



Le lien

Journal du Réseau des aidants naturels d'Autray (RANDA)

Volume 8, no 1
Septembre 2018

Sommaire :

- Stratégie nationale aux proches aidants
- Du répit toujours du répit
- Vignette d'accompagnement
- Demande d'action collective contre les CHSLD
- Un invité de marque



Dans ce numéro :

Mot de la présidente et de la coordonnatrice	2
Mot de l'intervenante et Les petits trucs d'une aidante	3
Portrait d'un aidant	4
Mot de Louis-Marie Kimpton	5
Le Babillard	6 et 7
Calendrier et prochaines activités	8 et 9
Anniversaires, etc.	10
Coin détente	11
Le RANDA	12

25^e anniversaire du RANDA

Depuis 1993, le RANDA offre du soutien et du support aux aidants naturels de la MRC de d'Autray. 25 années de partage, de rencontres où des amitiés se sont créées, mais surtout, où une famille est née! Des joies, des peines, mais plein d'amour.



Un proverbe africain dit : « Seul on va plus vite, mais ensemble on va plus loin ». Il y a de cela 25 ans, une intervenante du CLSC de D'Autray, madame Suzanne St-Laurent, ainsi qu'une aidante de Mandeville, madame Anita S.-Charpentier ont mis leurs efforts en commun, pour offrir aux proches aidants un lieu de rencontre et d'entraide.

C'est ainsi que le Réseau des aidants naturels d'Autray (RANDA) est né! D'une dizaine d'aidants dans un petit local du CLSC au début des années 90 à plus 129 membres en 2018, il y en a eu du chemin!

N'oublions pas de mentionner notre journal « Le lien » comme outil de promotion fort appréciable dont 4 numéros couleur ont paru en 2007/2008 avec reprise des éditions en noir et blanc début 2012 jusqu'à aujourd'hui.



Ce succès, nous le devons à tous les acteurs qui gravitent autour de l'organisme. Que l'on parle des partenaires, des employés, des

membres, des bénévoles, autant de personnes pour accroître la réussite du RANDA.

L'essence du milieu communautaire est : « pour et par les membres » et voilà une devise qui colle au RANDA. Des bénévoles impliqués, il y en a plus d'un et le conseil d'administration ainsi que l'équipe de travail souhaitent les célébrer, enfin... vous célébrer! Le mardi 6 novembre prochain, nous aurons la chance de souligner nos « noces d'argent » avec nul autre que monsieur Pierre Bruneau, chef d'antenne et proche aidant. Les célébrations débuteront à 10 h au 49, chemin Lavaltrie avec une conférence de monsieur Bruneau et s'en suivra d'un délicieux repas en famille. Plusieurs surprises vous y attendent!

Marilee Descôteaux

AVIS IMPORTANT

Afin d'assurer la sécurité des membres et de l'équipe du RANDA, nous tenons à vous informer que lorsque la Commission scolaire des Samares sera fermée pour cause de tempête, l'organisme le sera également. Les activités prévues seront donc annulées. Nous vous en aviserons sur notre **répondeur** ainsi que sur notre **page Facebook** le matin même.

Le lien



Liliane Blais

Mot de la présidente

Bonjour chers membres,
Comme tout passe si vite!
Nous voilà déjà de retour
en automne. Le printemps a
légèrement tardé à se
pointer le bout du nez,
mais on a eu un mois de
juillet exceptionnellement
chaud et magnifique.



Il n'y a pas à dire, le soleil
et la chaleur étaient au
rendez-vous pour cette
belle journée à la plage de
Saint-Gabriel le 3 juillet
dernier. La canicule n'a pas
fait rebrousser nos

membres, car c'est plus
d'une vingtaine de
participants qui se sont
jointes à nous pour une
petite baignade au lac
Maskinongé.

À nouveau cet automne,
notre coordonnatrice
ainsi que notre interve-
nante, nous ont préparé
une programmation des
plus surprenantes. Des
activités pour tous les
goûts!

