



Le lien

Journal du Réseau des aidants naturels d'Autray
Décembre 2012
Fréquence: 3 numéros/année
Tirage: 200 copies

Volume 2, no 2
Décembre 2012

Sommaire :

- Départs et arrivées
- Je ne fais que ça !
- Les crédits d'impôt pour les aidants naturels
- Le Taxi-bus
- Pièce de théâtre: « Aider naturellement »
- Article de M. Carlos Hernández, président du RANCA
- Cri du cœur du RANQ

Dans ce numéro :

Mot du président	2
Mot de la coordinatrice	3
L'APPUI- Lanaudière	4
Comité de représentation	5
Comité de civilité	6
Le Babillard	7
Calendrier des activités hivernales	8
Formations et conférences à venir	9
Reconnaître les aidants	10
Chronique de l'aidant	11
Le RANDA	12

En cette période de l'année
le conseil d'administration vous offre
ses meilleurs vœux pour un
joyeux temps des fêtes.
Que la paix et la sérénité
vous accompagnent et soient un
heureux prélude à l'année nouvelle.

Départ de France St-Georges

Notre coordonnatrice, France St-Georges, nous a quitté en novembre dernier pour se joindre à l'Association lavalloise des proches aidants.

Au nom de tous les membres du Réseau des aidants naturels d'Autray, nous lui disons un **GROS MERCI** pour son empathie et sa sollicitude.

Nous lui souhaitons tout le succès possible dans ses nouvelles fonctions.



Mot du président



Un vent de changement souffle sur le Réseau des Aidants Naturels d'Autray avec l'arrivée d'une nouvelle coordonnatrice et d'une adjointe à la coordination.

Chers membres,
Il y a quelques semaines, France St-Georges, notre coordonnatrice des vingt derniers mois, nous annonçait son départ du Réseau des aidants naturels d'Autray. France se joint à l'équipe de l'Association lavalloise des proches aidants à titre de directrice générale. À la suite de Lise Hamelin, première coordonnatrice du RANDA, France, avec son dynamisme et ses compétences, a su faire progresser le Réseau de façon tangible en y apportant plusieurs innovations qui facilitent aujourd'hui sa bonne marche. Nous te souhaitons, France, bons succès dans ton nouvel emploi.

Le départ de France implique, bien sûr, l'arrivée d'une nouvelle coordonnatrice. J'ai le plaisir de vous présenter Mme Karine Rattelle qui a été choisie par le conseil d'administration parmi une vingtaine de candidats lors des entrevues de sélection. Dans le cadre de son précédent emploi à la Société Alzheimer de Lanaudière, Karine a su développer des compétences pertinentes pour le poste de coordonnatrice. Dans son rôle de responsable des programmes, qu'elle

a occupé pendant plus de trois ans, elle a informé et supporté les personnes atteintes et leurs proches, par des rencontres individuelles et de groupe, de l'écoute téléphonique et des visites à domicile. Elle a accompagné ces personnes à toutes les étapes du processus : du questionnement au diagnostic de la maladie, en passant par tout le côté légal (mandats en cas d'inaptitude), sans compter l'hébergement et, malheureusement, le décès de l'être cher.

Dans le cadre de ce même emploi, Karine avait comme mission de promouvoir l'organisme autant par l'animation de conférences, en participant à des journées publiques d'information ou encore en participant aux nombreuses représentations dans Lanaudière, dont les six Tables de soutien à domicile. Elle a été en mesure de bien s'intégrer, de comprendre le fonctionnement du milieu communautaire, de se faire connaître et reconnaître auprès des partenaires. De plus, elle a assuré la gestion complète du programme Répît, notamment le recrutement et la formation d'une quinzaine d'accompagnatrices, sans

compter le suivi continué avec les familles.

Diplômée en communication, Karine saura bien faire valoir les besoins de l'organisme et de ses membres. Sa bonne connaissance du milieu associatif lanauchois ainsi que sa capacité d'intervention sont des atouts indispensables pour amener notre organisme encore plus loin dans l'accomplissement de sa mission. Bienvenu Karine au sein de notre Réseau et bonne chance dans tes nouvelles fonctions.

Je souligne, ici, l'apport important de Julie Lamarque, adjointe à la coordination, qui a su faire en sorte que la transition au poste de coordonnatrice s'est faite d'une manière harmonieuse et imperceptible pour nos membres.

En terminant, je remercie M. Roger Lamontagne d'avoir réintégré un poste d'administrateur au sein du conseil d'administration du Réseau des aidants naturels d'Autray. Nous sommes toujours à la recherche de deux administrateurs pour notre conseil d'administration.

Soyez les bienvenus.

