

L'Appuilette

Région Mauricie

Conception | L'Appui national Collaboration | L'Appui Mauricie et L'Appui Centre-du-Québec

MAI 2018

SOMMAIRE

Flash Appui 3

Nouveautés régionales 3

Coup de cœur 4

Sexualité et vieillissement, un sujet à aborder 4

Infirmières auxiliaires et proches aidants Une équipe optimale pour le confort du patient 5

Calendrier des événements 6

LE SAVIEZ-VOUS?

Le 27 mai prochain, des milliers de Québécois marcheront pour ceux qui sont atteints de la maladie d'Alzheimer. L'objectif est d'amasser des fonds pour financer les programmes et les services de soutien visant à améliorer la qualité de vie des personnes atteintes et celle de leurs proches. Cet événement festif et rassembleur est l'occasion d'appuyer les proches aidants, qui sont eux aussi touchés par cette maladie. Pour en savoir plus, visitez le www.alzheimer.ca ■

PARLER DE LA MALADIE AUX ENFANTS



En 2012, 37 % des proches aidants québécois avaient au moins un enfant vivant sous leur toit et dont ils avaient la charge. Lorsqu'un proche tombe malade, les aidants doivent apprendre à concilier leur nouveau rôle avec leurs responsabilités parentales. Il leur incombe également d'expliquer la maladie à leurs enfants et de les accompagner dans l'évolution de celle-ci. Aborder le sujet de la maladie avec son enfant peut être délicat. C'est pourquoi nous avons pensé vous offrir, en page 2, quelques astuces qui vous faciliteront la tâche.



MOT DE L'APPUI

Mauricie

L'Appui Mauricie et les associations de proches aidants de la région s'efforcent constamment de sensibiliser la population, mais surtout d'offrir aux aidants de nouveaux outils et de nouvelles façons de les soutenir dans leur rôle. Nous devons nous adapter à vos besoins et à votre réalité. Ce mois-ci, on vous présente une panoplie de nouvelles initiatives qui, nous l'espérons, pourront rejoindre encore plus d'aidants de la Mauricie. **Rendez-vous à page 3** pour découvrir ces nouveautés!

PARLER DE LA MALADIE AUX ENFANTS

L'IMPORTANCE D'EN PARLER

Un enfant perçoit les émotions des personnes autour de lui, même s'il n'en connaît pas toujours la cause. Vouloir le protéger en le gardant dans l'ignorance de la situation est bien naturel. Cependant, cette attitude risque de causer de l'inquiétude et un sentiment d'isolement chez lui. Parler de ce qui arrive l'aidera à se sentir en sécurité.

QUELQUES ASTUCES POUR UNE COMMUNICATION EFFICACE

Choisir le bon moment

Si le plus tôt est le mieux, il est essentiel que vous vous sentiez prêt à discuter avec l'enfant. De plus, il est préférable d'éviter d'aborder la question le soir ou au moment d'aller au lit. Il faut laisser à l'enfant le temps de réfléchir à l'annonce et de vous poser les questions qui lui viennent à l'esprit, au cours de la journée. Rappelez-vous que si vous ne vous sentez pas capable d'expliquer seul la situation, il est tout à fait acceptable de demander à une autre personne d'être présente ou de parler à votre place (en votre présence).

Être le plus clair possible

- Expliquez la situation avec des mots simples, de façon concrète.
- Évitez de donner plus d'explications que l'enfant en demande et soyez franc dans vos réponses. S'il n'y a pas d'espoir de guérison ou d'amélioration, dites-le-lui.
- Soyez honnête par rapport à vos émotions. Si vous ressentez de la tristesse, expliquez pourquoi à l'enfant. Cela l'aidera à ne pas se sentir coupable et l'encouragera à exprimer ses propres émotions.

