

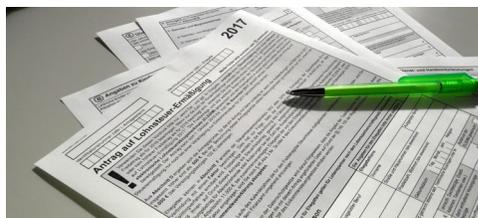


Regroupement
proches-aidants
Rouyn-Noranda

Bulletin D'information

PRINTEMPS 2021

À PROPOS



l'opportunité de remplir votre déclaration d'impôts.

Pour information, vous pouvez communiquer avec lui

par téléphone au 819-763-2209

ou par courriel à :

arioux2009@gmail.com



*La période des impôts est arrivée.
En toute confidentialité,
André Rioux vous offre*

SOMMAIRE

À Propos	1
Mot de la coordonnatrice	1
Prochaines activités	2
Poème d'Alzheimer	2
Le crépuscule des vieux	3
Le crépuscule des vieux (suite)	4
Visite des proches-aidants	5
L'aidant branché En vrac Devenir membre	6

MOT DE LA COORDONNATRICE

*Bonjour à vous tous!
Nous voilà de retour au printemps, je trouve que le temps passe vite, et ce, même en ce temps de confinement, pas vous? Une plus-value vu la situation de restrictions que l'on vit actuellement.
L'ambiance est quand même. Nous avons l'impression que tout ce qui nous entoure est mis sur pause. On fait de la planification d'activités, mais nous sommes dans l'inconnu, à savoir s'il sera possible de les faire. L'expression "un jour à la fois" est très actuelle par ce temps-ci, un moment ancré dans notre l'histoire. Malgré les activités qui sont en arrêt provisoire, au regroupement nous restons en mode préparation des activités, tout en espérant la reprise d'un*

fonctionnement normal des rencontres sous peu. On a le vent dans les voiles, et nous avons tellement hâte qu'on puisse tous embarquer dans le même bateau. Et enfin, savourer des moments en votre présence. Avec ce temps d'arrêt, le regroupement est à rafraichir son site web qui était un peu désuet. Qui dit printemps dit renouvellement de la carte de membre... une communication vous sera envoyée sous peu. Également, n'oubliez pas de changer l'heure dans la nuit du 13 au 14 mars 2021.

*Je vous souhaite un heureux Printemps et on garde le moral!
Aline Gaumond*



PROCHAINES ACTIVITÉS

A suivre selon l'évolution de la pandémie.



ACTIVITÉS RÉALISÉS

ACTIVITÉS RÉALISÉES



Les interdictions en lien avec la Covid 19, ont mis fin aux activités. Par contre, des consultations spécifiques ont été demandées, soient des

interrogations au sujet du rôle de proche aidant, les visites, bulles familiales, ainsi que l'aspect financier en temps de pandémie, etc.



Poème d'Alzheimer

*Ne me demande pas de me rappeler
 N'essaie pas de me faire comprendre
 Laisse-moi me reposer
 Fais moi savoir que tu es avec moi
 Embrasse mon cou et tiens ma main
 Je suis triste malade et perdu
 Tout ce que je sais
 C'est que j'ai besoin de toi
 Ne perd pas patience avec moi
 Ne sacre pas, ne crie pas, ne pleure pas
 Je n'y peux rien de ce qui m'arrive
 Même, si j'essaie d'être différent
 Je n'y arrive pas
 Rappelle-toi que j'ai besoin de toi
 Que le meilleur de moi est parti
 N'abandonne pas reste à mes côtés
 Aime moi, jusqu'à la fin de ma vie*

Le crépuscule des vieux

Le crépuscule des Vieux

Texte de Sol (Marc Favreau), l'unique et tendre poète. Écrit peu avant sa mort...

Des fois, j'ai hâte d'être un vieux.

Ils sont bien, les vieux,

on est bon pour eux, ils sont biens.

Ils ont personne qui les force à travailler;

on veut pas qu'ils se fatiguent.

Même que la plusssspart du temps,

on les laisse pas finir leur ouvrage.

On les stoppe,

on les interruptionne,

on les retraite fermée.

On leur donne leur appréhension de vieillesse et ils sont en vacances...

Ah! Ils sont bien les vieux!

Et puis, comme ils ont fini de grandir,

ils ont pas besoin de manger tant tellement beaucoup.

Ils ont personne qui les force à manger.