Bertrand Fortier

Mot de la coordonnatrice

Je suis votre nouvelle coordonnatrice, fraîchement arrivée en poste depuis le 19 novembre dernier.

J'atterris au Réseau des aidants naturels avec un parcours diversifié, mais avec un grand désir de faire bouger les choses dans l'intérêt des aidants. À la suite de mon passage à la Société Alzheimer de Lanaudière comme responsable des programmes, j'ai envie de trouver toutes sortes de moyens pour

vous faciliter la vie, chers aidants.

En poste depuis peu, je commence tranquillement, mais sûrement, à prendre connaissance de tous les dossiers. Certains d'entre eux ne m'étaient pas inconnus par mon passé à œuvrer dans le milieu communautaire, sinon je m'attarde très sérieusement à ma tâche afin que la transition se fasse le plus harmonieusement possible à la suite du départ de madame France St-Georges.

Je vous invite fortement à venir me rencontrer lors des cafés-rencontres, de passer au bureau quand vous en aurez envie ou encore simplement d'appeler pour un brin de jasette. J'ai hâte de vous rencontrer, de vous parler, d'entendre vos histoires, de prendre le pouls de vos réalités de façon concrète afin de bien répondre à vos besoins.

Karine Ratelle,
Votre dévouée
coordonnatrice.



L'équipe de travail du RANDA vous souhaite de Très Joyeuses Fêtes.



Julie Lamarche, secrétaire

Je ne fais que ça!

Être aidant demande beaucoup d'investissement de temps et d'énergie.

De plus, pour plusieurs, être aidant s'ajoute à une vie déjà bien remplie. En plus des soins et du soutien que vous donnez à votre proche, il est possible que vous ayez des enfants, un conjoint, un emploi, une vie sociale, etc.

Si votre proche a besoin de beaucoup de soutien, il se peut que vous accordiez moins de temps à certaines sphères de votre vie.

Veillez quand même à ne pas sacrifier trop de votre temps dédié à votre famille, vos amis et vos loisirs,

car ils sont une bonne source de soutien et vous permettent de recharger vos batteries.

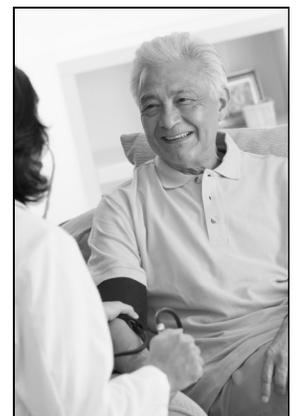
Une journée n'a que 24 heures et si vous faites passer tous les besoins de votre proche avant les vôtres, éventuellement, il ne restera bientôt plus de temps pour vous.

Conseils pour prendre soin de vous-même

- Occupez-vous de votre santé: prenez le temps de manger régulièrement, dormez suffisamment, prenez vos propres rendez-vous chez le médecin.

- Prévoyez du temps juste pour vous. Accordez-vous un répit en faisant de l'exercice ou une promenade, en prenant un bain, en parlant à un ami ou en faisant quelque chose qui vous a toujours plu.
- Consacrez du temps aux autres membres de la famille, surtout les enfants.
- Essayez de vivre le moment présent et un jour à la fois au lieu de penser à l'avenir.
- Songez aux soins de relève lorsque vous avez besoin d'un répit de vos responsabilités.

Bertrand Fortier



Le lien



L'Appui Lanaudière procède à un premier appel de projets afin d'accorder un financement à des organisations pour la mise sur pied de projets en information, formation, soutien psychologique et répit non traditionnel.

L'APPUI-Lanaudière

La ligne Info-aidant

Un service pour répondre aux besoins spécifiques des proches aidants.

C'est dans le cadre de la Semaine nationale des proches aidants que l'Appui Lanaudière a procédé au lancement de sa ligne Info-aidant, un service téléphonique professionnel d'écoute, d'information et de référence adapté aux besoins des proches aidants. Cette ligne a pour objectif de les accompagner et de les soutenir dans leurs démarches, dès le début et tout au long de leur trajectoire, en plus de les orienter vers les ressources de

leur communauté. Les aidants souhaitant obtenir des informations peuvent rejoindre la ligne INFO-aidant au 1-855-5LAPPUI de 8 h 30 à 18 heures.

Premier appel de projets de L'APPUI Lanaudière: Lancement le 5 novembre 2012

Orientations générales: L'Appui Lanaudière a, entre autres mandats, la responsabilité de mobiliser et de concerter les acteurs locaux et régionaux, d'effectuer une planification stratégique régionale basée sur le portrait et les priorités régionales. Considérant

que les efforts et les sommes investies ne pourront en aucun cas couvrir l'ensemble des besoins, il est essentiel, dans chaque milieu, de conjuguer l'accroissement des services avec l'établissement des priorités pour obtenir le maximum d'impact auprès des proches aidants d'ânés.