Assurer un suivi

- Soyez à l'écoute de ses réactions et rappelez-lui que vous êtes là pour en parler lorsqu'il en ressent le besoin.
- Informez l'enfant rapidement si les soins que vous offrez à votre proche entraînent un changement dans la routine quotidienne.
- Lorsque vous vous sentez fatigué ou que vous êtes moins disponible pour votre enfant, n'hésitez pas à le lui dire, en insistant sur le fait que cette situation est temporaire et que ce n'est en rien sa faute.

DES RESSOURCES POUR VOUS ET POUR EUX

Sparadrap, un site Web, suggère des livres de littérature jeunesse et des ouvrages abordant différentes maladies. www.sparadrap.org/Parents/A-lire-A-voir/Conseils-de-lecture/Livres-pour-enfants-sur-la-maladie-ou-la-mort-d-un-parent

La Fédération québécoise des Sociétés Alzheimer propose des dépliants d'information et des suggestions de lecture pour les enfants et les adolescents. www.alzheimerquebec.ca/nos-ressources-et-services/ressources/depliants-et-publications-de-la-societe-alzheimer

Alzjunior, un site Web, offre entre autres des explications illustrées sur la maladie d'Alzheimer et une bande dessinée en plusieurs épisodes traitant de différents aspects de la maladie. www.alzjunior.org

Dis p'pa, c'est quoi la maladie de Parkinson? est une bande dessinée ludique, conçue par France Parkinson. www.franceparkinson.fr/association/missions-et-actions/informer-former-maladie-traitements-aides/documents-telechargeables

Sources :

- *Parler de la maladie avec son enfant.* <https://naitreetarandir.com/fr/MauxEnfants/Sante/Fiche.aspx?doc=bg-naitre-grandir-comment-parler-maladie-enfant>
- *Comment parler d'une maladie grave à un enfant ou à un adolescent.* www.virtualhospice.ca/fr_CA/Main+Site+Navigation/Home/Topics/Topics/Communication/Talking+with+ Children+and+Youth.aspx
- *Dis, c'est quoi ta maladie?* www.ch-argenteuil.fr/wp-content/uploads/2017/08/Parler-a-lenfant-de-la-maladie-grave.pdf

LA COMPLÉMENTARITÉ AU SERVICE DES PROCHES AIDANTS



Le 21 mars dernier, les 17 Appuis régionaux ont participé à une journée d'échange avec des représentants de tous les CISSS et CIUSSS de la province. Intitulée *Développer la collaboration et construire un partenariat fort pour les proches aidants d'aînés*, la journée avait pour objectif d'engager les partenaires des Appuis et du réseau de la santé à mettre en œuvre des mesures pour améliorer leur complémentarité ainsi que l'offre de services et son utilisation par les proches aidants d'aînés. Au terme de cette rencontre, les participants ont convenu de plusieurs actions à mettre en place dans leur région. Un dossier à suivre! ■

CAMPAGNE DE SENSIBILISATION AVEC AMBASSADEURS

Sept figures marquantes de la Mauricie ont accepté de prêter leur image à une campagne de sensibilisation et de devenir nos nouveaux ambassadeurs. Leur défi? Rejoindre 5 proches aidants de leur entourage et leur remettre une trousse d'outils. Découvrez l'histoire derrière leur engagement, au www.lappui.org/Mauricie.

Merci à nos 7 ambassadeurs :

Martin Beaumont, président-directeur général, CIUSSS-MCQ

France Brisson, copropriétaire, Rôtisserie St-Hubert de Shawinigan

Hélène Corneau, directrice générale, Commission scolaire du Chemin-du-Roy

Jean-Denis Girard, député de Trois-Rivières

Patricia Hélie, journaliste, TVA Nouvelles

Paul Lavergne, président, CSN Conseil central du Cœur du Québec

Christian Lépine, chargé de projets, Le Prix du Gros

NOUVELLES CAPSULES VIDÉOS POUR AIDER LES AIDANTS À SE RECONNAÎTRE

Dans une action concertée, six organismes de la région ont créé deux capsules d'information destinées aux proches aidants et ayant pour but, d'une part, d'aider ces derniers à se reconnaître et, d'autre part, de promouvoir les ressources à leur disposition. On vous invite donc à aller les visionner et, surtout, à les partager! Elles se trouvent sur les pages Facebook des associations de votre secteur et du Salon des aidants et des aînés, ainsi que sur [la nouvelle chaîne YouTube « Proches aidants Mauricie »](#).

