dont elle se manifeste, les difficultés qu'elle provoque et l'accompagnement des personnes atteintes.



3 À 6 ANS

VIEUX JULES

Heyna B  et Rebecca Galera (ill.). Paris:  ditions Cépages, 2019, 25 p.

Vieux Jules est presque centenaire. Mais sa mémoire lui joue des tours. Parfois, il ne sait plus son âge, ni son nom. Une histoire pour faire comprendre à l'enfant la maladie d'Alzheimer.



3 À 7 ANS

N'OUBLIE PAS MON...

Christine Bertrand et Marie-Eve Turgeon (ill.). L' piphanie: les  ditions Alaska, 2023, 36 p.

Les jumeaux accompagnent toujours leur GrandPa lorsqu'il s'agit d'aller faire des achats dans le quartier. C'est que de plus en plus souvent, leur Papi oublie, comme si ses pensées s'envolaient au vent. Toutefois, Noa et No  lui proposent quelques trucs pour l'aider à retrouver ce qu'il devrait acheter. Parviendront-ils à raviver la mémoire de leur grand-père adoré ?



3 À 9 ANS

GRAND-PÈRE LION OUBLIE TOUT

Julia Jarman et Susan Varley (ill.). Paris: Gallimard jeunesse, 2015, 25 p.

Le vieux roi Lion adopte un comportement de plus en plus étrange pour son petit-fils Léonard, qui a du mal à le reconnaître avec toutes ses  tourderies. Heureusement, tous les amis du lion se mobilisent pour essayer de lui raviver la mémoire.



3 À 9 ANS

LES GIBOULÉES DE MAM'ZELLE SUZON

Léna Mariel et Isabelle Carrier (ill.). Bruxelles : Alice jeunesse. 2011, 24 p.

Mam'zelle Suzon est une vieille dame qui commence par perdre la mémoire, puis des objets, puis le souvenir des prénoms et les visages de ceux qui l'entourent. Un album pour aider l'enfant à comprendre la maladie d'Alzheimer.



4 À 9 ANS

PAPI LOU OUBLIE TOUT...

Françoise Robert et Louise Catherine Bergeron (ill.). Saint-Lambert : Dominique et compagnie, 2013, 24 p.

Flavie est très proche de ses grands-parents et elle profite du fait qu'ils soient ses voisins pour passer beaucoup de temps avec eux. Louis, son grand-père, lui invente toujours mille et une activités particulièrement ingénieuses et originales qu'elle adore faire avec lui. Mais Flavie remarque un jour que Louis a des comportements étranges, et qu'il oublie souvent des choses. Que se passe-t-il ? Elle apprendra peu de temps après que son grand-père a la maladie d'Alzheimer et que toute la famille devra se serrer les coudes pour traverser la difficile épreuve qui les attend.



4 À 9 ANS

LA MÉMOIRE AUX OISEAUX

Ingrid Chabbert et Soufie (ill.). Vincennes : Des ronds dans l'O, 2012, 23 p.

Album réaliste narratif, avec économie de mots, la difficile relation qui s'étiole entre une grand-mère atteinte de la maladie d'Alzheimer et son petit-fils. Bien qu'il réalise que les symptômes sont parfois bien tristes, il retrouve un certain entrain lorsque, d'un gros câlin, il console la vieille dame tapie en larmes derrière un fauteuil. Dès lors, chacun fait de son mieux pour cultiver la bonne humeur en aidant la vieille dame à apprécier les petits bonheurs qui lui restent.



6 À 9 ANS

CHANTE L'OISEAU, CHANTE

Benoît Archambault et Marie-Eve Turgeon. Montréal : MultiMondes, 2025, 31 p.

À travers le regard d'un jeune garçon, cet album jeunesse aborde avec douceur des thèmes forts : la maladie d'Alzheimer, les liens familiaux, la découverte de soi et la force rassembleuse de la musique.

 Aussi disponible sur [Pretnumerique](#)



6 À 9 ANS

LA TÊTE À L'ENVERS

Didier Dufresne et Bérengère Delaporte (ill.). Paris : Mango jeunesse, 2023, 25 p.

Quentin a du mal à comprendre que sa mamie perd la tête. Une histoire sensible sur la relation d'un enfant et de sa grand-mère atteinte d'Alzheimer.



6 À 9 ANS

GRAND-PÈRE PAPILLON

Franck Achard et Evanne Dufeil (ill.). Caen : Éditions Motus, 2022, 41 p.

Une enfant libère un des papillons que collectionne son grand-père. Ce dernier souffrant de pertes de mémoire, elle se demande où s'envolent ses souvenirs.



6 À 9 ANS

MON PAPY PERCE-NEIGE

Betina Birkjaer et Anna Margrethe Kjaergaard (ill.). Paris : Didier jeunesse, 2021, 35 p.

Bout-de-chou adore son papy Kay qui connaît le nom des 123 fleurs qui poussent dans sa véranda. Avec lui et sa mamie Gerda, ils assemblent des puzzles et jouent aux mots croisés. Un jour, le grand-père perd ses mots. Bout-de-chou les ramasse avant de les ranger précieusement dans une boîte. Une histoire sur la vieillesse et la maladie d'Alzheimer.

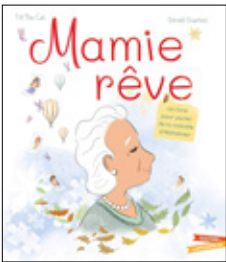


6 À 9 ANS

LA FORÊT DES SOUVENIRS

Rachel Ip et Laura Hughes (ill.). Paris : Kimane, 2021, 25 p.

Emma et sa grand-mère découvrent une forêt magique où sont préservés les odeurs et les souvenirs passés et oubliés. La petite fille plonge alors dans l'ancienne vie de sa mamie. Une histoire qui évoque la perte de mémoire.



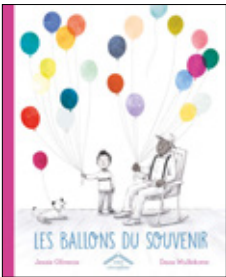
6 À 9 ANS

MAMIE RÊVE

Till the cat et Gérald Guerlais (ill.). Vanves : Gautier-Languereau, 2021, 25 p.

Un enfant parle de sa grand-mère, qui rêve à toute heure de la journée. Parfois, elle se met en colère sans raison et ne le reconnaît pas, mais il est toujours là pour lui prendre la main et l'embrasser. Un album pour découvrir la maladie d'Alzheimer.

 Aussi disponible sur [Pretnumerique](#)

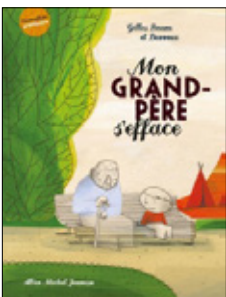


6 À 9 ANS

LES BALLONS DU SOUVENIR

Jessie Oliveros et Dana Wulfekotte (ill.). Paris : Circonflexe, 2020, 40 p.

Elliott a plusieurs ballons dans lesquels il conserve ses souvenirs. Son grand-père, lui, en possède énormément. Mais un jour, il laisse un ballon s'envoler, puis plusieurs, jusqu'à ce qu'il n'en ait plus. Un album abordant le thème de la maladie d'Alzheimer.



6 À 9 ANS

MON GRAND-PÈRE S'EFFACE

Gilles Baum et Barroux (ill.). Paris : Albin Michel, 2019, 41 p.

Un petit garçon rend visite à son grand-père, centenaire. Ce dernier perd un peu la tête et le confond avec son frère. Le garçonnet décide de jouer le jeu.



6 À 9 ANS

TU TE SOUVIENS DE MOI ?

Phil Cummings et Owen Swan (ill.). Paris : Circonflexe, 2019, 30 p.

Chaque jour, Ana rend visite à son grand-père, qui souffre de la maladie d'Alzheimer, à l'hôpital. Elle lui demande systématiquement s'il se souvient d'elle.



6 À 9 ANS

LES VOYAGES DE MA GRAND-MÈRE

Juliet Rix et Christopher Corr (ill.). Paris : Gallimard jeunesse, 2019, 27 p.

Une fillette parle de sa grand-mère, atteinte de la maladie d'Alzheimer. Alors que les adultes pensent qu'elle a perdu la raison, l'enfant s'imagine qu'elle continue de voyager dans sa tête, comme du temps de sa jeunesse, lorsqu'elle faisait le tour du monde.



6 À 9 ANS

LA PLANÈTE DE GRAND-PÈRE

Coralie Saudo et Marie Lafrance. Sherbrooke : Éditions D²eux, 2019.

Il existe une planète où rien ne tourne rond. Et mon grand-père à moi, il vit un peu sur cette planète-là... Une histoire sur la mémoire et les souvenirs, et comment les préserver.



6 À 9 ANS

AU REVOIR, ADÉLAÏDE

Geneviève Casterman. Paris : L'École des loisirs, 2015, 33 p.

