

L'arbre et ses racines



Infolettre des membres - AQDR Montmagny-L'Islet

Décembre 2022



Chers membres,

En cette période de réjouissances et de partage, nous tenions à vous remercier chaleureusement de votre soutien continu à nos programmes d'activités annuelles.

Que vos fêtes de fin d'année soient riches en joies et que 2023 vous apporte Bonheur, Paix et Santé.

L'équipe de l'AQDR Montmagny-L'Islet



AQDR

Montmagny-L'Islet

160, Boulevard Taché Est
Montmagny, G5V 4E8

Téléphone : 418 247-0033
Sans frais : 1 877 948-2333
Courriel : aqdrislet@globetrotter.net

Retour sur le dîner de Noël

C'est au restaurant *Jasmin* à Tourville que le mardi 1^{er} décembre, plus de 80 personnes se sont rassemblées à l'occasion du dîner de Noël. Toute l'équipe de l'AQDR a été touchée par votre participation en si grand nombre à ce rendez-vous célébrant la période des fêtes. C'était la possibilité à nouveau de se retrouver en grand nombre autour d'un repas pour faire de nouvelles connaissances et ainsi partager souvenirs et anecdotes en bonne compagnie.

Nous avons eu droit à l'intervention des accordéonistes Michel et Laurent Robichaud. Des choix musicaux qui ont ravivé notre cœur d'enfant jusqu'à nous faire taper du pied et convaincre même quelques convives à rejoindre les musiciens pour jouer de la cuillère.

Le dîner s'est conclu par un tirage des prix de présence. Des prix rendus possibles grâce à la générosité des donateurs suivants : le restaurant *Jasmin*, le restaurant *Chez Réjean* à St-Pamphile et l'organisme *Hop! La vie*, sans oublier un dernier prix bien convoité, celui d'une tablette iPad gracieuseté de l'AQDR Montmagny-L'Islet.

C'est en milieu d'après-midi que tous les participants se sont souhaités un bon temps de fêtes avant de prendre le chemin du retour. Finalement nous tenons à remercier particulièrement l'*Autobus du Bonheur* pour l'offre d'aide au transport ainsi qu'à toute l'équipe du *Jasmin* pour leur accueil et leur service.



Photo : AQDR Montmagny-L'Islet

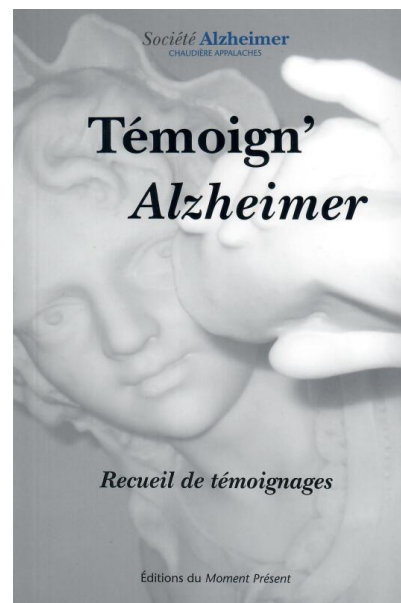
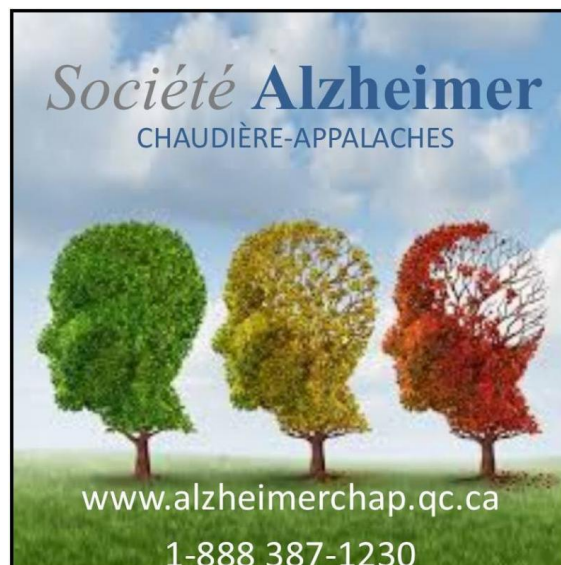
Déjeuner-conférence de la Société Alzheimer.