Au moment où j'ai écrit ces lignes, un comité du RANDA était à élaborer un projet devant être présenté à L'Appui-Lanaudière avant le 14 déc.

Bertrand Fortier,
Représentant à
L'APPUI-Lanaudière

Types de projets pouvant être financés

Information— Activités visant à informer le proche aidant des services et des connaissances utiles au rôle d'accompagnement qu'il souhaite tenir.

Formation— Activités visant à ce que le proche aidant développe les connaissances, les compétences et les comportements utiles au rôle d'accompagnement qu'il souhaite tenir.

Soutien psychologique— Services d'écoute, de soutien, de référence, de consultation et de suivi offerts au proche aidant pour prévenir une détresse psychologique.

Répit non traditionnel— Services de répit ne recréant pas les mêmes modèles et cadres que ceux déjà offerts par le réseau de la santé et des services sociaux.

Chaque projet sera en fonction des cinq caractéristiques suivantes:

Personnalisés— Permettent une offre de services adaptée ou adaptable aux besoins du proche aidant et qui donne la possibilité de le rejoindre à toutes les étapes de sa trajectoire.

Précoces— Impliquent que le proche aidant, précocement, soit rejoint, sensibilisé et informé à chaque étape de sa trajectoire.

Complémentaires— Ne dupliquent pas les services déjà offerts aux proches aidants ou encore ne font pas double emploi avec ceux-ci. Les services financés par le CSA ne devront pas remplacer les activités, projets et initiatives qui résultent des programmes réguliers établis ou approuvés par le gouvernement.

Accrus— Conjuguent l'accroissement, la diversité et l'intensité des services pour obtenir le maximum d'impact auprès des proches aidants.

Accessibles— Un service accessible l'est au niveau du lieu, de l'horaire, du coût et du territoire desservi.

Comité de représentation

LES CRÉDITS D'IMPÔT

En tant qu'aidant naturel, vous passez de nombreuses heures avec vos proches malades à votre charge, incapables de vivre seuls. Les gouvernements sont de plus en plus sensibilisés à cette situation. En effet, ils offrent des crédits d'impôt dont voici les principaux.

Au fédéral, la personne à votre charge qui nécessite des soins à domicile et qui habite avec vous, vous donne droit à un crédit d'impôt non remboursable. Ce dernier est réduit en fonction du revenu net de la personne aidée. C'est le crédit pour aidants naturels.

La personne aidée doit être âgée de 65 ans et plus. Ce crédit s'applique aussi à des personnes de 18 ans et plus si elles souffrent d'une déficience qui nécessite des soins à domicile.

Toujours au fédéral, un crédit d'impôt non remboursable pour aidants familiaux s'ajoute au crédit pour aidants naturels. Ce crédit s'élève à 15% de 2 000 \$. Les paramètres sont les mêmes que ceux du crédit pour aidants naturels.

Au Québec, il existe également un crédit d'impôt

pour aidants naturels. Par contre, ce crédit est remboursable. La personne aidée doit être un proche de 70 ans et plus (père, mère, grand-père, grand-mère, oncle, tante) ou, s'il est plus jeune doit souffrir d'une déficience grave ou prolongée (enfant, petit-enfant, neveu, nièce frère, sœur). Ce crédit est composé d'un montant de base universel de 607 \$ et d'un montant supplémentaire de 497 \$. Ce dernier montant est réduit lorsque le revenu du proche aidant excède 22 000 \$ (montant de 2012).

Toujours au Québec, un crédit d'impôt remboursable existe pour les aidants naturels qui aident des conjoints âgés de 70 ans et plus. Ce crédit est de 700 \$ en 2012. Il sera indexé au cours des prochaines années.

Au Québec, il existe un crédit pour les personnes accordant un répit aux aidants naturels. C'est bon de le savoir. Ces personnes doivent fournir au moins 400 heures de service de relève aux domiciles des aidants naturels. Il s'agit d'heures de bénévolat. Autre détail concernant ce crédit, les aidants naturels

peuvent bénéficier d'une enveloppe de 1 000 \$ fournis par Québec à condition qu'ils remettent à chaque bénévole qui a consacré un minimum de 400 heures de soins à la personne aidée un montant de 500 \$. Pour avoir droit à cela, l'aidant naturel doit remplir le formulaire R-23 pour chacun des bénévoles ainsi qu'un sommaire R-23-S qu'il enverra à Revenu Québec

Toujours au Québec, « les aidants naturels peuvent bénéficier d'un crédit d'impôt remboursable égal à 30% des frais payés dans l'année pour obtenir des services spécialisés de relève pour la garde et la surveillance d'une personne atteinte d'une incapacité importante » et qui habite avec l'aidant naturel.