Alors qu'il réalise que son épouse n'a plus toute sa tête, Maturin lui rédige ainsi une superbe lettre au fil de laquelle il évoque tous ces moments partagés qui ont égayé sa vie, depuis leur coup de foudre jusqu'à leurs épopées autour du monde en passant par les repas qu'ils ont partagés avec leurs beaux enfants.



6 À 9 ANS

MA GRAND-MÈRE NE SE RAPPELLE PLUS DE MON PRÉNOM

Rodolfo Esteban et Mai Egurza (ill.). Genève : Chours, 2015, 23 p.

Petit à petit, Hélène voit sa grand-mère, atteinte de la maladie d'Alzheimer, perdre la mémoire. Elle cherche à passer autant de temps qu'elle le peut avec elle.



6 À 9 ANS

LA PETITE RAPPORTEUSE DE MOTS

Danielle Simard et Geneviève Côté. Montréal : Les 400 coups, 2014, 32 p.

Depuis quelque temps, la grand-maman d'Élise cherche sans arrêt ses mots, les « perdant encore plus souvent que ses clés ». La fillette fait de son mieux pour les deviner à l'aide des gestes que multiplie sa mamie, dont le regard se voile alors de tristesse. Mais où sont donc passés ces mots qui sortaient autrefois de sa bouche à une vitesse folle ? Élise croit plutôt que sa grand-mère lui a offert ses mots en cadeau. Alors elle s'applique à rapporter les mots perdus, juste pour le plaisir de voir sa mamie esquisser ce sourire qui, lui, ne s'use pas...

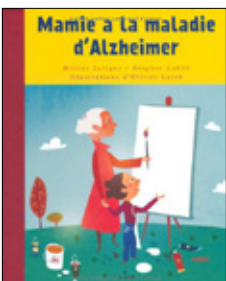


6 À 9 ANS

PIERRE TRAQUÉ PAR LE TRAC

Mathieu Boutin. Montréal : Planète rebelle, 2012, 68 p.

Musicienne accomplie, la grand-tante Juliette a pourtant des comportements étranges; elle oublie plein de choses, confond le nom des personnes, parle de sa sœur Berthe décédée comme si elle était une petite fille. Juliette est malade, elle a la maladie d'Alzheimer. Pierre découvrira cependant que Juliette et lui sont complices à la fois des « papillons dans le ventre » et de l'amour de la musique.



6 À 9 ANS

MAMIE A LA MALADIE D'ALZHEIMER

Hélène Juvigny et al. Toulouse : Milan, 2012, 30 p.

Avant, Julie et sa grand-mère faisaient beaucoup d'activités ensemble. Maintenant, ce n'est plus possible : mamie Solange est atteinte de la maladie d'Alzheimer. Un album pour aider à comprendre cette maladie.

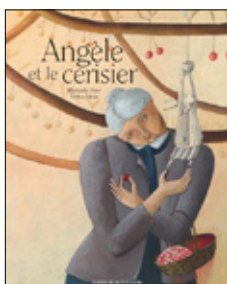


6 À 9 ANS

L'HISTOIRE DU RENARD QUI N'AVAIT PLUS TOUTE SA TÊTE

Martin Baltscheit. Voisins-le-Bretonneux : Rue du monde, 2011, 32 p.

À travers l'histoire d'un renard qui peu à peu perd la mémoire, cet album aux dessins décalés évoque la vieillesse et la maladie d'Alzheimer.



6 À 9 ANS

ANGÈLE ET LE CERISIER

Raphaële Frier et Teresa Lima (ill.) Le Puy-en-Velay : L'Atelier du poisson soluble, 2011, 33 p.

Angèle est une vieille dame vivant seule et perdant peu à peu la mémoire. Ses jours sont éclairés par la visite d'une fillette et de son fils. Aujourd'hui, elle a préparé des sablés au beurre qu'elle espère partager avec sa jeune visiteuse. Elles iront ensuite cueillir des cerises, puis son fils viendra la rejoindre.



6 À 9 ANS

DE LA MAGIE POUR GRAND-MAMAN

Nathalie Loignon et Marion Arbona (ill.) Montréal : Bayard Canada, 2011, 47 p.

La grand-maman de Gérard n'est plus comme avant. Auprès de Ludvilla, le garçon fait des tours de magie. Il souhaite tant trouver comment la guérir ! Quand ses parents lui annoncent que Ludvilla doit aller vivre dans une résidence pour personnes âgées, Gérard est très triste. Il décide d'aller acheter un cadeau spécial... un cadeau qui saura la reconforter. Pendant son absence, les choses se bousculent. De grands bouleversements feront vivre à Gérard beaucoup d'émotions...

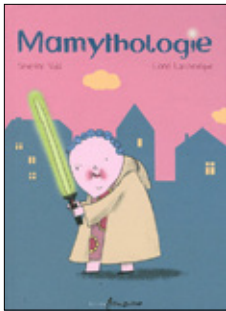


6 À 9 ANS

VRAI DE VRAI, PAPI?

Émilie Rivard et Anne-Claire Delisle (ill.) Montréal : Bayard Canada, 2011, 24 p.

Enfant, Louis adorait les aventures racontées par son grand-papa. Mais quand ce dernier perd peu à peu la mémoire, le garçon s'improvise conteur pour lui redonner le goût de vivre.



6 À 9 ANS

MAMYTHOLOGIE

Séverine Vidal et Lionel Larchevêque (ill.) Montrouge : Frimousse, 2011, 27 p.

Un album porté par l'amour inconditionnel d'un bambin envers sa mamie, de laquelle il dresse un portrait à la fois fantaisiste et pétri de tendresse. Page après page, le jeune narrateur célèbre les qualités de sa grand-mère. Un bel outil pour aborder la vieillesse et la maladie d'Alzheimer avec les plus petits tout en faisant ressortir l'humanité de leurs aînés.



6 À 9 ANS

LA MÉMOIRE ENVOLÉE

Dorothée Piatek et Marie Desbons. Rouen : Gecko jeunesse, 2009, 35 p.

Une grand-maman perd sa mémoire à cause de la maladie d'Alzheimer. Cela va perturber sa vie. Sa petite-fille lui rend visite à sa maison de retraite. On voit qu'elle mélange tout dans sa tête et qu'elle est fatiguée, mais qu'elle a encore de l'amour pour tous. Sa petite-fille se rappelle comment elle était avant, quand elle habitait dans sa petite maison.

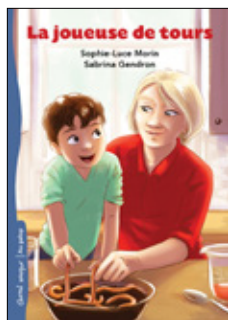


6 À 9 ANS

TRÈS VIEUX MONSIEUR

Adeline Yzac et Éva Offredo (ill.) Rodez : Rouergue, 2009, 25 p.

Très Vieux Monsieur est à la retraite et il en profite : il aime voyager, raconter des histoires, faire du vélo, parler de politique et danser le tango. Tout le monde l'apprécie. Mais un jour, la mémoire manque à Très Vieux Monsieur... Cet album évoque les étapes de la maladie d'Alzheimer et décrit avec beaucoup de justesse les changements qui s'opèrent dans les relations des proches.



6 À 10 ANS

LA JOUEUSE DE TOURS

Sophie-Luce Morin et Sabrina Gendron. Montréal : Bayard Canada livres, 2018, 47 p.

Adrien et sa grand-maman partageaient de belles activités jusqu'à ce que la maladie frappe mamie Laura. Le petit garçon fait tout ce qu'il peut pour aider sa grand-mère à retrouver la mémoire, mais la joueuse de tours s'amuse à tout mélanger dans la tête de mamie Laura.

 Aussi disponible sur [Pretnumerique](#)



À PARTIR DE 6 ANS

LA SURPRISE DE MÉMÉ !

Marc Cantin, Isabel et Fabrice Mosca (ill.). Marseille : Éditions Clair de lune, 2020, 78 p.

La grand-mère maternelle d'Enzo vit seule dans une ferme mais elle a des problèmes d'orientation et de mémoire. Les parents du jeune garçon lui proposent donc d'emménager chez eux, au dernier étage d'un petit immeuble moderne. La vieille femme débarque avec tous ses animaux dont Crottine, une chèvre au caractère bien trempé. Ces nouveaux arrivants chamboulent la vie familiale.

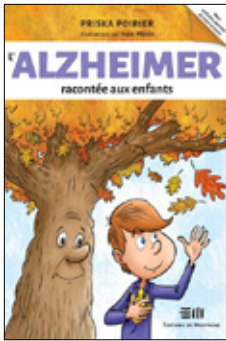


7 À 11 ANS

COCO N'EST PAS ZINZIN

Mymi Doinet et Nicolas Trêve (ill.). Paris : Nathan, 2019, 41 p.

Ortie la tortue s'inquiète pour sa maîtresse Colette dont la santé se dégrade. Elle réunit donc Cubitus le cocker, Van Gogh le chat de gouttière et tous ses amis afin de trouver une solution pour sauver Colette et de rester ensemble.