RÉÉDITION DE PRENDRE SOIN DE MOI... TOUT EN PRENANT SOIN DE L'AUTRE – GUIDE DE PRÉVENTION DE L'ÉPUISEMENT DESTINÉ AUX PROCHES AIDANTS

Il est très apprécié et largement distribué dans la région, comme ailleurs au Québec : le *Guide de prévention de l'épuisement destiné aux proches aidants*, mieux connu sous le nom *Prendre soin de moi... tout en prenant soin de l'autre*. Originellement paru en 2006, cet ouvrage regroupe une foule de trucs et d'astuces pour le proche aidant. Comme il remonte à plus de 10 ans, il était grand temps de le remettre à jour. Plusieurs sections ont été ajoutées ou bonifiées, notamment *La conciliation travail-vie personnelle*, *Quand la maladie s'introduit dans le couple*, *La maladie d'Alzheimer et les maladies apparentées*, *Les différents deuils*, *La loi et les droits du proche aidant*, etc. Chaque guide contiendra un bottin des ressources à jour.

Vous pouvez consulter le guide au www.lappui.org/Mauricie. Dans quelques mois, il sera distribué en format papier à plus large échelle à travers la région. Consultez l'Association des proches aidants près de chez vous pour plus de détails.

NOUVELLE CHAÎNE YOUTUBE PROCHES AIDANTS MAURICIE

Curieux d'entendre les témoignages de gens qui vivent une situation similaire à la vôtre? Vous aimeriez approfondir votre connaissance sur les ressources du milieu? Vous aimeriez savoir à quoi ressemblent les activités offertes par les organismes de la région? Visitez la nouvelle [chaîne YouTube Proches aidants Mauricie](#). Vous y trouverez une foule de vidéos à la fois informatives, touchantes et divertissantes. Abonnez-vous, vous serez informé de l'ajout de tout nouveau contenu!

NOTRE COUP DE CŒUR DU MOIS

LES AÎNÉS ET LA LOI, UN GUIDE COMPLET POUR S'Y RETROUVER



Vous souhaitez en apprendre plus sur la planification financière, le testament ou encore connaître vos droits en matière de logement et de santé? Éducaloi met à votre disposition un dossier complet, spécialement conçu pour les aînés. Les 29 fiches pratiques vous aideront à vous y retrouver et à soutenir votre proche. De plus, en collaboration avec la chambre des notaires, Éducaloi a produit 6 guides imprimables. D'autres documents seront publiés dans les prochains mois.

www.educaloi.qc.ca/aines-petit-guide-pour-sy-retrouver

SEXUALITÉ ET VIEILLISSEMENT, UN SUJET À ABORDER

Les conseillers aux proches aidants

Dans nos interventions au SIA, certains proches aidants ont abordé le thème de la sexualité avec leur conjoint. Nous remarquons que cette dimension de la vie de couple, qu'elle soit liée au vieillissement ou à des troubles cognitifs, entraîne des questionnements, voire certaines difficultés. Mais ce que nous remarquons surtout, c'est que le sujet suscite bien souvent un malaise.

UNE DIMENSION BIEN PRÉSENTE MALGRÉ LE VIEILLISSEMENT

Bon nombre d'écrits portant sur la sexualité en contexte de vieillissement révèlent que la vie sexuelle des aînés est couramment associée au déclin ou à l'absence de désirs sexuels. Pourtant, les études consacrées à la sexualité des personnes de 60 ans et plus montrent non seulement qu'elles sont nombreuses à continuer à éprouver de l'intérêt vis-à-vis de la sexualité, mais affirment aussi être sexuellement actives. Il appert également que les personnes âgées estiment que la dimension affective occupe un espace de plus en plus important au sein de leur sexualité.