L'AQDR a l'habitude d'offrir à ses membres l'occasion de se retrouver autour de déjeuners-conférences. C'était le cas le jeudi 8 décembre à Montmagny au restaurant Lafontaine où nous avons le plaisir d'accueillir le conférencier Yvan St-Hilaire de la Société Alzheimer de Chaudière-Appalaches. Une causerie passionnante, un discours très accessible présentant les informations sur la maladie, les symptômes, l'évolution, l'attitude des proches aidants, le vécu des familles.

Pendant plus d'une heure, l'assistance très attentive a pu mesurer toute la sensibilité et la générosité d'un orateur qui, par son approche axée sur le ici et maintenant, a su pleinement séduire et toucher son audience. Tout au long de cette intervention, chacun d'entre-nous a pu comprendre à quel point les valeurs centrées sur la personne étaient importantes pour un accompagnant; dédramatiser avec l'humour, s'adapter à l'humeur de la personne, privilégier la mémoire affective. Et comme l'a mentionné si judicieusement Yvan St-Hilaire : « le cœur retient ce que la mémoire oublie ».

À cet effet, un des moments fort concluant cette conférence fut la lecture d'un texte qui a bouleversé le public. En voici l'extrait ci-dessous.



« On retient par cœur malgré soi et voilà pourquoi nous disons retenir par cœur, car ce qui touche le cœur se grave dans la mémoire ».

Voltaire

*Dictionnaire philosophique portatif,
Art dramatique (1764)*



Au-delà de l'oubli



J'ai peur. Je suis effrayé. Comme si je cherchais à sortir d'un labyrinthe, sachant trop bien que c'est sans espoir. Seul dans ce piège, sans issue, j'angoisse à force d'oublier. Je cherche, je cherche encore, sans rien trouvé, sauf un silence, vide pénible dans ma tête. Je perds le contrôle un peu plus chaque jour sur mes idées, sur mes projets, sur mon passé car ma mémoire est en vacances. Pour cette raison, mon cœur a besoin plus que jamais de paroles rassurantes, dans le toucher réconfortant, de **DOUCEUR** pour apaiser les pertes de mon esprit... J'ai besoin de toi... Seul, je suis perdu.

Comme la neige au printemps, je fonds. La confusion de mes pensées coule dans mon cœur. J'ai l'impression de me noyer. Et j'enrage de ne plus savoir quoi dire, comment faire, pour rester dans le courant de la vie. Si je me fâche parfois, ce n'est pas contre toi. Crois-moi, lorsqu'on devient étranger dans son propre corps, que des blessures enfouies refont surface, il y a de quoi « perdre la tête ». Quand ça « sort tout croche » ... ne m'en veux pas. J'espère juste que tu vas m'expliquer simplement ce qui se passe. Fait preuve de **TOLÉRANCE**, en me tenant la main et en me regardant avec affection... N'oublie jamais que j'oublie... Et que je suis le miroir sur lequel tes émotions apparaissent.

Tu vois l'enfance revenir en moi. Pourtant, je reste une personne à part entière. Simplement j'ai besoin un peu plus de ton aide. S'il te plaît, laisse-moi faire ce que je peux encore faire, même si ça me prend plus de temps. **PATIENCE!** Car j'avoue, côté vitesse, j'en ai plutôt perdu. En passant, merci de me simplifier la vie, merci de ta compréhension en choisissant des activités adaptées à mes capacités. Un petit mot d'encouragement en prime, un peu d'humour, de musique, me comblent toujours de joie.

Avant que ce moment de lucidité m'abandonne, j'aimerais te dire une dernière chose... Mon cœur, lui, n'aura jamais l'Alzheimer. C'est vrai, j'oublie plein de choses, mais jamais l'essentiel ; l'émotion que nous partageons. Alors, mon souhait le plus cher est que nous continuions à communiquer ensemble jusqu'au bout. Tu sais, on s'en va tous vers la même destination, empruntant chacun sa propre route. Mais pour chacun d'entre nous, **la vie est un chemin qui va de la fragilité vers la fragilité**. Alors, aidons-nous les uns les autres.

Texte issu du recueil *Témoign' Alzheimer* paru aux Éditions du Moment Présent



Photo : AQDR Montmagny-L'Islet



Janvier 2023

Déjeuner-conférence

Programme d'information aux aînés pour un choix de milieu de vie.

+

Déjeuner-conférence

Comité d'usagers, apprendre vos droits et les défendre.



Pour obtenir plus de détails sur les activités à venir, consultez régulièrement :



Rejoignez-nous pour



Les mercredis

CAFÉ-RENCONTRE
zoom



Financé par le PAAQ Québec