Il est évident que je ne
peux omettre de parler

de notre 25^e anniversaire
qui sera souligné en grand
avec la visite d'un excellent
conférencier, monsieur
Pierre Bruneau. Quelle joie
de partager cet événement
avec lui!

Encore une fois, je tiens à
remercier chacun d'entre
vous pour votre appui et
votre dévouement.

Heureuse de vous retrouver.

Liliane Blais



Karine Ratelle

Mot de la coordonnatrice

En mars dernier j'ai pu
assister à Montréal au
lancement de la stratégie
nationale aux proches
aidants portée par le
Regroupement des aidants
naturels du Québec
(RANQ). Nous étions une
belle délégation lanadoise
puisque mes deux con-
sœurs du Sud étaient
également présentes,
Christine Lacroix du Re-
groupement des proches
aidants les Moulins et
Caroline Vadeboncoeur du
Regroupement des aidants
naturels du comté de
l'Assomption.

J'étais très fière de voir
une salle bondée de per-
sonnes qui croient aux
aidants naturels, mais sur-
tout qui supportent des
principes qui tendent à
améliorer la qualité de vie
de ces personnes.

Ce sont plus de 34 orga-
nismes, associations et

syndicats solidaires à la
démarche du RANQ qui
étaient présents à la con-
férence de presse. C'est
donc devant une salle
pleine que le RANQ a
réitéré l'urgence d'agir
pour éviter l'épuisement
des proches aidants, peu
importe leur âge, ou la
situation, la condition de
santé et l'âge de la per-
sonne qu'ils aident. L'appel
du RANQ vise la création
d'un comité interministé-
riel de travail pour soute-
nir les conditions de ceux
qui représentent plus du
quart de la population
québécoise.

Voici les cinq axes ma-
jeurs et reconnus comme
des préalables pour une
politique de soutien glo-
bale et inclusive :

1. Le choix libre et éclairé et révoqué du rôle de proche aidant;
2. La reconnaissance de

l'expertise des proches
aidants;

3. L'évaluation complète, systématique, continue et distincte des besoins des proches aidants en vue d'offrir des services adaptés et continus;
4. La lutte contre l'appauvrissement des proches aidants;
5. Le développement des connaissances et le soutien de l'expertise et du leadership des organismes pour les proches aidants.

Le RANQ et tous ses
membres sont fiers de por-
ter ces revendications afin
de réduire les défis des
proches aidants, de leur
apporter une meilleure
reconnaissance et du
soutien psychosocial et fi-
nancier tout au long de ce
rôle additionnel. Ensemble,
soutenons les aidants!

Karine Ratelle

Mot de l'intervenante

Vous nous entendez souvent Karine et moi vous répéter de prendre du temps pour vous. Cependant, lorsque l'on prend soin d'une personne malade ou en perte d'autonomie, il est parfois difficile de la laisser seule pendant un certain temps. Une solution intéressante peut être le répit, par contre, quel type de service correspond le mieux à vos besoins? Saviez-vous qu'il en existe plusieurs dans la MRC de d'Autray? Voici un aperçu des types de répits offerts.

Répit à domicile: Une préposée vient à domicile s'occuper de votre aidé pendant que vous êtes à l'extérieur de la maison. La COOP d'Autray offre 60 heures/par année gratuite-

ment aux aidants d'ânés (65 ans et plus ou avec troubles cognitifs). Le CLSC peut vous offrir du répit gratuitement, il faut en faire la demande à votre intervenante pivot. Le Baluchon Alzheimer offre de 4 à 14 jours de répit (24 h/24) à domicile moyennant certains coûts (15 \$ et kilométrage de la baluchonneuse), ce service est offert exclusivement pour les personnes souffrant de la maladie d'Alzheimer et autres démences et vous devez commencer les démarches 5 mois avant la date prévue du répit.