UNE TRAJECTOIRE PROPRE À CHACUN

Avec l'avancement en âge, certains délaissent plus ou moins progressivement la pratique d'activités sexuelles, tandis que d'autres s'y adonnent régulièrement. La perte d'intérêt comme le maintien du désir ne devraient pas être envisagés sous l'angle du normal ou de l'anormal. La sexualité s'exprime de différentes façons, de même qu'elle se transforme au fil du temps, des expériences vécues, en fonction de l'état de santé ou des conditions de vie. Que ce soit à 50, 60 ou 80 ans, à chacun sa trajectoire dans l'univers de la sexualité.

Que l'érotisme se manifeste par un échange physique ou à travers la sensualité d'une caresse, la tendresse des mots, la chaleur des sentiments, la complicité tissée de la fibre du temps, ce qui importe est que chaque personne se respecte et se sente respectée.

DES RESSOURCES POUR VOUS ACCOMPAGNER

Si vous vous questionnez sur votre vie sexuelle ou sur les capacités de votre conjoint dans cette dimension de votre vie, n'hésitez pas à en parler. Les professionnels de la santé sont formés pour vous aider. Vous pouvez communiquer avec le service Info-aidant, au 1 855 852-7784. Nous vous dirigerons vers les bonnes ressources.

Sources

- Véronique Lefebvre des Noettes et Jacques Gaillard. « Sexualité et avancée en âge », *L'information psychiatrique* 2015/9 (vol. 91), p. 740-746.
- Chloé Vallée. *Vieillesse et sexualité, Anthropologie sociale et ethnologie*, 2014.
- Alain Giami et Lorraine Ory. « Constructions sociales et professionnelles de la sexualité dans le contexte de la maladie d'Alzheimer », *Gérontologie et société*, 2012/35 (vol. 50).

INFIRMIÈRES AUXILIAIRES ET PROCHES AIDANTS UNE ÉQUIPE OPTIMALE POUR LE CONFORT DU PATIENT

Une collaboration de l'Ordre des infirmières et infirmiers auxiliaires du Québec

Dans le réseau de la santé, les infirmières auxiliaires travaillent en étroite collaboration avec les proches aidants dans plusieurs milieux, notamment lorsqu'elles prodiguent des soins à domicile, ou encore dans un contexte de fin de vie. Depuis cinq ans, Mélanie Cloutier, une infirmière auxiliaire qui exerce en gériatrie et en déficit cognitif, tisse des liens de confiance avec les familles et les proches des patients qui croisent sa route, au CHSLD Jeanne-Le Ber du CISSS Lucille-Teasdale.

« Le rôle du proche aidant dans notre travail est crucial. Nous leur donnons des consignes et des éléments à vérifier pour nous aviser de l'état du patient. Ils sont nos yeux. Nous formons une équipe », décrit Mme Cloutier.

Dans son travail, cette infirmière auxiliaire mise sur l'empathie et la douceur pour établir un contact avec la famille et les proches d'un nouveau patient. Elle les informe des différents aspects à tenir compte pour suivre l'état général de la personne soignée, en plus d'enseigner quelques manœuvres telles que l'injection d'insuline. « On doit s'assurer que la famille est bien outillée pour donner les soins et prendre en note des informations qui semblent banales, mais qui nous sont essentielles pour nos patients qui reçoivent des soins à domicile ou qui sortent quelques jours pour des congés », indique-t-elle.

ACCOMPAGNEMENT EN FIN DE VIE

Mélanie Cloutier accompagne également les proches aidants dans les différentes étapes de fin de vie d'une personne. Elle leur enseigne les soins de confort et répond à leurs questions, en se montrant toujours rassurante.