À PARTIR DE 7 ANS

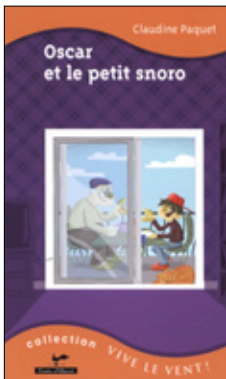
L'ALZHEIMER RACONTÉE AUX ENFANTS

Priska Poirier et Jean Morin (ill.). Boucherville : Éditions de Mortagne, 2023, 50 p.

Lorsque Philippe apprend que Louis-Chêne, son papi adoré, a une maladie qui affecte sa mémoire, il est inquiet. Et si son grand-papa l'oubliait ? Pourtant, même si son grand-père ne se souvient pas de son nom et ne le reconnaît pas toujours, le garçon sait qu'il l'aime encore... au-delà des mots. Ce conte illustré vous permettra d'aborder l'Alzheimer avec votre enfant, d'une façon simple et imagée. Grâce à la section « trucs et astuces », vous découvrirez ensemble les gestes à poser pour vous adapter aux différents stades de la maladie et pour conserver une belle complicité avec la personne atteinte.



Aussi disponible sur Pretnumerique



À PARTIR DE 7 ANS

OSCAR ET LE PETIT SNORO

Claudine Paquet. Gatineau : Vents d'ouest, 2013, 91 p.

Roman réaliste au cours duquel Alexis, huit ans, raconte comment son oncle préféré, atteint de la maladie d'Alzheimer, a dû déménager dans une résidence pour personnes âgées, parce que sa mémoire lui fait de plus en plus défaut.



Aussi disponible sur Pretnumerique



8 À 9 ANS

ELLE SAVAIT PARLER AUX OISEAUX

Danielle Charland et Éric Péladeau (ill.). Gatineau : Vents d'Ouest, 2017, 73 p.

Éloïse vient de déménager. Elle trouve très difficile d'appivoiser sa nouvelle famille reconstituée. Heureusement, elle découvre, non loin de chez elle, un parc magnifique. Au parc, elle fait la connaissance d'Alice, atteinte de la maladie d'Alzheimer. Cette vieille dame parle aux oiseaux et raconte des histoires magnifiques, les yeux fermés.



Aussi disponible sur Pretnumerique



8 À 9 ANS

C'EST MA CHAMBRE

Caroline Gauvin et Anne-Marie Bourgeois (ill.). Rosemère : Éditions Pierre Tisseyre, 2017, 111 p.

Simone se doute que quelque chose ne tourne pas rond lorsque sa mère lui demande de revenir toute seule à pied de l'école et qu'elle découvre que des objets ont été déplacés dans sa chambre. Mécontente que quelqu'un ait touché à ses biens, sa colère est toutefois apaisée quand elle réalise que l'intruse n'est nulle autre que sa grand-mère. Or, cette dernière ne vient pas seulement visiter Simone, sa mère et sa sœur. Elle va en fait habiter temporairement chez elles, et prendre possession de sa chambre ! Une histoire sur l'évolution de la maladie d'Alzheimer et sur l'acceptation de l'autre.



8 À 9 ANS

MON CŒUR N'OUBLIE JAMAIS

Agnès de Lestrade et Violaine Marlange. Rodez : Rouergue, 2010, 109 p.

Angèle est envoyée chez sa grand-mère maternelle pour quelques jours, car sa mère enceinte est très fatiguée et son père est très occupé par son travail. Arrivée chez sa Mamie, Angèle s'aperçoit vite que quelque chose chez sa grand-mère ne tourne plus rond : elle confond les souvenirs et le présent. Un texte touchant qui aborde la maladie d'Alzheimer.



8 À 9 ANS

LA MÉMOIRE DE MADEMOISELLE MORGANE

Martine Latulippe. Saint-Lambert : Dominique et compagnie, 2001, 76 p.

La petite Mélina tente d'apprivoiser sa nouvelle voisine, mademoiselle Morgane. Celle-ci est sombre et morose. Dans sa maison, il y a plein de papiers accrochés çà et là. Mademoiselle Morgane est atteinte de la maladie d'Alzheimer, la maladie de la mémoire. La fillette et sa famille multiplient les gestes pour améliorer, colorer la vie de mademoiselle Morgane.

 Aussi disponible sur [Pretnumerique](#)



8 À 11 ANS

LES SOUVENIRS DE FERDINAND TAUPE

Mickaël Brun-Arnaud et Sane (ill.). Paris : L'École des loisirs, 2022, 299 p.

Dans la forêt de Bellécore, Archibald Renard collecte dans sa librairie les livres écrits par les animaux. Comme il commence à perdre la mémoire, Ferdinand Taupe souhaite récupérer l'ouvrage qu'il a déposé des années auparavant pour retrouver ses souvenirs. Sauf qu'un inconnu vient d'acquérir son précieux mémoire. Archibald et Ferdinand se lancent alors à sa recherche.



Aussi disponible sur [Pretnumerique](#)



9 À 12 ANS

L'HIPPOCAMPE

Katerine Martin. Montréal : Isatis, 2024, 47 p.

La mémoire de grand-mère s'efface tranquillement, comme une ardoise sur laquelle on aurait passé un coup de brosse. L'idée de sa petite-fille pour raviver ses souvenirs ? Partir en escapade avec elle pour revivre des moments précieux de sa belle et longue vie. Retourner dans son village et sentir l'odeur de l'herbe, de la ferme et de la fromagerie. Revoir la maison familiale et y faire renaître les images d'une famille heureuse, s'imaginer les éclats de rire des enfants et les promenades en quatre-roues. Mais surtout, se recueillir sur la tombe de grand-père, son grand amour...



Aussi disponible sur [Pretnumerique](#)



9 À 12 ANS

J'AI ENLEVÉ MAMIE

Jérôme Poncin et Ian De Haes (ill.). Bruxelles : Alice, 2022, 142 p.

Lou aide sa grand-mère à s'évader de sa maison de retraite. Elles partent à la recherche du grand-père de Lou que la petite fille n'a jamais connu. Leur voyage est compliqué car la vieille dame perd la mémoire.



9 À 12 ANS

COMMENT ON A SAUVÉ MON GRAND-PÈRE: TERRA INCOGNITA

Aurélia Coulaty et Hubert Poirot-Bourdain (ill.). Paris 15: Magnard jeunesse, 2019, 155 p.

Saule est en 6e, au collège André Meunier à Paris. Il a quelques difficultés en classe, notamment en raison de sa dyslexie. Un jour, il apprend que ses parents veulent envoyer Albert, son grand-père, atteint de la maladie d'Alzheimer, en maison de retraite. Aidé de son copain Nesrine, il décide de tout faire pour les en empêcher.



9 À 12 ANS

LES LOTEAU PLUS UN

Emma Donoghue et Caroline Hadilaksono (ill.). Toronto: Éditions Scholastic, 2017, 329 p.

Sumac a neuf ans et se considère comme une « bonne fille ». Elle vit dans une très grande famille extrêmement turbulente. Un jour, les enfants apprennent qu'un de leur grand-père souffrant de démence viendra vivre avec eux. C'est le grand-père qu'ils n'ont jamais connu puisque ce dernier a coupé les liens avec son fils depuis fort longtemps. Alors tout change pour Sumac. Elle doit donner sa chambre à ce grand-père grognon pour qu'il se sente le bienvenu.



Aussi disponible sur [Pretnumerique](#)

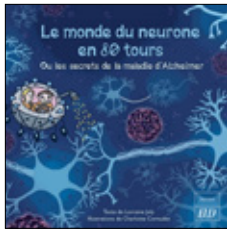


9 À 12 ANS

ALZHEIMER

Jean-François Dartigues et al. Saint-Herblain: Gulf Stream éditeur, 2013, 46 p.

Ce titre lève le voile sur la maladie d'Alzheimer: ses symptômes, ses conséquences, les changements de comportement qu'elle entraîne au quotidien, les tests permettant de la détecter et de poser un diagnostic, les soins permettant de ralentir sa progression et l'accompagnement du patient par la famille, qui joue un rôle essentiel. Des exposés sur le fonctionnement de la mémoire et du cerveau permettent d'approfondir le sujet.



À PARTIR DE 9 ANS

LE MONDE DU NEURONE EN 80 TOURS : OU LES SECRETS DE LA MALADIE D'ALZHEIMER

Lorraine Joly et Charlotte Cornudet (ill.). Dijon : Éditions universitaires de Dijon, 2020, 26 p.

Une nouvelle aventure de Raphaël, Lucile et du professeur Folk, cette fois à la découverte de la maladie d'Alzheimer. Un album documentaire qui présente le fonctionnement d'une cellule cérébrale et les mécanismes de destruction engendrés par cette maladie neurodégénérative.



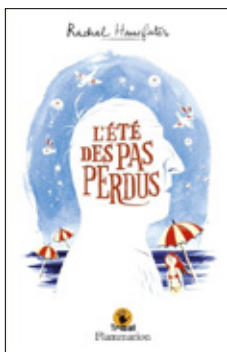
10 À 14 ANS

AU PAYS DE L'OUBLI

Jean Chapdelaine Gagnon et Jean Hudon (ill.). Montréal : Les Heures bleues, 2018, 79 p.

