

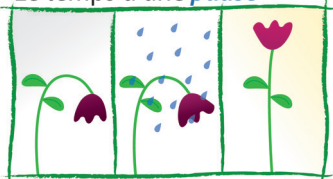
# LE TEMPS D'UNE PAUSE

Des rencontres  
pour répondre  
aux préoccupations  
des familles  
et des proches aidants

Programmation  
printemps 2016

FISCALITÉ	ARTHÉRAPIE
MÉDICATION	COMMUNICATION
SOINS D'HYGIÈNE	MANDAT
PRÉVENTION	MESURES DE FIN DE VIE
ÉTABLISSEMENTS DE SANTÉ	STIMULATION À DOMICILE

Le temps d'une *pause*



répit et soutien aux aînés

Soutenir les familles  
de personnes atteintes  
de maladies cognitives

Le temps d'une pause soutient depuis plus de 10 ans les familles et proches de personnes atteintes de troubles cognitifs en leur offrant des services de qualité adaptés à leurs besoins.

## LES RENCONTRES THÉMATIQUES

Vous vous posez des questions sur la maladie de votre proche ou sur son accompagnement ? Vous recherchez des outils et conseils pour améliorer son quotidien et le vôtre ?

Nous invitons des professionnels pour aborder avec vous des thématiques **répondant à vos interrogations**.

>> Rencontres **gratuites** et **sur inscription**.

## LES JOURNÉES D'ATELIERS

Vous souhaiteriez aborder un sujet particulier en profondeur, en prenant le temps de l'approcher selon plusieurs perspectives ?

Sous forme de petits groupes, cette nouvelle formule allie théorie et pratique. L'interactivité entre participants et intervenants permet, tout au long de la journée, d'échanger sur les expériences de chacun et de partager des astuces facilitant la prise en charge.

>> Coûts (Collations et dîner inclus) :

- Familles : 30 \$ (membres\*) et 40 \$ (non membres)
- Professionnels : 50 \$ (membres) et 70 \$ (non membres)

*La cotisation annuelle est de 10 \$ par personne pour les familles et 25\$ pour les professionnels.*

**Venez avec votre proche**  
atteint d'une maladie cognitive,  
nous proposons **gratuitement**  
**des activités de stimulation.**

**Inscription préalable requise.**

# PROGRAMMATION

## FÉVRIER 16

Mercredi 17 19h-21 h  
Les quatre temps

Mardi 23 19h-21h  
Centre Berthiaume-du-Tremblay

Fiscalité fédérale et provinciale

Fiscalité fédérale et provinciale

## MARS 16

Mercredi 9 19h-21h  
Centre Lajeunesse

Mercredi 15 19 h-21 H  
Les quatre temps

Samedi 19 9h - 15h  
Les quatre temps

Les établissements de santé  
et de services sociaux

Médication et maladie d'Alzheimer

Mieux vivre les soins d'hygiène

## AVRIL 16

Mercredi 6 13h30-15h30  
Bibliothèque Saint-Michel

Mercredi 12 19h-21h  
Centre Berthiaume-du-Tremblay

Mercredi 20 19h-21h  
Centre Lajeunesse

Mesures de fin de vie

Le mandat donné en prévision  
de l'incapacité

Prévention des comportements  
perturbateurs

## MAI 16

Mardi 3 18h30-20h  
Les quatre temps

Samedi 7 9h-15h  
Les quatre temps

Mercredi 18 19h-21 H  
Centre Lajeunesse

Mardi 24 18h30-20h  
Les quatre temps

Arthérapie pour proches aidants

Garder le contact – Atelier de  
stimulation à domicile

Le défi de communiquer

Arthérapie pour proches aidants

# RENCONTRES THÉMATIQUES

Le temps d'une pause poursuit son offre de rencontres saisonnières avec pour volonté d'apporter des réponses concrètes au quotidien des familles.