« Il faut agir avec calme et assurance. Il faut toujours garder à l'esprit que ces personnes confient un proche qu'ils adorent à un étranger. C'est important pour moi qu'elles se sentent en confiance, puisque ces derniers moments resteront gravés dans leur mémoire. Mon rôle est de les accompagner comme la famille », précise l'infirmière auxiliaire.

Mme Cloutier se fait un devoir de partager dans le respect ces événements chargés en émotions avec les familles. « On accompagne la famille afin qu'elle puisse affronter la situation en confiance, souligne Mélanie Cloutier. Lorsqu'on l'accompagne dans ce processus et qu'elle est rassurée, ça nous prouve que notre travail a été bien fait. C'est indescriptible à quel point c'est gratifiant. »

Passionnée par son métier, Mélanie Cloutier admet qu'elle est déjà impatiente de rentrer au poste après ses journées de congé. À l'occasion, elle rend visite à ses patients et leurs proches lors de ses congés. « J'amène parfois mon petit chien dans mes congés pour désennuyer les personnes sur l'étage. C'est fou de voir la joie que peut apporter un animal aux patients! Je me souviens d'un d'entre eux qui ne pouvait plus marcher. La surprise que j'ai eue lorsqu'il s'est rendu seul au poste pour venir le voir! », se souvient l'infirmière auxiliaire.

« Notre rôle vise à assurer le confort de nos patients. Pour y arriver, la collaboration avec les proches aidants est essentielle. On est infirmière auxiliaire parce qu'on aime prendre soin des gens », résume Mélanie Cloutier. ■



Ordre des infirmières
et infirmiers auxiliaires
du Québec

Pour en savoir plus sur le métier d'infirmière auxiliaire, visitez le www.oiaq.org

Vous prenez soin d'un proche?

Pour de l'**information**, de la **formation**, du **soutien** ou du **répit**, appuyez-vous sur nous et nous vous dirigerons vers les ressources disponibles près de chez vous.

INFO-AIDANT

1 855 852-7784

ÉCOUTE-INFORMATION-RÉFÉRENCES

LAPPUI.ORG



MAI

Formation Aider sans s'épuiser : « Culpabilité ou responsabilité »

Association des personnes aidantes de la Vallée-de-la-Batiscan

1er mai 2018 | 13 h 30 à 15 h 30 | 660, rue Principale, St-Luc-de-Vincennes

3 mai 2018 | 13h 30 à 15 h 30 | local 207 | 301, rue St-Jacques, Ste-Thècle

Veillez confirmer votre présence.

Information et réservation : 1-855-284-1390

Café-causerie avec Mme Christine Charest de Carpe Diem, Centre de ressources Alzheimer

Association des personnes aidantes de la Vallée-de-la-Batiscan

8 mai 2018 | 13 h 30 à 15 h 30 | 660, rue principale, St-Luc-de-Vincennes

Veillez confirmer votre présence.

Information et réservation : 1-855-284-1390

Les rendez-vous de la proche aidance « Les bienfaits de la relaxation sur la maladie de Parkinson », par M. François Gagnon, Parkinson Centre-du-Québec/Mauricie

Corporation de développement des arts et de la culture de La Tuque

8 mai 2018 | 10 h | Complexe culturel-Félix-Leclerc | 725, boulevard Ducharme, La Tuque

Veillez confirmer votre présence.

Information et réservation : Marie-Josée Roy | 819-523-9280 #228

En partenariat financier avec l'Appui Mauricie.

Les rendez-vous de la proche aidance « Vivre avec la maladie de Parkinson », par M. François Gagnon, Parkinson Centre-du-Québec/Mauricie

Corporation de développement des arts et de la culture de La Tuque

8 mai 2018 | 19 h | Local de la FADOQ | 500, rue Lucien-Filion La Tuque

Veillez confirmer votre présence.