Félix, qui adore sa grand-mère Estelle, est inquiet. De plus en plus de trucs cloquent avec elle : elle n'arrive plus à lire l'heure, range ses sous-vêtements dans une armoire de la cuisine et ne sait pas avec quel ustensile manger sa soupe. Heureusement qu'il y a la tendresse et les fous rires. Heureusement que son ami Toussaint est là.

 Aussi disponible sur [Pretnumerique](#)

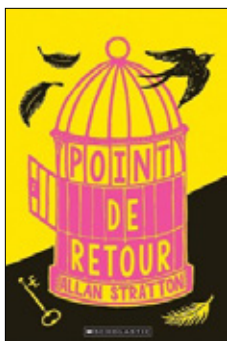


12 À 15 ANS

L'ÉTÉ DES PAS PERDUS

Rachel Hausfater. Paris : Flammarion jeunesse, 2021, 114 p.

Depuis quelque temps, le grand-père de Madeleine perd un peu la mémoire et semble revivre sa jeunesse, confondant parfois sa petite-fille avec sa propre sœur. La jeune fille, le sachant malade, décide de l'accompagner dans son village natal de Normandie, où il retrouve rapidement ses souvenirs d'enfance, revivant le débarquement de juin 1944.



12 À 17 ANS

POINT DE RETOUR

Allan Stratton. Toronto : Scholastic, 2019, 284 p.

Zoe Bird étouffe. Elle est furieuse, elle se sent seule, et son unique véritable amie est sa grand-mère, dont les symptômes d'Alzheimer s'aggravent considérablement. Quand sa grand-mère est placée dans une maison de soins, Zœ décide qu'il est grand temps de prendre le contrôle de la situation. Elle aide sa grand-mère à s'échapper, et toutes les deux partent pour un long voyage en voiture dans l'espoir de retrouver un oncle de Zœ qui a depuis longtemps disparu. Mais la jeune fille devra faire face à la brutale vérité en cours de chemin...



12 À 17 ANS

CE CAHIER EST POUR TOI

Valérie Dayre. Genève : La Joie de lire, 2014, 103 p.

Dans un carnet qu'elle rédige depuis sa maison de retraite, une grand-mère atteinte de la maladie d'Alzheimer confie à son petit-fils Gaspard toute la confiance qu'elle lui porte, mais aussi sa mésaventure qui lui a valu d'être internée pour s'être perdue à 300 kilomètres de chez elle, sans raison, à la recherche d'une chapellerie inexistante de Dunkerque.



12 À 17 ANS

ARRÊTE DE MOURIR

Irène Cohen-Janca. Arles : Actes Sud junior, 2011, 81 p.

Samuel, 17 ans, raconte la déchéance mentale de sa mère qui souffre de la maladie d'Alzheimer, ses sentiments face à cette tragédie et son impact sur sa vie... Un monologue qui met en scène avec réalisme et sensibilité les symptômes de cette maladie ainsi que les sentiments ressentis par les proches (honte, pitié, angoisse, peur, etc.)



15 À 17 ANS

LA BALADE DE JO ET ALICIA

Christine Bertrand. Montréal : Leméac, 2020, 85 p.

Poussé par l'ultimatum de ses parents exaspérés, Jonathan choisit de quitter la maison. Mais où trouver un emploi à seize ans et quelques mois ? Heureusement, Mylène Coutu a eu une idée de génie pour les aînés en perte d'autonomie ! Un long été, auprès d'Alicia, Jo ira de balades en vélobus en escapade improvisée, découvrira des petits bonheurs inusités... et tout ce qui sommeillait en lui.



Aussi disponible sur [Pretnumerique](#)



15 À 17 ANS

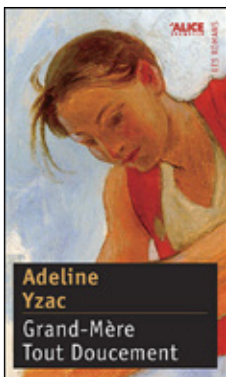
TOFFEE ET MOI

Sarah Crossan. Paris : Rageot, 2020, 380 p.

Les destins croisés d'Allison et de Marla qui appartiennent à deux générations différentes mais cherchent toutes les deux à s'affranchir de leur passé en fondant une famille de cœur. L'auteure aborde les thèmes de violence familiale et de maladie d'Alzheimer.



Aussi disponible sur [Pretnumerique](#)



15 À 17 ANS

GRAND-MÈRE TOUT DOUCEMENT

Adeline Yzac. Bruxelles : Alice jeunesse, 2007, 172 p.

La grand-mère de Gloria, adolescente de 14 ans, est atteinte par la maladie d'Alzheimer. Gloria veut parvenir à communiquer avec elle avant qu'il ne soit trop tard, pour lui dire son attachement.

SUGGESTIONS DE FILMS, SÉRIES ET ÉMISSIONS

LE SAVIEZ-VOUS ?

LES BIBLIOTHÈQUES POSSÈDENT DE RICHES
COLLECTIONS DE DVD ET BLU-RAY DISPONIBLES
POUR LE PRÊT ET DONNENT ACCÈS À DES FILMS,
SÉRIES ET ÉMISSIONS EN LIGNE. INFORMEZ-VOUS
AUPRÈS DE VOTRE BIBLIOTHÈQUE.

FICTION



G

TU TE SOUVIENDRAS DE MOI**Éric Tessier.** 2022, 108 min.

Drame (Québec). Éminent professeur d'histoire à la retraite, Édouard Beauchemin s'est toujours vanté d'avoir une excellente mémoire. Or depuis quelque temps, sa mémoire récente défaille, ce qui mine son estime de lui et sa relation avec sa femme, Madeleine. Un jour, épuisée, celle-ci arrive sans prévenir chez sa fille Isabelle avec Édouard. Isabelle, qui est journaliste, doit s'absenter pour une affectation et se repose sur son conjoint Patrick pour prendre soin de son père. Tout se passe plutôt bien, jusqu'à ce que Patrick soit forcé de confier Édouard à sa fille rebelle Bérénice pour quelques heures. Entre le sexagénaire et la jeune femme, le courant passe rapidement. Cette nouvelle complicité fera remonter chez le premier des souvenirs longtemps enfouis et modifiera le regard de la seconde sur la vie.



13+

MÉMOIRE MEURTRIÈRE**Martin Campbell.** 2022, 114 min. (v.o. : Memory)

Suspense (États-Unis). Alex Lewis est un tueur à gages qui opère au Texas et au Mexique. Avant de prendre sa retraite, restant fidèle à ses principes, il refuse d'assassiner une adolescente, témoin capital dans un procès pénal. Cette désobéissance attire la colère de Davana Sealman, présidente d'une importante compagnie de construction. Elle ordonne l'exécution du mercenaire. Une menace mortelle commence à peser sur Alex qui souffre épisodiquement de pertes de mémoire. Poursuivi par des agents du FBI, des policiers d'El Paso et des meurtriers professionnels engagés par la machiavélique femme d'affaires, il lance son enquête sur les commanditaires influents qui veulent son élimination.



G DÉCONSEILLÉ
AUX JEUNES
ENFANTS

VORTEX

Gaspar Noé. 2021, 148 min.

Drame (Belgique, France et Monaco). À Paris, deux retraités cohabitent dans le logement où ils ont résidé toute leur vie. Entouré de ses souvenirs, livres, cassettes, objets de toutes sortes, Lui, ex-critique de cinéma, poursuit ses activités professionnelles en rédigeant un ouvrage sur le septième art et le rêve en dépit de ses problèmes de cœur. De son côté, Elle, ex-psychiatre, commence à ressentir les premiers signes de la maladie d'Alzheimer et requiert un suivi rigoureux.



G

LE PÈRE

Florian Zeller. 2020, 97 min. (v.o. : The Father)

Drame (France et Grande-Bretagne). À Londres, vers la fin de sa vie, Anthony est en perte progressive d'autonomie. Ingénieur retraité, il répète constamment les mêmes phrases, oublie des noms et crée des situations malaisantes en mélangeant son présent avec des souvenirs de son passé. Il ne se rend pas compte de la réduction de ses capacités intellectuelles et refuse catégoriquement d'accepter des soins infirmiers à domicile. Témoin de la détérioration de sa santé mentale, sa fille Ann l'entoure avec beaucoup de tendresse et d'affection. Elle se retrouve devant un dilemme déchirant lorsqu'elle doit choisir entre déménager à Paris pour y vivre avec son nouveau conjoint ou rester avec son père malade.



VIVRE DEUX FOIS

Maria Ripoll. 2019, 101 min.

Drame sentimental (Espagne). Emilio cherche le grand amour de sa jeunesse avec l'aide de sa fille et de sa petite-fille. Renouera-t-il avec cet amour perdu avant que sa mémoire ne le trahisse ?



G

C'EST LE COEUR QUI MEURT EN DERNIER

Alexis Durand-Brault. 2017, 103 min.