Il y a une certaine compréhension de la part de nos gouvernants. Ils prennent conscience de l'économie financière qu'ils réalisent en aidant les personnes qui s'occupent de leurs proches malades ou incapables de s'occuper d'elles-mêmes. On s'informe à <http://www.planiguide.ca>

Pensez à vous, aidants naturels.

Louis-Marie Kimpton



« Il y a une certaine compréhension de la part de nos gouvernants. Ils prennent conscience de l'économie financière qu'ils réalisent en aidant les personnes qui s'occupent de leurs proches malades ou incapables de s'occuper d'elles-mêmes. »



Le lien

Comité de civilité

ANNIVERSAIRES DE NAISSANCE

Nous souhaitons un bon anniversaire aux membres qui fêteront leur anniversaire de naissance dans les prochains mois et pour accompagner ces souhaits, nous vous offrons le très beau texte « **Vieillir en beauté** », soumis par Mme Micheline Brault.

Janvier

6	Ghislaine Payer
17	Robert Gouin
18	Lucette Desroches Allard
23	Fleurette Guévremont
28	Thérèse Tellier
30	Michel Fournier

Février

4	Luce Doucet Champagne
5	Micheline Brault
11	Céline Marcoux (B. Fortier)
15	Nicole Ouellette
17	Gilberte Thériault
23	Ginette Geoffroy-Duquette

Mars

6	Bertrand Fortier
9	Martine Poulette
12	Suzanne St-Laurent
19	Jeannine Ferland
30	Denise Hugron
30	Paryse St-Pierre



Vieillir en beauté

Vieillir en beauté, c'est vieillir avec son cœur;
 Sans remords, sans regret, sans regarder l'heure;
 Aller de l'avant, arrêter d'avoir peur;
 Car, à chaque âge, se rattache un bonheur.
 Vieillir en beauté, c'est vieillir avec son corps;
 Le garder sain en dedans, beau en dehors.
 Ne jamais abdiquer devant un effort.
 L'âge n'a rien à voir avec la mort.

Vieillir en beauté, c'est donner un coup de pouce
 À ceux qui se sentent perdus dans la brousse,
 Qui ne croient plus que la vie peut être douce
 Et qu'il y a toujours quelqu'un à la rescousse.
 Vieillir en beauté, c'est vieillir positivement.

Ne pas pleurer sur ses souvenirs d'antan.
 Être fier d'avoir les cheveux blancs,
 Car, pour être heureux, on a encore le temps.

Vieillir en beauté, c'est vieillir avec amour,
 Savoir donner sans rien attendre en retour;
 Car, où que l'on soit, à l'aube du jour,
 Il y a quelqu'un à qui dire bonjour.

Vieillir en beauté, c'est vieillir avec espoir;
 Être content de soi en se couchant le soir.
 Et lorsque viendra le point de non-recevoir,
 Se dire qu'au fond, ce n'est qu'un au revoir.

(Auteur inconnu)

NÉCROLOGIE

Nous offrons nos plus sincères condoléances à Mme Huguette Desroches pour le décès de son fils, à la famille de Mme Pierrette Pesant Ducharme, qui était membre de notre Réseau, ainsi qu'à Mme Liliane Blais, pour le décès de son frère.



Taxi-bus

Économique! Écologique! Sécuritaire!

Vous voulez sortir de votre domicile, mais vous n'avez pas de voiture, une solution :

Taxibus!

Le Taxibus est un service de transport en commun effectué par des véhicules taxis. Comme le service est offert sur appel, l'utilisateur **doit téléphoner** pour obtenir un transport. Le coût varie entre 2.00\$ et 2,50 \$ par voyage. N'hésitez pas à communiquer avec eux. Pour en savoir davantage ou pour une réservation, veuillez composer le 450 835-9711 ou sans frais, 1 877 835-9711.

Il y a un horaire du lundi au vendredi , de 6 heures à 20 heures 15. Bonne route!