Information et réservation : Marie-Josée Roy | 819-523-9280 #228

En partenariat financier avec l'Appui Mauricie

Conférence gratuite « Donner son corps à la science? » Reprise du 4 avril

Association des personnes aidantes de la Vallée-de-la-Batiscan

9 mai 2018 | 13 h 30 à 15 h 30 | Salle Beaudoin | 660, rue Principale, St-Luc-de-Vincennes

Veillez confirmer votre présence.

Information et réservation : 1-855-284-1390

Groupe d'entraide Parkinson : « Je commence le ménage de MON printemps... »

Parkinson Centre-du-Québec/Mauricie

9 mai 2018 | 19 h 00 à 21 h 00 | Bureau Parkinson | 1800, rue St-Paul, Trois-Rivières

17 mai 2018 | 13 h 30 à 15 h 30 | Domaine Cascade (Chartwell) 5e étage | 695, 7e rue de la Pointe, Shawinigan

24 mai 2018 | 13 h 30 à 15 h 30 | Association des aidants naturels du bassin de Maskinongé | 2501, rue Laflèche, St-Paulin

22 mai 2018 | 13 h 30 à 15 h 30 | Bureau Parkinson | 1800, rue St-Paul, Trois-Rivières

Veillez confirmer votre présence.

Information et réservation : François Gagnon | 819-693-1287 Poste 2 | parkinson.spmcq@bellnet.ca

En partenariat financier avec l'Appui Mauricie.

Cafés Entr'Aidants

Regroupement des aidants naturels de la Mauricie

9 mai 2018 | 14 h à 16 h | Regroupement des aidants naturels de la Mauricie | 79, rue Rocheleau, Trois-Rivières

9 mai 2018 | 18 h à 20 h | Regroupement des aidants naturels de la Mauricie | 79, rue Rocheleau, Trois-Rivières

23 mai 2018 | 14 h à 16 h | Regroupement des aidants naturels de la Mauricie | 79, rue Rocheleau, Trois-Rivières

23 mai 2018 | 18 h à 20 h | Regroupement des aidants naturels de la Mauricie | 79, rue Rocheleau, Trois-Rivières

Veillez confirmer votre présence.

Information et réservation : 819 693-6072 | www.rdanm.org

En partenariat financier avec l'Appui Mauricie.

Café-rencontre Alzheimer

Carpe Diem – Centre de ressources Alzheimer

9 mai 2018 | 18 h 30 à 20 h 30 | CHSLD Vigi Les Chutes | 5000, av. Albert-Tessier, Shawinigan

15 mai 2018 | 13 h 30 à 15 h 30 | Presbytère Ste-Thérèse | 4805, boul. du Chanoine Moreau, Trois-Rivières |

Entrée par la porte arrière dans le stationnement

Information et réservation : 819 376-7063 | www.alzheimercarpediem.com

Café-rencontre « Les émotions et leurs impacts »

Centre d'action bénévole de la région de Shawinigan

9 mai 2018 | 13 h 30 à 15 h 30 | Revitalisation des quartiers | 383 rue Frigon, Shawinigan

15 mai 2018 | 13 h 30 à 15 h 30 | Salle 8 de l'Hôtel de ville | 140, rue Guimont, St-Boniface

Veillez confirmer votre présence.

Information et réservation : Amélie Gélinas | 819 247-3050 ou prochesaidants@cabshawinigan.org

En partenariat financier avec l'Appui Mauricie.

Présentation du Centre d'action bénévole de Mékinac

Association des personnes aidantes de la Vallée-de-la-Batiscan

10 mai 2018 | 13 h 30 à 15 h 30 | local 217 | 301, rue St-Jacques, Ste-Thècle

Veillez confirmer votre présence.