Drame (Québec). À 47 ans, Julien, auteur, obtient enfin la reconnaissance du public et de ses pairs grâce à un roman autobiographique, intitulé « C'est le cœur qui meurt en dernier », relatant la relation particulière qu'il entretenait avec sa mère. Après avoir coupé les ponts avec celle-ci depuis de nombreuses années, Julien décide de renouer avec elle et racheter le temps perdu. Atteinte de la maladie d'Alzheimer, elle lui demandera alors l'impensable, soit de l'aider à mettre fin à ses jours. De vieux secrets bien enfouis referont alors surface et fils et mère devront affronter les terribles démons de leur passé.



G

TOUJOURS ALICE

Richard Glatzer et Wash Westmoreland. 2014, 101 min. (v.o. : Still Alice)

Drame psychologique (États-Unis). Peu après son cinquantième anniversaire, Alice Howland, éminente professeure de linguistique à l'université Columbia de New York, apprend qu'elle est atteinte d'une forme précoce de la maladie d'Alzheimer. Pire, elle pourrait avoir transmis le gène à ses trois enfants d'âge adulte. John, l'époux d'Alice, se montre patient et compréhensif avec elle. Néanmoins, il hésite à accéder au vœu de son épouse, qui aimerait le voir suspendre temporairement sa carrière de chercheur en médecine pour passer une année auprès d'elle. Adaptation du roman *L'envol du papillon*.



G

DÉCONSEILLÉ
AUX JEUNES
ENFANTS

L'AUTRE MAISON

Mathieu Roy. 2013, 100 min.

Drame (Québec). Éric, apprenti pilote de brousse et alcoolique en rémission, consacre toutes ses énergies à son père Henri, vieillard atteint de la maladie d'Alzheimer. Dans la maison de campagne familiale au bord d'un lac, le jeune homme et sa petite amie Maia ont recréé un espace où l'octogénaire peut évoluer sans trop de contraintes. Or, son état réclame une surveillance de chaque instant. Ce qui explique le ressentiment d'Éric envers son aîné Gabriel, photographe de guerre continuellement en mouvement.



JE N'AI RIEN OUBLIÉ

Bruno Chiche. 2010, 98 min.

Drame psychologique (France). Atteint d'Alzheimer, un sexagénaire se remémore des événements passés qui révèlent les secrets inavouables d'une riche famille.



LOIN D'ELLE

Sarah Polley. 2006, 100 min. (v.o. : Away from Her)

Drame sentimental (Canada). Grant n'a pas toujours été un mari exemplaire pour Fiona. Or, depuis que son épouse est atteinte de la maladie d'Alzheimer, il lui est plus dévoué que jamais. Il la visite chaque jour dans le centre de soins spécialisés où il a dû la placer. Même quand elle tombe amoureuse d'Aubrey, un autre patient, le désir de Grant d'être près d'elle demeure intact. Lorsqu'Aubrey quitte le centre, l'état de Fiona se détériore. Convaincu que ce dernier détient la clé du mieux-être de son épouse, Grant part à sa recherche.

DOCUMENTAIRES

Général



L'ESSENCE DE L'ORIENTATION

Découverte (segment), **Radio-Canada**. 2023, 4 min.

En ligne : <https://ici.radio-canada.ca/tele/decouverte/site/segments/reportage/438280/orientation-alzheimer-maladie-cognitives>

À partir de données tirées d'un jeu vidéo destiné à déceler des signes précoces de maladies cognitives comme l'Alzheimer, une équipe de recherche européenne a étudié comment nos origines géographiques influent sur notre sens de l'orientation.



CHÈRE AUDREY

Martin Duckworth. **Office national du film du Canada**. 2021, 89 min.

En ligne : <https://www.onf.ca/film/chere-audrey/>

Cinéaste militant de renom, Martin Duckworth a consacré son existence à la paix et à la justice. Mais il a maintenant remis sa caméra pour servir la cause la plus importante de toute sa vie : il prend soin de sa femme qui traverse les derniers stades de la maladie d'Alzheimer, et son amour pour elle grandit alors qu'il porte un regard rétrospectif sur une vie et une carrière formidable.



L'OUBLI EN HÉRITAGE : VIVRE AVEC L'ALZHEIMER PRÉCOCE

Doc Humanité, **Radio-Canada**. 2021, 53 min.

En ligne : <https://ici.tou.tv/l-oubli-en-heritage-vivre-avec-l-alzheimer-precoce>

Que savons-nous sur l'Alzheimer précoce ? Au moyen d'entrevues et sous l'œil d'une caméra discrète et intimiste, nous suivons pendant quelques mois le quotidien d'une famille, celle de Sandra de Montigny, frappée par cette fatalité. Avec l'aide de spécialistes, nous comprendrons mieux le développement de cette maladie et ses répercussions, et nous ferons le point sur la recherche.



DICK JOHNSON EST MORT

Kirsten Johnson. 2020, 89 min.

Avec humour et sensibilité, la réalisatrice Kirsten Johnson met en scène la mort de son père octogénaire pour les aider tous deux à affronter sa disparition inévitable.



D'AMOUR ET D'OUBLI

TV5 et Unis TV. 2020, 48 min.

En ligne : <https://www.tv5plus.ca/damour-et-doubli>

Yves, 65 ans, est atteint d'Alzheimer précoce. Il est déjà placé en CHSLD. Lyne a vu l'homme de sa vie perdre beaucoup de ses capacités. Elle tente de freiner une chute inévitable en parsemant leur quotidien de petits et grands moments de bonheur.



LE TEMPS LONG

Lou Colpé. 2019, 40 min.

J'ai commencé à filmer mes grands-parents en 2007, j'avais 15 ans. J'aimais beaucoup mon grand-père mais, au fil des années, ma caméra s'est tournée vers ma grand-mère, alors atteinte d'une maladie déconcertante : Alzheimer. J'ai enregistré une fraction de leur vie, la fin en l'occurrence, les huit dernières années.



ALZHEIMER : L'ABC

Découverte. Radio-Canada. 2019, 43 min.

En ligne : <https://ici.radio-canada.ca/tele/découverte/site/episodes/444915/odysse-glaces>

Cette émission fait le point sur une maladie qui touchera un million de canadiens, en 2050 : L'Alzheimer est irréversible et incurable. Pourquoi la recherche piétine-t-elle ? Qu'en est-il du diagnostic précoce ? Que sait-on de cette maladie ? Survol d'une maladie qui mystifie encore la communauté scientifique.



ET SI CE N'ÉTAIT PAS L'ALZHEIMER ?

Alain Labelle. Radio-Canada. 2019, 2 min.

En ligne : <https://ici.radio-canada.ca/nouvelle/1167278/demence-nouvelle-forme-alzheimer-neurologues-americains>

Jusqu'au tiers des personnes âgées qui ont reçu un diagnostic d'alzheimer seraient plutôt atteintes d'une autre forme de démence inconnue à ce jour. Cette découverte serait, selon plusieurs experts, la plus importante percée concernant les maladies neurodégénératives des dernières années.



ALZHEIMER - FAIS CE QUI EST LE MIEUX POUR MOI

Philippe Marois. Radio-Canada. 2018.

En ligne : <https://ici.radio-canada.ca/premiere/grandes-series/6072/alzheimer-marie-france-bazzo-balado?depuisRecherche=true>

« Fais ce qui est le mieux pour moi » est la demande lourde et énigmatique que Marie-France Bazzo a reçue de sa mère, atteinte de la maladie d'Alzheimer. Désormais, Marie-France ne peut plus ignorer ce déclin cognitif. Au fil des épisodes, bâtis de façon chronologique pour refléter l'évolution de la maladie, elle espère avoir une meilleure idée de ce qui est le mieux pour sa mère. Balados.

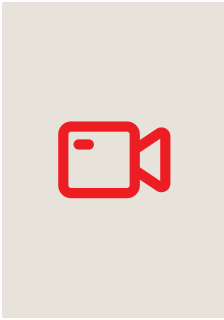


CLAUDE ET CLAUDETTE, UNE HISTOIRE D'AMOUR ET D'ALZHEIMER

Danny Braün. 2013, 46 min.à

En ligne : <https://ici.radio-canada.ca/nouvelle/638816/claude-claudette-danny-braun-alzheimer-maladie>

Documentaire (Canada). Claude et Claudette est une histoire d'amour universelle et un peu muette parce que des mots, il en reste peu. Un des visages de cette terrible maladie qu'est l'alzheimer est la perte du langage et de tout ce qui va avec, comme la communication, l'échange, la complicité et le partage de petits et grands moments en commun. Claude et Claudette, c'est surtout une histoire d'amour inconditionnel qui prend le dessus sur la maladie d'Alzheimer.



ÉDITH ET MICHEL

Jocelyne Clarke. 2009, 52 min.