Le babillard

Colloque lanauois des proches aidants

Ce colloque constituait une première dans la région. Les organisateurs se sont vus dans l'obligation de refuser des participants, victime du succès de l'initiative. En tout, 203 personnes ont eu accès à l'événement et 76 bénévoles ont mis la main à la pâte. L'événement, tenu au Château Joliette le 20 octobre dernier, a permis à ces proches d'échanger et de

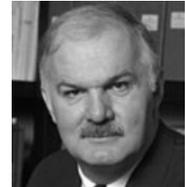
s'informer, tant par le biais d'ateliers, d'animations théâtrales que par les conférences offertes par l'abbé Raymond Gravel et Jean-Pierre Ménard, avocat spécialisé en responsabilité médicale et en défense des droits des usagers du système de santé et de leurs proches. C'est devant une salle comble que M^e Ménard a dénoncé le poids mis sur

les aidants naturels par le système de santé. Une séance d'information législative fort appréciée. Les témoignages de proches aidants ont quant à eux permis à l'assistance de briser l'aura d'isolement, et les pièces théâtrales se sont voulu des reflets de la réalité sur un ton doux-amer.

Karine Ratelle



M. Raymond Gravel, ptre



M^e Jean-Pierre Ménard



Quillorama

Le dimanche 18 novembre 2012 avait lieu le quillorama annuel du Réseau des aidants naturels d'Autray à la salle de quilles de St-Gabriel de Brandon. Dès neuf heures, treize membres et amis étaient attablés pour déguster un délicieux et copieux déjeuner à la salle à manger attenante à la salle de quilles. La bonne humeur et l'humour étaient au

rendez-vous, tellement qu'à onze heures nous avons dû arrêter les discussions pour passer à la salle de quilles. Deux équipes de six joueurs ont été formées d'une façon aléatoire. Très rapidement, lors de la première partie, nous avons vu se profiler les meilleurs, les compétitifs, les persévérants et tous les autres. Thérèse, avec sa marchette et toute la détermina-

tion qu'on lui connaît, a fracassé des marques que des joueurs avec toute leur bonne volonté n'ont pu que lui envier jusqu'à la fin.

Merci à tous les participants qui ont contribué à un tirage moitié-moitié ce qui a permis de remettre la somme de 40 \$ au Réseau des aidants naturels d'Autray.

Bertrand Fortier



Semaine nationale des aidants naturels

Le 6 novembre dernier, une vingtaine d'aidants naturels se sont réunis au pavillon Jean-Bourdon à Lanoraie pour faire l'exercice d'évaluer les dangers d'épuisement et partager un bon repas. Les participants n'ont pas été en reste avec une après-midi chargée en émotion au CHSLD Alphonse-Rondeau. La clientèle et les intervenants du Centre de jour en collaboration avec le RANDA ont présenté la pièce



Les comédiens du CHSLD Alphonse-Rondeau

de théâtre « Aider naturellement ». L'organisation a été

agréablement surprise du grand nombre de spectateurs et c'est dans une salle bien

remplie que les comédiens se sont exécutés. Par moment les filets de voix ne se rendaient pas tout au fond de la salle, mais c'était un pur bonheur de voir ces gens se dépasser sous nos yeux. Merci pour cette belle prestation ! Un merci tout particulier à Amélie Sergerie et Louise Lefebvre du CHSLD Alphonse-Rondeau pour leur dévouement.

Karine Ratelle



Sur la photo, France St-Georges en compagnie de Mme Gisèle Desroches, gagnante d'un forfait au SPA Natur'eau lors d'un tirage spécial pour souligner la Semaine des aidants naturels.