Information et réservation : 1-855-284-1390

Rencontre informative: « Au volant de ma santé » (La délicate question de la conduite automobile pour les aînés)

Association des aidants naturels du bassin de Maskinongé « mains tendres »

10 mai 2018 | 10 h 30 | Maison Laurianne Elliott-Martel | 2501, rue Laflèche, Saint-Paulin (Québec)

Information et réservation : Pierrette Beaumier | 819 268-2884

Atelier-conférence gratuit « Le stress me courtise », par Mme Danielle Messier (maître PNL)

Centre d'action bénévole de Grand-Mère

10 mai 2018 | 13 h 30 | Salle communautaire du Centre d'action bénévole de Grand-Mère | 632, 13e Rue Shawinigan (secteur Grand-Mère)

Veillez confirmer votre présence.

Information et réservation : Diane Lemay | 819-538-7689 poste 6

En partenariat financier avec l'Appui Mauricie.

Café-Jasette

Association des personnes aidantes de la Vallée-de-la-Batiscan

15 mai 2018 | 13 h 30 | Restaurant au P'tit Relais | 1240, rue Principale, Batiscan

17 mai 2018 | 13 h 30 | Restaurant Bistro Ste-Thècle | 780, rue St-Jacques, Ste-Thècle

Veillez confirmer votre présence.

Information et réservation : 1-855-284-1390

Cafés-rencontres

Centre d'action bénévole de Grand-Mère

15 mai 2018 | 13 h 30 | Filozen Café | 811, avenue de Grand-Mère (secteur Grand-Mère)

22 mai 2018 | 18 h 30 | Filozen Café | 811, Avenue de Grand-Mère (secteur Grand-Mère)

Veillez confirmer votre présence.

Information et réservation : Diane Lemay | 819-538-7689 poste 6

En partenariat financier avec l'Appui Mauricie.

Souper mensuel et AGA suivi d'une animation en graphologie

Regroupement des aidants naturels de la Mauricie

16 mai 2018 | 17 h 00 | Restaurant Stratos Pizzeria | 1310, rue Ste-Marguerite, Trois-Rivières

Souper à vos frais. Activité gratuite.

Veillez confirmer votre présence.

Information et réservation : 819 693-6072 | www.rdanm.org

Venez jouer aux quilles

Association des aidants naturels du bassin de Maskinongé « mains tendres »

17 mai 2018 | 13 h 30 | Quillorama de Grand-Pré | 991, boul. Saint-Laurent Ouest

Veillez confirmer votre présence.

Inscription obligatoire avant le 10 mai 2018.

Coût : 5\$ pour les non-membres

Information et réservation : Pierrette Beaumier | 819 268-2884

Les rendez-vous de la proche aide : 2 jours de formation « Mieux comprendre la maladie d'Alzheimer et les maladies apparentées », par Mme Christine Charest, Carpe Diem – Centre de ressources Alzheimer

Corporation de développement des arts et de la culture de La Tuque

17 mai 2018 | de 9 h à 16 h | Local de la FADOQ | 500, rue Lucien-Filion, La Tuque

20 juin 2018 | de 9 h à 16 h | Local de la FADOQ | 500, rue Lucien-Filion, La Tuque

Veillez confirmer votre présence.

Information et réservation : Marie-Josée Roy | 819-523-9280 #228

En partenariat financier avec l'Appui Mauricie

Café-rencontre « La culpabilité chez l'aidant »

Présenté par le CAB de la région de Shawinigan

23 mai 2018 | 13 h 30 à 15 h 30 | Centre communautaire multiservices | 431 chemin du Frêne, St-Gérard-des-Laurentides

Veillez confirmer votre présence.

Information et réservation : Amélie Gélinas | 819 247-3050 ou prochesaidants@cabshawinigan.org

En partenariat financier avec l'Appui Mauricie.

Webinaire « Prévenir et gérer les chutes et le blocage épisodique »

Regroupement des aidants naturels de la Mauricie

24 mai 2018 | 9 h à 10 h | Regroupement des aidants naturels de la Mauricie | 79, rue Rocheleau, Trois-Rivières

Veillez confirmer votre présence.