## ATELIERS D'ARTHÉRAPIE POUR LES PROCHES AIDANTS

*Par Liza Lanouilh, de la Société Alzheimer de Montréal*

- Proposer aux proches aidants de laisser parler leur univers intérieur grâce à des matériaux artistiques accessibles à toute personne n'ayant jamais dessiné, peint, créé. Les participants seront guidés dans un processus permettant de donner forme à leurs envies et difficultés.
- Un moment à soi pour se détendre et mieux se comprendre.

## FISCALITÉ FÉDÉRALE ET PROVINCIALE

*Par André Boulais et Mylène Goyette, experts comptables*

- Présenter les éléments à prendre en compte lors de la préparation des déclarations fiscales des personnes en perte d'autonomie et de leurs aidants, les crédits d'impôt ou aides fiscales disponibles et les divers outils utiles à la demande de certaines aides fiscales.

## LES ÉTABLISSEMENTS DE SANTÉ ET DE SERVICES SOCIAUX

*Par Maître Hélène Guay, avocate au Barreau de Montréal*

- Se familiariser avec les différentes catégories d'établissements de santé et de services sociaux : choix de l'établissement et du professionnel, consentement aux soins, refus de traitement, code d'éthique de l'établissement et recours possibles.

## MESURES DE FIN DE VIE

*Par Maître Hélène Guay, avocate au Barreau de Montréal*

- Comprendre les différentes dispositions juridiques de fin de vie à l'occasion de l'arrivée de la nouvelle loi 52, au travers des questions de droit à la vie, à l'intégrité, à la dignité, à la liberté et à la vie privée. Quelles sont les mesures disponibles ? Comment faire respecter ses choix ou ceux d'un proche ?

## LE MANDAT DONNÉ EN PRÉVISION DE L'INAPTITUDE

*Par Maître Hélène Guay, avocate au Barreau de Montréal*

- Connaître les enjeux associés au mandat en prévision d'incapacité pour aider les familles à en faire bon usage. Qu'est-ce qui le différencie de la procuration ? Quand et comment peut-on se le procurer ?
- Des conseils aux participants pour bien comprendre les termes et remplir le document correctement seront donnés.

## LE DÉFI DE COMMUNIQUER

*Par Michelyne Hubert, orthophoniste à l'IUGM, à la clinique de l'UdeM et à l'AQPA*

- Mieux comprendre les troubles de la parole et du langage chez les personnes atteintes de déficits cognitifs. À travers des notions théoriques et de petits exercices, les participants pourront renforcer des stratégies déjà développées intuitivement et en apprivoiser de nouvelles.
- >> Places limitées.


## MÉDICATION ET MALADIE D'ALZHEIMER

*Par Rocky Zomparelli, pharmacien*

- Traiter des questions relatives aux causes, aux facteurs de risques, aux symptômes associés aux maladies cognitives et clarifier les prises en charge pharmacologiques des symptômes.
- Quels sont les traitements prescrits ? À quel moment et pour qui ? Comment agissent-ils ?
- Une consultation individuelle sera proposée aux participants disposant de leurs ordonnances, à l'issue de l'intervention.

## PRÉVENTION DES COMPORTEMENTS PERTURBATEURS

*Par Yvon Riendeau, chargé de cours en gérontologie sociale et formateur en CLSC-CHSLD*

- Définir les différents troubles cognitifs et l'approche à privilégier en cas de comportements perturbateurs à domicile.
  - Quelles sont les techniques d'intervention préventive ?
  - Quels sont les pièges à éviter et astuces à expérimenter ?
- 

# JOURNÉES D'ATELIERS

Le temps d'une pause souhaite favoriser les transferts de connaissances et d'expériences entre proches aidants et professionnels.

Avec cette nouvelle formule de rencontres nous voulons offrir aux participants un espace privilégié d'échange et d'apprentissage.