Le lien

Calendrier hivernal 2013—Horaire des activités

JOUR	DATE	LIEU	ACTIVITÉS	
Mardi	15 janv.	Hôtel de ville de Berthier 588 Montcalm, local 308, 3 ^e étage	Café-rencontre 9 h 30 à 11 h 30 Thème : Les problèmes relationnels avec la famille (enfant, frère, sœur, etc.)	
Lundi	21 janv.	CHSLD Alphonse-Rondeau 419, rue Faust, Lanoraie	Café-rencontre 9 h 30 à 11 h 30 Thème : Les problèmes relationnels avec la famille (enfant, frère, sœur, etc.)	
Mercredi	23 janv.	CLSC St-Gabriel 30, rue St-Gabriel, local 3.01, 3 ^e étage, St-Gabriel de Brandon	Café-rencontre 9 h 30 à 11 h 30 Thème : Les problèmes relationnels avec la famille (enfant, frère, sœur, etc.)	
Mercredi	30 janv.	Hôtel de ville de Berthier 588 Montcalm, local 308, 3 ^e étage	Activité ouverte à la population 9 h 30 à 11 h 30 Conférence : « Les services offerts en soutien à domicile par le C5SSNL » Conférencière : Hélène Boisvert, directrice administrative des programmes perte d'autonomie liée au vieillissement, déficience physique et soutien à domicile du C5SSNL	
Jeudi	31 janv.	Lieu à déterminer	Souper rencontre—18 h	
Mardi	12 fév.	Hôtel de ville de Berthier 588 Montcalm, local 308, 3 ^e étage	Café-rencontre 9 h 30 à 11 h 30 Thème : Les peurs et l'insécurité reliées à la maladie et acceptation de la maladie	
Mercredi	13 fév.	CLSC St-Gabriel 30, rue St-Gabriel, local 3.01, 3 ^e étage, St-Gabriel de Brandon	Café-rencontre 9 h 30 à 11 h 30 Thème : Les peurs et l'insécurité reliées à la maladie et acceptation de la maladie	
Lundi	18 fév.	CHSLD Alphonse-Rondeau 419, rue Faust, Lanoraie	Café-rencontre 9 h 30 à 11 h 30 Thème : Les peurs et l'insécurité reliées à la maladie et acceptation de la maladie	
Mardi AM & PM	19 fév.	Hôtel de ville de Berthier 588 Montcalm, local 308, 3 ^e étage	Formation : Les stratégies relationnelles gagnant-gagnant- 9 h à 12 h et 13 h à 16 h (apportez votre lunch) Coût: 10 \$ Animatrice : Lyne Turgeon, RSVP avant 14 février- 15 places disponibles	
Mardi	26 fév.	Hôtel de ville de Berthier 588 Montcalm, local 308, 3 ^e étage	Activité ouverte à la population 9 h 30 à 11 h 30 Conférence: « Services Canada (Séc. de la vieillesse, crédit d'impôts...) Animatrice: Annie Dumais, représentante de Services Canada	
Jeudi	28 fév.	Lieu à déterminer	Souper rencontre—18 h	
Dimanche	3 mars	Salon de quilles au Magnifique 51, ch. De Lavaltrie, Lavaltrie	Trois parties de quilles 10 \$, souliers 2 \$ Heure : 10h30-RSVP avant 28 février Déjeuner à 9 h au Restaurant L'étoile, 230 rue St-Antoine nord, Lavaltrie	
Mardi	12 mars	Hôtel de ville de Berthier 588 Montcalm, local 308, 3 ^e étage	Café-rencontre 9 h 30 à 11 h 30 Thème : Le choix d'être un aidant naturel	
Mercredi	13 mars	CLSC St-Gabriel 30, rue St-Gabriel, local 3.01, 3 ^e étage, St-Gabriel de Brandon	Café-rencontre 9 h 30 à 11 h 30 Thème : Le choix d'être un aidant naturel	
Lundi	18 mars	CHSLD Alphonse-Rondeau 419, rue Faust, Lanoraie	Café-rencontre 9 h 30 à 11 h 30 Thème : Le choix d'être un aidant naturel	
Jeudi	28 mars	Lieu à déterminer	Souper à la cabane à sucre 18 h	

Formations et conférences à venir cet hiver pour nos membres

Les services offerts en soutien à domicile par le Centre de santé et services sociaux du Nord de Lanaudière (CSSSNL)

Venez poser vos questions concernant vos préoccupations !

Conférencière : Hélène Boisvert, directrice administrative des programmes perte d'autonomie liée au vieillissement, déficience physique et soutien à domicile du CSSSNL.

Date : 30 janvier 2013

Lieu : Berthierville, 588 Montcalm, local 308

Heure : 9 h 30 à 11 h 30

Gratuit et ouvert à tous !



Négocier et discuter gagnant-gagnant—Gérer des situations conflictuelles

Formatrice : Lyne Turgeon

Date : 19 février 2013

Lieu : Berthierville, 588 Montcalm, local 308

Heure : 9 h à 12 h et 13 h à 16 h (apporte ton dîner)

Places disponibles : 15 personnes

Coût : 10 \$

Cette formation a pour but d'aider les participants à négocier sainement avec les personnes qui les entourent au quotidien. Elle vise essentiellement à les encourager à ne pas utiliser les « armes » habituelles que sont la victimisation, l'agression ou la manipulation pour arriver à leurs fins. Elle permettra de prendre conscience de ces « patterns » et de trouver concrètement des façons de faire affirmatives qui permettent aux deux parties de trouver leur compte dans une résolution de problème.



L'Acupuncture, une approche douce pour prendre soin de soi

Conférencière : Maryse-Véronique Lapierre, acupuncteure accréditée par l'Association des acupuncteurs du Québec

Date : 9 avril 2013

Lieu : Lanoraie, 12 Rue Louis Joseph Doucet, pavillon Jean-Bourdon

Heure : 9 h 30 à 11 h 30

Gratuit et ouvert à tous !