Répit à l'extérieur du domicile pour une journée par semaine: Votre aidé peut passer la journée dans l'un des Centres de

jour de la MRC de d'Autray (15 \$/jour). Le transport pour l'aller et le retour est inclus. Vous devez en discuter avec votre intervenante pivot du CLSC.

Répit à l'extérieur du domicile pour un long séjour: Plusieurs CHSLD offrent du répit de plusieurs jours (15 \$/jour). Vous devez aussi en discuter avec votre intervenante. De plus, certaines résidences privées offrent ce type de service, le coût est plus élevé.

Pour de plus amples informations, nous vous invitons à communiquer avec nous, il nous fera plaisir de vous aider dans votre démarche de prendre du temps pour soi!

Marilee Descôteaux



Marilee Descôteaux



Les petits trucs d'une aidante: Vignette d'accompagnement Touristique et Loisir

Si la personne dont vous occupez ne peut se déplacer seule, a des problèmes cognitifs, ou souffre de tout autre problème de santé qui nécessite un accompagnateur, cette information vous concerne.

La vignette accorde la gratuité d'entrée, dans les endroits participants, à l'accompagnateur d'une personne âgée d'au moins 12 ans, ayant une déficience ou un problème de santé et nécessitant l'aide d'un accompagnateur, dans des sorties touristiques ou de loisir.

Pour présenter une demande de vignette (VATL), il suffit de remplir le formulaire de reconnaissance au nom de la personne qui vit avec la déficience ou le problème de santé.

Pour ce faire, vous n'avez qu'à fournir les informations demandées en ligne et soumettre votre formulaire.¹

L'analyse de la demande et l'envoi de la vignette seront faits par un organisme accrédité de votre région. Il faut compter un délai approximatif

d'environ 3 semaines pour recevoir votre vignette.

Vous pouvez aussi consulter Kéroul Tourisme et culture pour personnes à capacité physique restreinte. On vous indiquera l'accessibilité dans différents endroits publics et de l'information sur l'acceptation de la vignette lors d'un voyage en train, en avion et au niveau des commodités dans les hôtels, les restaurants, les cinémas, etc.

Heureuse de vous partager cette information.

Françoise Lachapelle



Françoise Lachapelle

¹ <https://www.valt.org/formulaire>
<https://www.valt.org/endroits>

Le lien

Portrait d'un aidant : CHARLES GRÉGOIRE



Lisette Catelani

Monsieur Grégoire est arrivé au RANDA il y a quatre ans par l'entremise de deux de ses sœurs, Huguette et Armance qui étaient déjà membres de notre organisme. Un diagnostic de la maladie d'Alzheimer pour sa conjointe était venu perturber la vie de ce couple qui a fêté 50 ans de mariage tout récemment. Ils sont parents de jumeaux. *Quand on reçoit un tel diagnostic, c'est pour le moins déstabilisant, dit-il, et on ne sait pas ce qui nous attend!*

Mais, dès le début de la maladie, le médecin de famille de sa conjointe a référé cette dernière en gériatrie et on lui a offert de participer à une étude sur la maladie d'Alzheimer ce qu'elle a accepté sans hésiter.

En novembre 2016, après avoir passé de nombreux tests tant physiques que psychologiques, elle est acceptée au programme de recherche clinique sur la maladie d'Alzheimer de la Fédération Québécoise des Sociétés Alzheimer, le tout chapeauté par l'hôpital Maisonneuve-Rosemont¹. Deux mille deux cents personnes ont fait partie à l'échelle mondiale de cette étude qui

s'est terminée le 12 juillet 2018. En sa qualité d'aidant, M. Grégoire doit s'assurer qu'elle prend son médicament expérimental de façon régulière et doit répondre aux questions des chercheurs lors de visites durant l'étude.



Il a été aidant naturel auprès de ses parents en les visitant régulièrement au CHSLD. Il a aussi accompagné l'oncle de sa conjointe dans les derniers moments de sa vie. Cette dernière tient à souligner qu'il est un aidant exceptionnel!