En ligne : <https://vimeo.com/3825131>

Survivre ou vivre avec le mystère Alzheimer ? C'est l'enjeu du voyage d'un couple, Michel Moreau, gravement atteint par cette maladie, et Édith Fournier, son épouse et accompagnatrice. Dans ce film, Édith choisit de dévoiler l'intimité de leurs vies bouleversées par cette épreuve, mais aussi comment la transformation intérieure de l'un et de l'autre assurera le triomphe de l'amour et de la vie sur l'isolement et la maladie.

PRENDRE PART À SES SOINS DE SANTÉ

Cette section se retrouve dans chacun des cahiers thématiques Biblio-Santé. La sélection des ressources qu'elle contient tient compte d'une approche patient-partenaire visant à autonomiser les usagers du système de santé et à les outiller pour qu'ils puissent faire des choix de soins libres et éclairés.

QU'EST-CE QU'UN PATIENT-PARTENAIRE ?

« Un patient partenaire est une personne qui devient progressivement apte, au fil de ses traitements, à faire des choix de santé libres et éclairés. Ses savoirs expérientiels sont reconnus et ses compétences en matière de soins développées avec l'aide de l'équipe. Respecté dans tous les aspects de son humanité, il est membre à part entière de cette équipe en ce qui concerne les soins et services qui lui sont offerts. Tout en reconnaissant l'expertise des intervenants de l'équipe, il oriente leurs préoccupations vers ses besoins et son bien-être à plus long terme. »

Source : Faculté de médecine de l'Université de Montréal

ORGANISMES ET ASSOCIATIONS

Général

CENTRE D'EXCELLENCE EN SANTÉ SUR LE PARTENARIAT AVEC LES PATIENTS ET LE PUBLIC (CEPPP)

Téléphone 514 890-8000
Site Web <https://ceppp.ca/>

Le CEPPP s'engage à faire de la collaboration avec les patients et le public une science, une culture et un nouveau standard, afin d'améliorer la santé de tous et l'expérience de chacun. Il travaille à intégrer le patient dans son équipe de soins et le citoyen dans son système de santé.

EXCELLENCE EN SANTÉ CANADA

Téléphone sans frais 1 866 421-6933
Site Web <https://www.healthcareexcellence.ca/fr/>

Excellence en santé Canada est un organisme issu de la fusion de l'Institut canadien pour la sécurité des patients et de la Fondation canadienne pour l'amélioration des services de santé. Ses actions visent l'équité, l'inclusion et la collaboration avec les patients, les familles et les proches aidants, ainsi que le soutien au personnel des services de santé. Plusieurs de ses programmes s'adressent directement aux patients et à leurs proches afin d'améliorer leur sécurité et la qualité des services de santé.

INSTITUT DE PLANIFICATION DES SOINS DU QUÉBEC

Téléphone 514 805-2408
Site Web www.planificationdessoins.org

L'Institut a comme mission d'aider les gens en perte d'autonomie ou atteints d'une maladie dégénérative à planifier leurs soins de santé. Le site Web propose notamment des exemples de directives anticipées et explique comment rédiger un « Profil de ses valeurs ». L'institut offre aussi des conférences et formations en ligne.

UNITÉ DE SOUTIEN SSA QUÉBEC

Téléphone 450 463-1835, poste 61890
Site Web <https://ssaquebec.ca/>

Cette unité soutient un système de santé apprenant pour rendre possible l'amélioration continue du système de santé ainsi que des soins et services rendus à la population. Elle mobilise et soutient les milieux de la recherche, de la santé et des services sociaux, avec et pour la population.

Information juridique

CENTRES DE JUSTICE DE PROXIMITÉ

Site Web www.justicedeproximite.qc.ca

Les centres de justice de proximité offrent leurs services dans treize régions du Québec. Ils offrent de l'information juridique sur vos droits et vos obligations. Ils vous soutiennent en vous accompagnant dans l'établissement de vos besoins d'ordre juridique et en vous présentant les options possibles pour y répondre. Ils vous orientent vers les différentes ressources juridiques disponibles, communautaires ou autres, afin que vous puissiez choisir le service correspondant à vos besoins.

CHAMBRE DES NOTAIRES DU QUÉBEC

Téléphone 514 879-1793
Téléphone sans frais 1 800 263-1793
Site Web www.cnq.org

La Chambre des notaires propose des informations juridiques de base. Vous y trouverez notamment des renseignements sur les procurations, les mandats donnés en prévision de l'inaptitude, les testaments et les successions.

CONSEIL POUR LA PROTECTION DES MALADES

Téléphone 514 861-5922
Téléphone sans frais 1 877 CPM-AIDE (276-2433)
Site Web www.cpm.qc.ca

Vous pouvez contacter sans frais cet organisme pour vous renseigner sur les droits d'une personne malade ou pour dénoncer un abus ou une situation qui porte atteinte aux droits des usagers du réseau de la santé et des services sociaux. Toute dénonciation sera traitée de façon confidentielle.

CURATEUR PUBLIC DU QUÉBEC

Téléphone 514 873-4074
Téléphone sans frais 1 844 532-8728
Site Web www.quebec.ca/gouvernement/ministeres-et-organismes/curateur-public

Le Curateur public veille à la protection des personnes inaptes. Pour ce faire, il sensibilise la population aux besoins de protection découlant de l'inaptitude et il accompagne les familles et les proches qui représentent une personne inapte, qui administrent son patrimoine ou celui d'un mineur, ou encore qui participent à un conseil de tutelle. On retrouve sur son site des informations sur l'inaptitude (mandat en cas d'inaptitude, tutelle, curatelle, etc.).

FÉDÉRATION DES CENTRES D'ASSISTANCE ET D'ACCOMPAGNEMENT AUX PLAINTES

Téléphone 1 877 SOS-CAAP (1 877 767-2227)
Site Web <http://fcaap.ca>

Les centres d'assistance et d'accompagnement aux plaintes assistent l'utilisateur dans toute démarche qu'il entreprend en vue de porter plainte auprès d'un établissement, d'un CISSS, d'un CIUSSS ou du Protecteur des usagers. Ils accompagnent l'utilisateur pendant la durée du recours, y compris lorsque la plainte est acheminée vers le Conseil des médecins, dentistes et pharmaciens d'un établissement. Vous retrouverez sur le site de la FCAAP la liste des centres d'assistance ainsi que de l'information sur vos droits.

JURISTES À DOMICILE

Téléphone 514 944-9929
Site Web www.juristesadomicile.com

Juristes à Domicile oriente et accompagne ses membres qui se trouveraient en situation difficile, ou encore qui seraient vulnérables ou démunis, lorsqu'il s'agit de faire respecter leurs droits. L'organisme peut aussi faciliter l'accès à des services juridiques à prix modique, si nécessaire. Comme le nom de l'organisme l'indique, les juristes de l'équipe se déplacent à domicile.

PROTECTEUR DU CITOYEN

Téléphone sans frais 1 800 463-5070
Site Web <https://protecteurducitoyen.qc.ca>

Le Protecteur du citoyen effectue des enquêtes à la suite de plaintes ou de signalements de personnes, groupes, organismes ou entreprises qui s'estiment victimes d'une erreur ou d'une injustice de la part d'un ministère ou d'un organisme du gouvernement du Québec, ou d'une instance du réseau de la santé et des services sociaux. Le Protecteur du citoyen est indépendant du gouvernement, neutre et sans parti pris. Les plaintes sont traitées confidentiellement. Ses services sont gratuits et facilement accessibles.

REGROUPEMENT PROVINCIAL DES COMITÉS DES USAGERS (RPCU)

Téléphone 514 436-3744
Site Web www.rpcu.qc.ca

Le Regroupement provincial des comités des usagers défend et protège les droits des usagers du réseau de la santé et des services sociaux. Consultez le site Web du regroupement pour en connaître davantage sur les droits et les recours des usagers du système de la santé.

RESSOURCES WEB

Général

CARNET SANTÉ QUÉBEC

<https://carnetsante.gouv.qc.ca/portail>

Carnet santé Québec est un site Web qui vous donnera accès à vos informations de santé en ligne, et ce, en un seul endroit. Il vous permet de consulter les résultats de vos prises de sang, tests d'urine et autres prélèvements; accéder aux rapports de vos examens d'imagerie médicale; consulter la liste des médicaments que vous avez reçus en pharmacie au cours des 5 dernières années et prendre rendez-vous avec un médecin de famille à l'aide du service Rendez-vous santé Québec.

CENTRE HOSPITALIER DE L'UNIVERSITÉ DE MONTRÉAL (CHUM) - FICHES SANTÉ

<https://www.chumontreal.qc.ca/fiches-sante>

Ces fiches santé permettent aux patient(e)s et à leurs proches d'en savoir plus sur une foule de sujets, dont des tests médicaux, des problèmes de santé, des soins et des saines habitudes de vie. Elles sont le fruit d'une collaboration entre les expert(e)s du CHUM et l'équipe du Centre de littératie en santé.

CHOISIR AVEC SOINS

www.choisiravecsoin.org

Choisir avec soins est une campagne nationale pour la réduction des examens et des traitements inutiles en santé. Son site Web regorge d'informations en lien avec les traitements et la médication. Il offre des recommandations et ressources par spécialité à l'intention des professionnels de la santé et des patients. Des guides d'information destinés aux patients sont également disponibles sous l'onglet « Ressources patients ».