Information et réservation : 819 693-6072 | www.rdanm.org

Atelier-conférence gratuit « L'isolement, la solitude », par Mme Danielle Messier (maître PNL)

Centre d'action bénévole de Grand-Mère

24 mai 2018 | 13 h 30 | Salle communautaire du Centre d'action bénévole de Grand-Mère | 632, 13 e Rue Shawinigan (secteur Grand-Mère)

Veillez confirmer votre présence.

Information et réservation : Diane Lemay | 819-538-7689 poste 6

En partenariat financier avec l'Appui Mauricie.

Formation Aider sans s'épuiser : « Besoins et droit »

Association des personnes aidantes de la Vallée-de-la-Batiscan

29 mai 2018 | 13 h 30 à 15 h30 | 660, rue Principale, St-Luc-de-Vincennes

31 mai 2018 | 13 h 30 à 15 h 30 | local 207 | 301, rue St-Jacques, Ste-Thècle

Veillez confirmer votre présence.

Information et réservation : 1-855-284-1390

Conférence gratuite « Alice au pays de l'Alzheimer », par M. Jacques Boulerice

Regroupement des aidants naturels de la Mauricie

30 mai 2018 | 13 h 30 | Centre culturel Pauline-Julien | 150, rue Fusey, Trois-Rivières

Veillez confirmer votre présence.

Information et réservation : 819 693-6072 | www.rdanm.org

Atelier-conférence gratuit « La Motivation », par Mme Danielle Messier (maître PNL)

Centre d'action bénévole de Grand-Mère

7 juin 2018 | 13 h 30 | Salle communautaire du Centre d'action bénévole de Grand-Mère | 632, 13 e Rue Shawinigan (secteur Grand-Mère)

Veillez confirmer votre présence.

Information et réservation : Diane Lemay | 819-538-7689 poste 6

En partenariat financier avec l'Appui Mauricie.

Souper/Conférence : BIODANZA - Le plaisir de bouger et de vivre maintenant

Association des aidants naturels du bassin de Maskinongé « mains tendres »

30 mai 2018 | 17 h | Restaurant La Porte de la Mauricie | 4, boul. Saint-Anne, Yamachiche (Québec)

Veillez confirmer votre présence.

Information et réservation : Pierrette Beaumier | 819 268-2884

BABILLARD DES ORGANISMES

LA MOBILITE DES AINES ET LE VIEILLISSEMENT ACTIF : MIEUX COMPRENDRE POUR AGIR

Vous avez **65 ans ou plus** et résidez à **Trois-Rivières** ? Nous nous intéressons à vos habitudes de déplacement ! Dans le cadre d'une étude menée au *Laboratoire en loisir et vie communautaire de l'UQTR*, une équipe de chercheurs a élaboré un questionnaire afin de mieux comprendre la réalité des aînés en regard de leurs déplacements.

Pour répondre au questionnaire, rendez-vous sur ce site ou cliquez sur le lien suivant :

<https://fr.surveymonkey.com/r/SGR3KWR>

Pour plus de détails :

Camille Joannis, B.A. psy.

Étudiante à la maîtrise en Loisir, culture et tourisme

Assistante de recherche au Laboratoire en loisir et vie communautaire

Université du Québec à Trois-Rivières

819 376-5011 poste 3252



Si vous souhaitez vous inscrire veuillez nous retourner le formulaire à :

L'Appui Mauricie | 942, rue Sainte-Geneviève, Trois-Rivières (Québec) G9A 3X6 ou vous rendre sur notre site Web : **www.lappui.org**

NOM : _____

PRÉNOM : _____

OUI, JE DÉSIRE RECEVOIR L'APPUILETRE MAURICIE :

PAR COURRIEL : _____

PAR VOIE POSTALE : _____

OÙ AVEZ-VOUS ENTENDU PARLER DE L'APPUILETRE? _____

JE NE SOUHAITE PLUS RECEVOIR L'APPUILETRE MAURICIE