Dessinateur industriel et concepteur de son métier, M. Grégoire a travaillé durant plusieurs années pour la compagnie Ciment Saint-Laurent à Joliette. Plusieurs cours de perfectionnement en informatique, en topométrie ou autres lui ont permis d'améliorer ses compétences au travail. Il a aussi donné des cours dans

des usines pour la Commission scolaire dans son domaine d'expertise. Natif de Berthierville, M. Grégoire est le huitième d'une belle famille de douze enfants dont huit filles et quatre garçons. Sa conjointe, Murielle, est issue d'une fratrie de quatre filles et deux garçons. Il peut donc compter sur l'appui des deux familles lorsqu'il a besoin de moments de répit bien mérités.

Son intérêt pour la musique et une bonne oreille pour la chanson l'amène à faire de l'animation bénévole auprès de différents organismes de la région. Il aime bien jouer de l'accordéon sur des airs de chansons d'Elvis Presley! Son épouse l'accompagne toujours dans ses sorties et il avoue que ça leur fait le plus grand bien à tous les deux.

Tous les jours je lui dis que je l'aime, quel beau témoignage pour celui dont le quotidien est parsemé de nombreux petits défis à surmonter mais aussi et surtout alimenté par l'espoir que la recherche viendra à bout de cette terrible maladie.

Lisette Catelani

¹ Voir sur Youtube une vidéo à laquelle elle participe intitulée *Participer à la recherche clinique de la Fédération Québécoise des sociétés Alzheimer.*



À qui faire confiance?

Vous êtes un aidant naturel ou une aidante naturelle. Vous vous épuisez à la tâche, car la personne que vous aidez (votre mari, votre femme, votre mère ou votre père) vous réclame beaucoup de temps et d'énergie. Vous vous sentez épuisé. Alors, l'idée vous vient de faire héberger votre personne aidée dans un CHSLD (Centre d'hébergement de soins de longue durée) avec la conviction que cette personne va recevoir à cet endroit des soins que vous ne pouvez pas lui prodiguer. Or, « Le Conseil pour la protection des malades dépose une demande d'action collective contre les Centres d'hébergement de soins de longue durée (CHSLD) de la province pour maltraitance. » (Le Soleil, juillet 2018) Que reproche-t-on au CHSLD ? Tout d'abord, l'action collective vise deux douzaines de CHSLD.¹

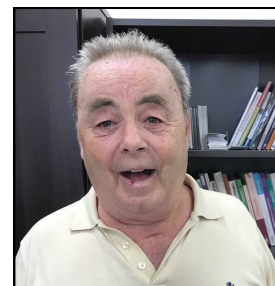
Les faits que l'on reproche à ces instituts sont, entre autres, les suivants :

- N'offrir qu'un bain par semaine;
- Refuser d'aider des résidents non incontinents à aller aux toilettes et les forcer à évacuer dans leur couche;

- Laisser des résidents trop longtemps dans leur couche souillée;
- Refuser de traiter les caries dentaires;
- Ne pas prodiguer les "soins de chevet ou d'hygiène « avec compétence et savoir-faire »;
- Ne pas offrir la coupe d'ongles aux mains et aux pieds;
- Refuser d'offrir sans frais supplémentaires les produits d'hygiène de base (shampooing, savon, dentifrice);
- Ne pas offrir de suivi médical adéquat;
- Ne pas assurer la prise des médicaments en suivant les ordonnances;
- Recourir abusivement aux antipsychotiques pour « plonger certains membres du groupe dans un état d'apathie, de sommeil ou de somnolence tôt dans la journée »;
- Utiliser les contentions physiques de façon abusive;
- Refuser de fournir sans frais additionnels les médicaments et articles prescrits, comme les bas compressifs;
- Ne pas offrir de soins de physiothérapie aux résidents qui en ont besoin;
- Offrir des repas peu nutritifs et peu goûteux ne correspondant pas aux souhaits des résidents;