COALITION CANADIENNE DES ORGANISMES DE BIENFAISANCE EN SANTÉ – GUIDE DE SANTÉ PRATIQUE

<https://www.healthcharities.ca/fr/ressources/guide-de-sante-pratique/>

Le Guide de santé pratique a été rédigé pour aider les patients, les aidants naturels, les amis et les familles à gérer l'information sur le système de soins de santé canadien qui peut souvent désorienter. Le Guide contient des renseignements de base pour savoir comment parler d'un large éventail de questions aux personnes qui travaillent au sein du système.

COLLÈGE DES MÉDECINS DU QUÉBEC – PROTÉGER LE PUBLIC

www.cmq.org/hub/fr/services-au-public.aspx

La section « Protéger le public » du site Web Collège des médecins du Québec vous renseigne sur différents aspects des consultations avec un médecin (accès à un médecin, honoraires médicaux, plaintes, etc.) On peut également y trouver de l'information sur la profession médicale et sur le rôle des autres professionnels de la santé.

EXCELLENCE EN SANTÉ CANADA

Guide canadien de l'engagement des patients en matière de sécurité

<https://www.healthcareexcellence.ca/fr/ressources/guide-canadien-de-l-engagement-des-patients-en-matiere-de-securite/>

Le Guide canadien de l'engagement des patients en matière de sécurité vous est présenté en détails sur cette page web. Vous découvrirez à qui s'adresse ce guide, son but et son contenu. L'option de le télécharger vous y est également offerte.

Ressources pour les patients, résidents, clients et proches aidants

<https://www.healthcareexcellence.ca/fr/ressources/securite-lancez-la-discussion/ressources-pour-les-patients-residents-clients-et-proches-aidants/>

Vous trouverez sur cette page différentes ressources autour de la question de votre sécurité et de celle de vos proches.

FONDATION DES MALADIES DU CŒUR ET DE L'AVC – ÊTRE PARTENAIRE DANS VOS SOINS DE SANTÉ

<https://www.coeuretavc.ca/maladies-du-coeur/retablissement-et-soutien/etre-partenaire-dans-vos-soins-de-sante>

Cette section du site de la fondation Cœur & AVC fait un survol de ce qu'il faut savoir pour bien se préparer à un rendez-vous médical. Les conseils partagés peuvent s'appliquer à n'importe quel patient, peu importe sa condition médicale.

GOVERNEMENT DU QUÉBEC

Comprendre la vaccination

<https://www.quebec.ca/sante/conseils-et-prevention/vaccination/comprendre-la-vaccination>

Cette ressource vous offre un aperçu des divers aspects de la vaccination pour mieux en comprendre les enjeux. Vous y trouverez également des liens vers le Programme québécois d'immunisation et le calendrier de vaccination du Québec. Elle est particulièrement utile pour les personnes âgées ou celles atteintes de maladies chroniques, comme les affections pulmonaires, cardiaques, le diabète ou le cancer.

Info-Santé 811

www.quebec.ca/sante/trouver-une-ressource/info-sante-811/

En tout temps, vous pouvez parler à une infirmière d'un problème de santé non urgent en composant sans frais le 811. Il s'agit d'un service gratuit et confidentiel, disponible 24 heures sur 24.

Organisation des services

<https://www.quebec.ca/sante/systeme-et-services-de-sante/organisation-des-services/>

Cette page Web du Gouvernement du Québec présente un portrait de l'organisation des services au Québec ainsi que de l'information pertinente pour chaque service offert.

Programmes et services offerts aux personnes en perte d'autonomie

<https://www.quebec.ca/famille-et-soutien-aux-personnes/inaptitude-perte-autonomie/programmes-services>

Vous êtes une personne en perte d'autonomie? Ce site contient des renseignements sur les programmes et services gouvernementaux auxquels vous pourriez avoir droit. Les aidants qui vous soutiennent y trouveront également des renseignements utiles.

INSTITUT NATIONAL D'EXCELLENCE EN SANTÉ ET EN SERVICES SOCIAUX – NIVEAUX DE SOINS: PRENEZ PART À LA DISCUSSION

https://www.cisss-at.gouv.qc.ca/wp-content/uploads/2021/01/Niveaux-de-soins_Depliant_FR_VF.pdf

Ce dépliant vous donne des conseils sur comment prendre part à la discussion concernant les niveaux de soins que vous pourriez recevoir avec un professionnel de la santé. Le but est de faciliter la communication quand vient le temps de déterminer les soins et les traitements qu'une personne gravement malade souhaite recevoir, ou non.

INSTITUT POUR LA SÉCURITÉ DES MÉDICAMENTS AUX PATIENTS DU CANADA – MÉDICAMENTSSÉCURITAIRES.CA

www.ismp-canada.org/fr/dossiers/bulletins/

Les bulletins du site Web Médicamentssécuritaires.ca de l'ISMP Canada contiennent de l'information destinée aux consommateurs afin de faire la promotion de l'utilisation sécuritaire des médicaments dans tous les secteurs de la santé. Un de leur objectif est de formuler des recommandations pour prévenir les accidents liés à la médication.

LE MANUEL MERCK (VERSION POUR LE GRAND PUBLIC) – COMMENT TIRER LE MEILLEUR PARTI DES SOINS DE SANTÉ

<https://www.merckmanuals.com/fr-ca/accueil/fondamentaux/comment-tirer-le-meilleur-parti-des-soins-de-santé>

Cette page web vous offre de précieux conseils pour participer activement à ses soins de santé comme quand consulter son médecin, comment tirer le meilleur parti d'une consultation et l'enquête sur une maladie.

L'INSTITUT DE RECHERCHE DE L'HÔPITAL D'OTTAWA – OUTILS D'AIDE À LA DÉCISION POUR LES PATIENTS

<https://decisionaid.ohri.ca/francais/repertoire.html>

Le répertoire des outils d'aide à la décision est conçu pour vous aider à trouver un outil qui réponde à vos besoins.

ORDRE DES PHARMACIENS DU QUÉBEC – PROTECTION DU PUBLIC

<https://www.opq.org/protection-du-public/que-fait-lordre-pour-me-protger/>

La section « Protection du public » du site Web de l'Ordre des pharmaciens du Québec permet de trouver un pharmacien, d'obtenir des conseils liés à la protection du public ainsi que de mieux connaître le rôle du pharmacien et ce que sont les soins pharmaceutiques.

Le blogue

<https://www.opq.org/blogue/>

On peut trouver sur le blogue de l'OPQ de nombreux articles en lien avec les soins pharmaceutiques.

RÉGIE DE L'ASSURANCE MALADIE DU QUÉBEC – CITOYENS

<https://www.ramq.gouv.qc.ca/fr/citoyens/assurance-maladie>

Le site Web de la RAMQ vous fournit de l'information sur l'assurance maladie, l'assurance médicaments, les programmes d'aide et les séjours hors Québec. Vous y trouverez les services disponibles en ligne ainsi que les formulaires nécessaires pour bénéficier des services offerts.

SANTÉ ET SERVICES SOCIAUX QUÉBEC

Aide-mémoire : Ma santé, j'en prends soin

<https://publications.msss.gouv.qc.ca/msss/fichiers/2014/14-909-01F.pdf>

Cet aide-mémoire vous offre quelques conseils qui vous aideront à vous préparer aux rencontres avec les professionnels de la santé.

VITALITÉ – LA SANTÉ

<https://vitalite.uqam.ca/definitions/la-sante/>

Vitalité est un laboratoire de recherche sur la santé de l'Université du Québec à Montréal dont la mission est de contribuer à l'amélioration de la santé de la population, en produisant des connaissances scientifiques valides et pertinentes. Sous l'onglet « La santé » se trouvent des conseils et outils d'autogestion de la santé et de la dépression.

CONNAISSEZ-VOUS LA DÉPRESCRIPTION ?

La déprescription, c'est lorsqu'on réduit la dose d'un médicament ou qu'on cesse la prise d'un médicament. La déprescription vise à maintenir ou à améliorer la qualité de vie.

POURQUOI AVOIR RECOURS À LA DÉPRESCRIPTION ?

Les médicaments soulagent des symptômes, guérissent des maladies et peuvent même prolonger la vie. Toutefois, ils peuvent également causer des effets secondaires ou encore interagir entre eux, ce qui peut être néfaste pour la santé. Plus on augmente le nombre de médicaments que l'on prend, plus le risque d'effets néfastes augmente. Il est aussi important de savoir qu'en vieillissant, nous devenons plus sensibles aux effets des médicaments, ce qui accroît notre risque de souffrir d'un effet néfaste.

COMMENT ÇA FONCTIONNE ?