Suite de la page 8

Mardi	9 avril	Pavillon Jean-Bourdon 12, rue Louis-Joseph-Doucet, Lanoraie	Activité ouverte à la population 9 h 30 à 11 h 30 Conférence : « L'acupuncture, une approche douce pour prendre soin de soi » Animatrice : Maryse-Véronique Lapierre, ac. Accréditée par Ass. des acupuncteurs du Québec
Mardi	16 avril	Hôtel de ville de Berthier 588 Montcalm, local 308, 3 ^e étage	Café-rencontre 9 h 30 à 11 h 30 Thème: La reconnaissance (gratification)
Lundi	22 avril	CHSLD Alphonse-Rondeau 419, rue Faust, Lanoraie	Café-rencontre 9 h 30 à 11 h 30 Thème: La reconnaissance (gratification)
Mercredi	24 avril	CLSC St-Gabriel 30, rue St-Gabriel, local 3.01, 3 ^e étage, St-Gabriel de Brandon	Café-rencontre 9 h 30 à 11 h 30 Thème: La reconnaissance (gratification)

Reconnaître les Aidants...



« En sachant que 80 % des personnes malades à domicile sont soignées par les aidants naturels, aucune politique de soin à domicile ne pourrait fonctionner, si les aidants naturels n'étaient pas présents. »

Un jour je suis allé rencontrer un nouveau député récemment élu dans notre région. Nous avons discuté des multiples besoins des aidants naturels. Quelques mois plus tard, ce même député, dans une de ses allocutions, en citant cette rencontre disait... « qu'il avait appris que les aidants naturels étaient des personnes connus de toute la société, mais très peu reconnus par les services de l'État... »

Les aidants naturels sont présents partout et depuis toujours. Rappelons-nous qu'il n'y a pas si longtemps des personnes âgées, des adultes ou enfants avec une déficience intellectuelle, même des personnes en chaise roulante qui, à cause de leurs handicaps, étaient soignées avec amour et tendresse dans nos maisons, en ville comme à la campagne.

Aujourd'hui, les aidants naturels s'attardent à la même réalité. Or, comment se fait-il qu'ils ne soient pas reconnus à leur juste valeur dans notre société et par les services de l'État?

La société en général et l'État en particulier, croient que parce que nous sommes l'époux, la mère, le père, le frère ou la sœur d'une personne en perte d'autonomie, ou avec une maladie physique ou psychologique, ils peuvent se dégager de cette responsabilité sociale. En sachant que 80 % des personnes malades à domicile sont soignées par les aidants naturels, aucune politique de soin à domicile ne pourrait fonctionner, si les aidants naturels n'étaient pas présents. Dieu sait comment les politiques gouvernementales encouragent la société à maintenir les personnes malades et vulnérables à la maison. Une question d'économie de l'État ou de qualité de vie pour la personne malade? Je crois que les deux sont vrais.

C'est pourquoi nous demandons une reconnaissance des aidants naturels, comme personne qui joue un rôle important dans toutes ces politiques du maintien à domicile, ou

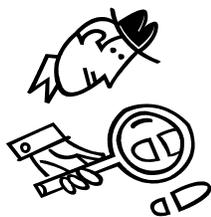
celle de vivre chez soi ou autres mises de l'avant par différents ministres du gouvernement. Nous demandons une reconnaissance sociale et un support à nos groupes pour que leur mission de prendre soin de l'autre, afin que cela se réalise correctement et non au dépens de la santé des aidants naturels.

Les derniers événements nous disent que nous sommes déjà sur la bonne voie. De plus en plus, les aidants naturels sont reconnus par certaines institutions et certains services.

Continuons ensemble à parler de notre situation et du rôle que nous jouons dans notre Société. Un jour, pas trop loin, l'État devra reconnaître les aidants naturels à leur juste valeur et supporter leur mission sociale...

Je vous souhaite un Joyeux Temps de Fêtes.

Carlos M. Hernández
Accompagnateur des groupes supports



Avis de recherche: DONATEURS

Saviez-vous que grâce à sa charte notre organisme est connu comme un organisme à but non lucratif pouvant remettre des reçus de charité lorsque vous faites un don de plus de 10 \$. Pour faire un don à l'organisme, vous pouvez utiliser le coupon retour en page 11 ou soit passer à notre bureau pour un don « In Memoriam ». Merci à l'avance à nos généreux donateurs!

Chronique de l'aidant:**LE RÉSEAU DES AIDANTS NATURELS DU QUÉBEC**

Le RANQ et ses membres lancent un cri du cœur et réclament des services de répit souples, accessibles et de qualité, et cela, dans toutes les régions du Québec, quel que soit l'âge de la personne aidée et la raison de son incapacité. Ils se mobilisent et interpellent le gouvernement Marois pour qu'il concrétise l'engagement pris en campagne électorale envers les proches aidants à cet effet.