- Ne pas laisser le temps aux résidents de profiter des repas offerts;
 - Refuser d'offrir un service de buanderie gratuit;
 - Forcer des résidents ou leur famille à payer du personnel au noir pour obtenir des services;
 - Imposer un horaire du lever matinal rigide qui ne respecte pas les habitudes de vie du résident;
 - Laisser des résidents déments ou souffrants d'alzheimer isolés dans des locaux où règne un haut niveau de violence;
 - Ne pas respecter le droit au sommeil des résidents en procédant à des activités en pleine nuit, par exemple, le changement de couche;
 - Ne pas tenir compte de la situation des couples dont l'un des membres doit être admis en CHSLD, « laissant ainsi l'autre acculé à la faillite ou au divorce »;
 - Le fait de ne pas avoir mis à jour depuis 1983 les plafonds au-delà desquels une personne admise en CHSLD doit commencer à payer une contribution pour son hébergement. (La Presse, 9 juillet 2018.)
- Il faut que les CHSLD soient des endroits sécuritaires et humains où vous pourrez continuer à visiter votre personne aidée. À suivre.

Louis-Marie Kimpton



Louis-Marie Kimpton



Attention : Notez que la plupart des installations sont sécuritaires et offrent un environnement agréable, ce texte est à titre informatif uniquement et en date du 13 juillet 2018, l'action collective n'a toujours pas été accordée par un tribunal québécois.

¹ Sur le site Internet du CISSSL, voir les résultats d'évaluation des CHSLD de Lanaudière: <http://www.msss.gouv.qc.ca/réseau/visites-evaluation/rapports-par-région/?region=14>



Le babillard

Assemblée générale annuelle du RANDA—5 juin 2018



Merci à Charles Grégoire pour la musique, que de talent!



Renée Lemieux et Murielle Grégoire



Membres de mère en fille! Danielle Giroux et France Sylvestre



Chantal Comtois et Julie Dubé



Nos gagnantes du prix: « Celles qui aiment vraiment beaucoup le RANDA! »

Pique-Nique à la plage de St-Gabriel—3 juillet 2018



Un peu d'ombre en cette journée chaude!



Jacinthe Ouellet et Murielle Moreau



Une belle journée ensoleillée, en très bonne compagnie!

Remise de la médaille du Lieutenant-gouverneur du Québec 2018



Normand Sauvageau joue bien son rôle d'aidant auprès de Lisette Catelani!



Félicitations à Lisette Catelani!