Pour toutes ces raisons, il est suggéré de faire réévaluer ses médicaments par un professionnel de la santé de façon régulière. Celui-ci pourra déterminer si les risques liés à la prise de médicaments sont plus importants que les bénéfices qu'ils apportent et si la déprescription est envisageable. **La déprescription est un processus planifié qui doit être accompagné et supervisé par un professionnel de la santé, que ce soit un pharmacien, une infirmière ou un médecin.**

Source : Réseau canadien pour la déprescription

RÉSEAU CANADIEN POUR LA DÉPRESCRIPTION

www.reseaudeprescription.ca

Le Réseau canadien pour la déprescription vous offre de l'information en lien avec l'utilisation sécuritaire des médicaments et des alternatives sécuritaires aux médications à risque d'effets néfastes. Des articles et ressources sur le sujet y sont proposés.

Information juridique

COMITÉ DES USAGERS DU CENTRE DE SANTÉ ET DE SERVICES SOCIAUX DE LAVAL

Les droits et les responsabilités

www.cucssslaval.ca/usager/les-droits-et-responsabilites-des-usagers

Sont regroupés sur cette page Web les différents droits en matière de santé et de bien-être au Québec ainsi que les responsabilités de chacun en la matière.

Une loi pour protéger vos droits

<http://collections.banq.qc.ca/retrieve/13906989>

Cette brochure vous explique les grandes lignes de la Loi sur les services de santé et les services sociaux. Elle permet aux usagers du système de santé de développer leur confiance et leur autonomie en améliorant la connaissance de leurs droits.

ÉDUCALOI – SANTÉ

www.educaloi.qc.ca/categories/sante

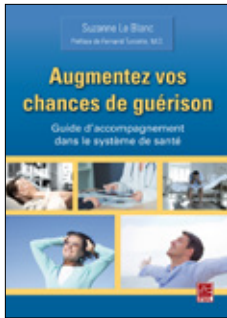
Cette section du site Web d'Éducaloi explique clairement les droits et obligations des médecins, des patients, des conjoints, des aidants, etc. lorsqu'il est question du système de santé québécois. Plusieurs thèmes sont abordés : interventions médicales, consentement aux soins, inaptitude et perte d'autonomie, etc.

VOS DROITS EN SANTÉ

www.vosdroitsensante.com

Site produit par un cabinet d'avocats qui s'adresse aux usagers de la santé et à leurs proches. Il offre de l'information complète sur le fonctionnement du système de santé, les droits de la personne sur son corps, les recours des usagers, etc.

SUGGESTIONS DE LECTURE



AUGMENTEZ VOS CHANCES DE GUÉRISON : GUIDE D'ACCOMPAGNEMENT DANS LE SYSTÈME DE SANTÉ

Suzanne Le Blanc. Québec : Presses de l'Université Laval, 2019, 130 p.

Après avoir surmonté l'épreuve d'une maladie jugée incurable et accompagné des personnes souffrantes, l'auteure a compris l'importance de posséder de solides connaissances de base en santé, en tant que patient, pour recevoir les soins les plus appropriés et, en conséquence, augmenter les chances de guérison.



PETIT GUIDE DE SURVIE DES PATIENTS FACE À LA BLOUSE BLANCHE

Lucile Sergent et Samuel Pouvreau. Paris : First éditions, 2019, 159 p.

Comment survivre au pays du soin, et avec quels outils ? Qui ne s'est jamais senti perdu ou troublé après une consultation médicale ? Patients et soignants ne parlent pas toujours le même langage, ce qui est source de beaucoup d'incompréhensions et parfois de souffrance. En fin d'ouvrage : un carnet de patient pour vous accompagner dans vos consultations.



LE GUIDE DE SURVIE DU PATIENT : DANS L'ENFER DU SYSTÈME DE SANTÉ

Yves Lamontagne. Montréal : Québec Amérique, 2017, 122 p.

Qui et où consulter ? Comment obtenir un rendez-vous ? Comment vous préparer à la consultation médicale ? Quel type de relation le médecin doit-il avoir avec vous et vous avec votre médecin ? Comment se servir de l'Internet pour trouver la bonne information médicale ? Que penser des médecines alternatives et des produits naturels ? Enfin, sommes-nous trop soignés ?



Aussi disponible sur [Pretnumerique](#)



LIRE ET COMPRENDRE SES ANALYSES MÉDICALES

Mary Liber. Monaco : Alpen éditions, 2017, 127 p.

Un guide pour décoder ses analyses sanguines car, être informé, c'est mieux se soigner.



VOTRE SANTÉ EST ENTRE VOS MAINS : CE QU'IL FAUT SAVOIR, CE QU'IL FAUT FAIRE

Martine Perez. Paris : Leduc.s éditions, 2017, 295 p.

Ce guide pratique propose des conseils pour soigner seul les maux du quotidien, choisir et utiliser les médicaments avec discernement et se maintenir en forme. Il donne également les outils permettant de repérer les signaux du corps pour lesquels un médecin doit être consulté.



GUÉRIR EST HUMAIN : POUR UNE PRESCRIPTION DE LA RELATION

Paul Grand'Maison et Jean Proulx. Montréal : Médiaspaul, 2016, 244 p.

Les auteurs de ce livre nous invitent à un regard croisé sur la souffrance à partir de leurs expériences respectives de patient et de médecin. Leur réflexion à deux voix s'adresse à ceux que la maladie éprouve comme à leurs proches, au personnel soignant comme aux étudiants et aux facultés de médecine. Elle saura convaincre qu'au cœur de l'épreuve et dans l'espoir de la guérison, l'être humain a un riche éventail de cartes à jouer.

 Aussi disponible sur [Pretnumerique](#)



LA SANTÉ REPENSÉE : CESSEZ DE CHERCHER LA PILULE MIRACLE, AGISSEZ DIFFÉREMMENT

Gaétan Brouillard. Montréal : Les Éditions de l'Homme, 2015, 201 p.

Nous cherchons souvent le remède miracle à nos maux, la pilule qui permettrait d'enrayer rapidement nos symptômes. Il n'existe toutefois aucune solution « toute prête » pour nous prémunir contre les nombreuses maladies chroniques qui prolifèrent actuellement. Cela dit, le Dr Brouillard nous invite à prendre notre santé en mains en adoptant une vision globale qui réconcilie le corps, le cœur et l'esprit. En s'appuyant sur la recherche scientifique, il bouleverse notre perception du corps et de ce qui l'entoure en démontrant à quel point notre mode de vie, notre environnement, nos dispositions émotives ou mentales et même nos pratiques spirituelles influent sur notre bien-être au quotidien. Puisant autant dans la médecine occidentale que dans la sagesse ancestrale et les traditions orientales, il suggère des pistes de solutions pour prévenir la maladie et augmenter la vitalité.



Aussi disponible sur [Pretnumerique](#)



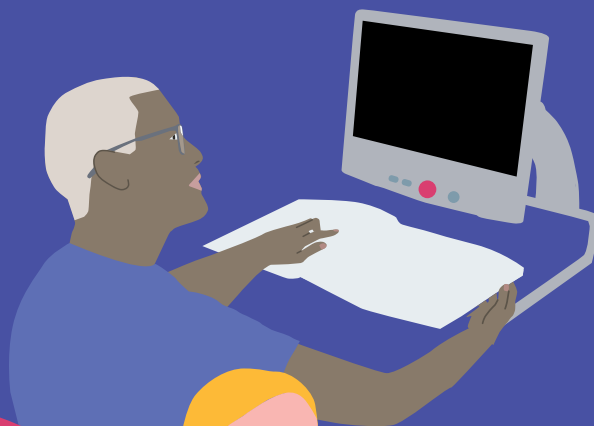
LE PATIENT ET LE MÉDECIN

Marc Zaffran. Montréal : Presse de l'Université de Montréal, 2014, 256 p.

S'appuyant sur des exemples tirés des contextes français et québécois, Marc Zaffran a voulu aller au fond de cette question, qu'il a souvent abordée dans ses différents ouvrages : comment la relation entre patient et médecin peut-elle cesser d'être un rapport de force et devenir, pleinement, une relation de soin – c'est à dire d'entraide, de soutien et de partage.



BIBLIOTHÈQUE
ET ARCHIVES
NATIONALES
DU QUÉBEC



La culture accessible à tous et à toutes

Bibliothèque et Archives nationales du Québec (BANQ) propose une panoplie de services adaptés gratuits en ligne et à la Grande Bibliothèque.

Ces services s'adressent à toutes les personnes résidant au Québec et vivant avec une incapacité, peu importe leur âge.

Abonnement et information :
banq.qc.ca

→ Pour les personnes vivant avec une déficience perceptuelle :

- Un service de prêt de livres adaptés, par la poste ou par téléchargement.
- Une salle adaptée offrant des appareils et logiciels spécialisés.

→ Pour tout le monde :

- De la musique, des livres, livres numériques et audionumériques, livres en gros caractères, films avec sous-titres ou vidéodescription, jeux de société et jeux vidéo, plateformes d'apprentissage.
- Des activités variées, adaptées sur demande.
- Un service d'information, de référence et d'assistance technique, par téléphone ou par courriel.



1453, RUE BEAUBIEN EST, BUREAU 215, MONTRÉAL, QUÉBEC H2G 3C6
514 279-0550 | WWW.ABPQ.CA | INFO@ABPQ.CA