« Actuellement, au Québec, on peut dire que une personne sur sept est un proche aidant. En 2030, ce sera 1 personne sur 4! L'épuisement, l'isolement et l'appauvrissement menacent ces femmes et ces hommes qui s'investissent au quotidien auprès d'un être cher fragilisé », déplore Car-

los Hernández, président du RANQ. « Le gouvernement doit agir et élaborer une politique gouvernementale de reconnaissance de la contribution des proches aidants qui prévoit des mesures de soutien, incluant des services de répit. » Ces derniers peuvent prendre la forme d'un accompagnement à domicile par un organisme spécialisé, de services de relève où une personne se rend au domicile et y reste quelques jours afin de permettre à l'aidant de s'absenter, d'un centre de jour ou d'un hébergement temporaire pour la personne aidée, pour ne citer que ces exemples. Le répit répond à des besoins fondamentaux : disposer d'un peu de temps libre ou encore se ressourcer.

Depuis une vingtaine d'années, des organismes communautaires se sont constitués, au Québec, et contribuent à ce que les proches aidants se reconnaissent comme tels, se donnent la permission de prendre soin aussi d'eux-mêmes et de remettre leur vie en mouvement. Les proches aidants forment la structure portante du réseau de la santé, car ils assument plus de 80 % du soutien à domicile. Il s'agit d'une contribution vitale pour les personnes malades ou en perte d'autonomie qui souhaitent vivre chez elles. Engagés et généreux, les proches aidants poursuivent leur accompagnement de la personne aidée au-delà de la transition du domicile à un centre d'hébergement.

Bertrand Fortier

« Actuellement, au Québec, on peut dire que une personne sur sept est un proche aidant. En 2030, ce sera une personne sur quatre! »

**ADHÉSION**

10 \$ PAR PERSONNE, VALIDE JUSQU'AU 31 MARS 2013

NOM, PRÉNOM _____

NOM DE L'ORGANISME (s'il y a lieu) _____

ADRESSE _____

VILLE, PROV. _____ CODE POSTAL _____

TÉLÉPHONE _____

COURRIEL _____ DATE DE NAISSANCE _____ jour _____ mois

Cotisation (s.v.p. cochez) : Membre actif Membre sympathisant

Je désire offrir un don (_____ \$) et recevoir un reçu pour fins d'impôts

Je désire m'impliquer au sein du Réseau des aidants naturels d'Autray

S.V.P. postez votre chèque, avec ce talon, au: Réseau des aidants naturels d'Autray
588, rue Montcalm, suite 220, Berthierville (QC) J0K 1A0

N.B. : Cartes de membres valides pour une période d'un an du 1^{er} avril au 31 mars.

Le lien

Journal du Réseau des aidants naturels d'Autray

Décembre 2012

Fréquence: 3 numéros/année

Tirage: 200 copies

Comité du journal:

Bertrand Fortier

Louis-Marie Kimpton

Karine Ratelle

Lisette Catelani

Mise-en-page:

Lisette Catelani

Collaborateurs pour ce numéro:

Micheline Brault

Lisette Catelani

Bertrand Fortier

Lise Hamelin

Carlos Hernández

Louis-Marie Kimpton

Karine Ratelle

Normand Sauvageau

*Le travail bénévole des concepteurs et des collaborateurs a rendu possible la publication du journal **Le lien**.*

*Adressez toute correspondance à:
Réseau des aidants naturels d'Autray
588, rue Montcalm, suite 220
Berthierville (QC) J0K 1A0
Courriel : aidantsautray@bellnet.ca
Téléphone : 450-836-0711
Télécopie : 450-836-0711*

N.B.: Le genre masculin utilisé dans ce journal a pour seul but d'alléger le texte.

Le Réseau des aidants naturels d'Autray

Le RANDA est un organisme à but non lucratif dont la mission est d'offrir un lieu d'échanges, d'entraide et de discussions entre proches aidants afin de briser leur isolement. Le territoire couvert s'étend de Lavaltrie à St-Damien en passant par St-Gabriel et Mandeville, dans la MRC d'Autray.

Pour plus d'informations,
rejoindre notre coordonnatrice, Karine Ratelle,
du lundi au jeudi inclusivement
entre 8 h 30 et 16 h 00, au 450-836-0711

Date de tombée du prochain numéro:

18 mars 2013

Prochaine date de parution: 25 mars 2013

Votre comité du journal

De g. à d., rangée du haut:
Louis-Marie Kimpton, Karine Ratelle.

Rangée du bas:
Lisette Catelani et Bertrand Fortier.



Réseau des aidants naturels d'Autray
588, rue Montcalm, suite 220
Berthierville (QC) J0K 1A0