Le lien

Calendrier des activités — automne 2018

Jour	Date	Heure	Lieu	Activités
Jeudi	6 sept.	9 h 30 à 11 h 30	L'Ancien presbytère 25, boul. Houle, St-Gabriel	Présence au local de St-Gabriel Venez rencontrer l'intervenante du RANDA avec ou sans rendez-vous!
Jeudi	6 sept.	Dès 18 h	Pizzeria Le Christian 740, rue Notre-Dame, Berthierville	Souper rencontre Thème : Affronter ses défis Coût : Le prix de votre repas Confirmez votre présence avant le 5 septembre
Mardi	11 sept.	9 h 30 à 11 h 30	Hôtel de ville de Berthier 588, rue Montcalm, #308	Café-rencontre Thème : Affronter ses défis
Jeudi	13 sept.	13 h 30 à 15 h 30	CLSC de Lavaltrie 1400, rue Notre-Dame, salle Notre-Dame (au sous-sol)	Café-rencontre Thème : Affronter ses défis
Mardi	18 sept.	9 h 30 à 12 h	Salle de la bibliothèque de Ste-Geneviève-de-Berthier 391, rue de la Bayonne sud	Conférence gratuite « L'usure de compassion: jusqu'où aller sans se brûler? » par Madeleine Fortier Confirmez votre présence avant le 14 septembre
Jeudi	20 sept.	Dès 13 h	L'Ancien presbytère 25, boul. Houle, St-Gabriel	Projection du film « Merveilleux » Coût : Gratuit Confirmez votre présence avant le 18 septembre
Mardi	25 sept.	Dès 10 h30 *Départ du RANDA à 9 h	Sanctuaire Notre-Dame-du-Cap 626, rue Notre-Dame est, Trois-Rivières ***covoiturage disponible	Sortie au Sanctuaire Notre-Dame-du-Cap Belle sortie incluant messe et visite guidée. Vous pouvez apporter votre lunch ou manger sur place, <i>casse-croute disponible.</i> Coût : 3 \$, Confirmez votre présence avant le 18 septembre
Mardi	2 oct.	9 h 30 à 11 h 30	Hôtel de ville de Berthier 588, rue Montcalm, #308	Café-rencontre Thème : Avant d'abandonner
Jeudi	4 oct.	9 h 30 à 11 h 30	L'Ancien presbytère 25, boul. Houle, St-Gabriel	Présence au local de St-Gabriel Venez rencontrer l'intervenante du RANDA avec ou sans rendez-vous!
Jeudi	4 oct.	Dès 18 h	Pizzeria Le Christian 740, rue Notre-Dame, Berthierville	Souper rencontre Thème : Avant d'abandonner Coût : Le prix de votre repas Confirmez votre présence avant le 3 octobre
Jeudi	11 oct.	13 h 30 à 15 h 30	CLSC de Lavaltrie 1400, rue Notre-Dame, salle Notre-Dame (au sous-sol)	Café-rencontre Thème : Avant d'abandonner
Jeudi	18 oct.	Dès 10h	La Courgerie 2321, Grand rang St-Pierre, Ste-Élisabeth	Sortie à La courgerie Visite guidée des lieux, dégustation et cueillette de courges ! Apportez votre lunch. Coût : 10 \$ (courge incluse) Confirmez votre présence avant le 9 octobre
Mardi	23 oct.	Dès 13 h 30	CABA 180, rue Champlain, Berthierville	Projection du film « Sans égal » Coût : 3 \$ collation et breuvage inclus Confirmez votre présence avant le 19 octobre
Mardi	6 nov.	Dès 10 h	Salle communautaire de Lavaltrie 49 chemin de Lavaltrie	Conférence gratuite de monsieur Pierre Bruneau et 25^e anniversaire du RANDA Coût : Dîner, gratuit pour les membres, 20 \$ non-membres Inscription obligatoire avant le 29 octobre



Calendrier (suite)

Mardi	13 nov.	9 h 30 à 11 h 30	Hôtel de ville de Berthier 588, rue Montcalm, #308	Café-rencontre Thème : S'accorder du temps pour s'amuser
Jeudi	15 nov.	9 h 30 à 11 h 30	L'Ancien presbytère 25, boul. Houle, St-Gabriel	Présence au local de St-Gabriel Venez rencontrer l'intervenante du RANDA avec ou sans rendez-vous!
Jeudi	15 nov.	Dès 18 h	Pizzeria Le Christian 740, rue Notre-Dame, Berthierville	Souper rencontre Thème : S'accorder du temps pour s'amuser Coût : Le prix de votre repas Confirmez votre présence avant le 14 novembre
Jeudi	22 nov.	13 h 30 à 15 h 30	CLSC de Lavaltrie 1400, rue Notre-Dame, salle Notre-Dame (au sous-sol)	Café-rencontre Thème : S'accorder du temps pour s'amuser
Mardi	27 nov.	9 h 30 à 11 h 30	Hôtel de ville de Berthier 588, rue Montcalm, #308	Conférence gratuite « Ce n'est pas correct » , comment prévenir la maltraitance chez les personnes vulnérables. Offerte par Jacqueline Croisetière Confirmez votre présence avant le 23 novembre
Mardi	4 déc.	9 h 30 à 11 h 30	Hôtel de ville de Berthier 588, rue Montcalm, salle 308	Café-rencontre Thème : L'origine de nos racines
Jeudi	6 déc.	9 h 30 à 11 h 30	L'Ancien presbytère 25, boul. Houle, St-Gabriel	Présence au local de St-Gabriel Venez rencontrer l'intervenante du RANDA avec ou sans rendez-vous!
Jeudi	6 déc.	Dès 18 h	Pizzeria Le Christian 740, rue Notre-Dame, Berthierville	Souper rencontre Thème : L'origine de nos racines Coût : Le prix de votre repas Confirmez votre présence avant le 5 décembre.
Mardi	11 déc.	Dès 11 h	Salle Jean-Bourdon 12, rue Louis-Joseph-Doucet, Lanoraie	Dîner de Noël et danse en ligne! Venez danser et partager un bon repas festif en bonne compagnie. Coût : 12 \$ Inscription obligatoire avant le 3 décembre
Jeudi	13 déc.	13 h 30 à 15 h 30	CLSC de Lavaltrie 1400, rue Notre-Dame, salle Notre-Dame (au sous-sol)	Café-rencontre Thème : L'origine de nos racines