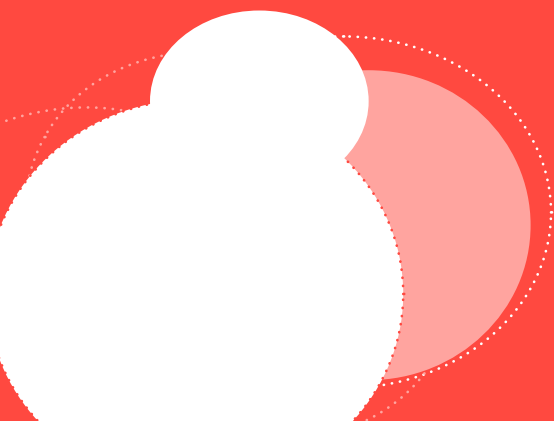
## MIEUX VIVRE LES SOINS D'HYGIÈNE

*Par Valérie Tousignant, auxiliaire et formatrice PDSB*

Douche, rasage, brossage de dents, habillage et déshabillage, toilette intime... Parmi les formes d'accompagnement à domicile, les soins d'hygiène sont considérés comme les activités les plus privées et donc les plus délicates pour les proches et pour la personne en perte d'autonomie. Parfois pris comme une intrusion dans l'intimité, ils peuvent provoquer un sentiment de malaise et parfois de colère.

Comment agir ? Comment assister la personne en lui permettant d'être autonome, en la mettant en confiance et en respectant sa dignité ?

Au cours de cette journée, les participants apprendront les gestes simples utilisés au quotidien par les professionnels de la santé. Ils pourront y fortifier leurs acquis en découvrant d'autres pratiques et se familiariser avec des accessoires utiles aux soins d'hygiène.



## **GARDER LE CONTACT**

### **ATELIER DE STIMULATION À DOMICILE**

*Par Le temps d'une pause*

Partout, les familles sont encouragées à permettre à leur proche atteint de troubles cognitifs d'être « stimulé ». La stimulation est une activité à la portée de tous. Elle peut être faite partout et avec des éléments qui nous entourent au quotidien. Mais, que stimule-t-on ? Pourquoi ? Comment peut-on assurer simplement une stimulation complémentaire à celle offerte par les professionnels ? Quelles sont les activités possibles ?

Durant cette journée, les familles auront la possibilité de répondre à ces questions et d'augmenter leur banque d'idées d'activités à réaliser avec leur proche. Selon une approche interactive et ludique, il leur sera offert de comprendre les principes de stimulation en fonction des pathologies portant atteintes aux fonctions cognitives, de se familiariser avec les différents types de stimulation et d'expérimenter des activités à faire à domicile.

**À la journée**

**Sur inscription**

**Avec des professionnels du milieu**



# POINTS DE RENCONTRE

## Saint-Michel

Les Quatre-Temps  
7400 Boul. Saint-Michel



Saint-Michel

Bibliothèque Saint-Michel  
7601 rue François Perreault



Saint-Michel

## Villeray

Centre Lajeunesse  
7478 rue Lajeunesse



Jean Talon

## Ahunsiac

Centre Berthiaume-du-Tremblay  
1635 Boul. Gouin E



Henri-Bourassa

Stationnement gratuit sur place possible.

Pour en savoir plus, communiquez avec nous.

## REMERCIEMENTS



AQDR

Saint-Michel

ASSOCIATION QUÉBÉCOISE DE DÉFENSE  
DES DROITS DES PERSONNES RETRAITÉES  
ET PRÉRETRAITÉES



Barreau de  
Montréal

FINANCÉ PAR

**L'APPU** POUR LES  
PROCHES AIDANTS  
D'ÂINÉS  
MONTRÉAL

[lappumontreal.org](http://lappumontreal.org)

*Société Alzheimer*  
MONTRÉAL

*BOULAIS*  
CPA inc.

## RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTIONS

Sarah Guigues

(438) 497-8111

[accueil@tempsdunepause.org](mailto:accueil@tempsdunepause.org)

## Le temps d'une pause

7400, boul. Saint-Michel  
Montréal (Qc) - H2A 2Z8  
(438) 875-2165

[www.tempsdunepause.org](http://www.tempsdunepause.org)