Pierre Bruneau pour le 25^e anniversaire du RANDA!

Monsieur Pierre Bruneau, lecteur de nouvelles, viendra partager avec nous son expérience comme proche aidant de ses fils dans le cadre du 25^e anniversaire du RANDA. De plus, un repas sera offert à tous nos membres présents! Un événement à ne pas manquer!

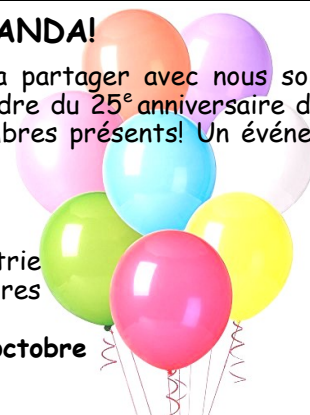
Date: Mardi 6 novembre 2018

Heure: 10 h

Lieu: Salle communautaire de Lavaltrie, 49, chemin Lavaltrie

Coût: Gratuit pour les membres, 20 \$ pour les non-membres

Inscription obligatoire avant le 29 octobre



Pour plus d'information ou pour vous inscrire, veuillez communiquer avec nous au
450 836-0711 ou 450 404-2211 (sans frais pour Lavaltrie)

Le lien

ANNIVERSAIRES DE NAISSANCE



Joyeux anniversaires!

À tous nos membres

Si vous ne souhaitez pas que l'on affiche votre date de naissance ou une photo de vous dans notre journal, veuillez nous en aviser et nous rectifierons le tout lors de nos prochaines publications.

Septembre

2	Josseline Salvas
6	Louise Demers
6	Gilles Gagnon
8	Jean-Claude Charpentier
16	Odette Blais
24	Richard Provost

Octobre

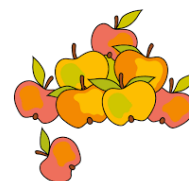
2	Édith Guertin
8	Johanne Audette
12	Paul Cusson
21	Huguette Mathews
31	Chantal Comtois
31	Célyne Bédard
31	Yvette Malouin

Novembre

2	Normand Sauvageau
7	Lucille Coulombe
7	Louis-Marie Kimpton
11	Armance Grégoire
16	Jacques Forget
18	Jocelyne Martineau
18	Thérèse Beaucage
19	Nicole Thibeault-Latour
21	Louise Castonguay
21	Louise Beaudry
22	Esther Mamano
23	Solange Lauzier
27	Rolland Dugré
28	Marc Thibeault

Décembre

1	Alice Beaudoin
4	Danielle Lefrançois
4	Huguette Desroches
9	Monique Boisclair
15	Françoise Vaillancourt
23	Andrée Chevalier



PROMPT RÉTABLISSEMENT

Certains membres du RANDA ont eu quelques problèmes de santé dernièrement. Nous souhaitons donc un prompt rétablissement à Madame Jeanne Gadoury, à Monsieur Rolland St-Jean ainsi qu'au fils de Madame Gilberte Thériault.

Bon courage!



NÉCROLOGIE

À Mesdames Des Neiges Lamontagne, Diane Goeffroy, Francine Beaudin et Germaine Bernier, qui ont perdu leur conjoint et proche, à Madame Lise Drainville-Allard qui a perdu son ami et son cousin, ainsi qu'à Monsieur Paul Cusson pour le décès de son neveu, nous leur offrons notre soutien, notre amitié et nos plus sincères condoléances.

Avec amour, la famille du RANDA.

Coin détente

L'ESPRIT D'UN AMI POUR TOI

Poème de Julie Dubé

L'esprit souffle où il veut
Quand il veut
Sur qui il veut
Il est espiègle
Son parcours est celui du papillon
Qui monte, descend,
virevolte
S'arrête sur une fleur
La quitte pour s'abreuver
D'une minuscule goutte de rosée
Affalée sur un brin
d'herbe
La vie du papillon est
courte
Celle de l'esprit dure à
l'infini
Faites-en votre ami

DÉCLARATIONS DE CHARLIE CHAPLIN

Texte soumis par Luce Doucet

- Rien n'est éternel dans ce monde, pas même les problèmes
- J'aime marcher sous la pluie, parce que personne ne peut voir mes larmes
- Le jour le plus gaspillé dans la vie est le jour où nous ne rions pas
- Les six meilleurs médecins du monde :

Le soleil
Le repos
L'exercice
Le régime alimentaire
L'estime de soi
Les amis

Gardes-les à toutes les étapes de ta vie et tu jouiras d'une vie saine...

Si vous voyez la lune vous verrez la beauté de Dieu...

Si vous voyez le soleil vous verrez la puissance de Dieu...

Si vous voyez le miroir vous verrez la meilleure création de Dieu.

Nous sommes tous des touristes, Dieu est notre agent de voyage qui a déjà fixé nos itinéraires, réservations et destinations... Faites-lui confiance et profitez de la VIE...

La vie est juste un voyage!

Vivez aujourd'hui!!!!



ADHÉSION

10 \$ PAR PERSONNE, VALIDE JUSQU'AU 31 MARS 2019

NOM, PRÉNOM _____

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

ADRESSE _____

VILLE, PROV. _____ CODE POSTAL _____

TÉLÉPHONE _____

COURRIEL _____ DATE DE NAISSANCE _____

jour mois année

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

Statut (s.v.p. cochez) : Renouvellement d'adhésion Nouveau membre

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 (RANDA)
Septembre 2018
Fréquence: 3 numéros/année
Tirage: 175 copies

Comité du journal:

Liliane Blais
Lisette Catelani
Marilee Descôteaux
Louis-Marie Kimpton
Françoise Lachapelle

Mise-en-page:

Lisette Catelani
Marilee Descôteaux

Collaborateurs pour ce numéro:

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 : info@aidantsautray.org
Téléphone : 450 836-0711 ou
450 404-2211 (sans frais pour Lavaltrie)

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 Mandeville en passant par St-Gabriel et St-Barthélemy, dans la MRC de d'Autray.

Pour plus d'informations, rejoindre notre intervenante, Marilee Descôteaux au 450-836-0711, ou au 450-404-2211 (sans frais pour Lavaltrie) du lundi au jeudi inclusivement entre 8 h 30 et 16 h 00, jusqu'à 20 h le mercredi soir, (sur **rendez-vous seulement**) et les vendredis de 8 h 30 à 12 h 30

Date de parution du prochain numéro:
11 décembre 2018

Comité du journal

De g. à d., en arrière:
Louis-Marie Kimpton, Marilee Descôteaux
et Françoise Lachapelle
Devant: Liliane Blais et Lisette Catelani



588, rue Montcalm, local 220
Berthierville (QC) J0K 1A0