Alors de temps en temps,

ils se croquevillent un petit biscuit

ou bien ils se retartinent du pain avec du beurre d'arrache- pied,

ou bien ils regardent pousser leur rhubarbe dans leur soupe...

Ils sont bien...

Jamais ils sont pressés non plus.

Ils ont tout leur bon vieux temps.

Ils ont personne qui les force à aller vite;

ils peuvent mettre des heures et des heures à tergiverser la rue...

Et plus ils sont vieux, plus on est bon pour eux.

On les laisse même plus marcher...

On les roule...



Le crépuscule des vieux

Et puis d'ailleurs,
ils auraient même pas besoin de sortir du tout;
ils ont personne qui les attendresse..
Et l'hiver...Ouille, l'hiver!
C'est là qu'ils sont le mieux, les vieux;
ils ont pas besoin de douzaines de quatorze soleils...Non!
On leur donne un foyer, un beau petit foyer modique qui décrépète,
pour qu'ils se chaufferettes les mitaines...
Ouille, oui l'hiver, ils sont bien.
Ils sont drôlement bien isolés...
Ils ont personne qui les dérange.
Personne pour les empêcher de bercer leur ennuitouflé...
Tranquillement, ils effeuillettent et revisionnent leur jeunesse rétroactive;
qu'ils oublient à mesure sur leur vieille malcommode...
Ah! Ils sont bien...!
Sur leur guéridon, par exemple, ils ont une bouteille, petite, bleue.
Et quand ils ont des maux, les vieux, des maux qu'ils
peuvent pas comprendre,
des maux mystères; alors à la petite cuiller, ils les en-
dorlotent et les amadouillent...
Ils ont personne qui les garde malades.
Ils ont personne pour les assistés soucieux...
Ils sont drôlement bien...!
Ils ont même pas besoin d'horloge non plus,
pour entendre les aiguilles tricoter les secondes...
Ils ont personne qui les empêche d'avoir
l'oreillette en dedans,
pour écouter leur coeur qui grelinde et qui frilotte,
pour écouter leur corps se débattre tout seul...
Ils ont personne qui...
Ils ont personne...



VISITE DES PROCHE-AIDANTS

Visites des proches aidants : quelle réglementation ?

Voici les règles à connaître pour les visites de proches aidants dans les établissements dans lesquels une personne ou plus présente des facteurs de vulnérabilité à la COVID-19, selon les paliers d'alerte :

		Paliers d'alerte 1 et 2	Palier d'alerte 3	Palier d'alerte 4	Isolement préventif, isolement ou éclosion
 CHSLD	20 places ou plus	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Chambre (max. 2 personnes à la fois) ✗ Espaces communs ✓ Parloir ✓ Terrain (max. 2 personnes à la fois) 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Chambre (max. 2 personnes à la fois, et 4 personnes par période de 24h) ✗ Espaces communs ✓ Parloir (max. 2 personnes à la fois) ✓ Terrain (max. 2 personnes à la fois) 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Chambre (max. 1 personne à la fois, et 2 personnes par période de 24h) ✗ Espaces communs ✓ Parloir (max. 1 personne à la fois) ✓ Terrain (max. 1 personne à la fois) 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Chambre (max. 1 personne à la fois, et 2 personnes par période de 24h) ✗ Espaces communs ✗ Parloir ✗ Terrain (sauf avec autorisation de l'équipe)
	 RI	19 places ou moins	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Chambre ou pièce dédiée (max. 2 personnes à la fois) ✓ Espaces communs (max. 6 personnes à la fois, incluant visiteurs non proches aidants) ✓ Terrain (max. 10 personnes à la fois, incluant visiteurs non proches aidants) 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Chambre ou pièce dédiée (max. 2 personnes à la fois) ✗ Espaces communs ✓ Terrain (max. 6 personnes à la fois, incluant visiteurs non proches aidants) 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Chambre ou pièce dédiée (max. 1 personne à la fois) ✗ Espaces communs ✓ Terrain (max. 1 personne à la fois)
Peut évoluer selon le contexte de l'établissement					
 RPA	dont l'exploitant ne partage pas le lieu principal de résidence avec les usagers	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Unité locative (max. 2 personnes à la fois) ✗ Espaces communs ✓ Parloir ✓ Terrain (max. 10 personnes à la fois, incluant visiteurs non proches aidants) 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Unité locative (max. 2 personnes à la fois) ✗ Espaces communs ✓ Parloir (max. 2 personnes à la fois) ✓ Terrain (max. 6 personnes à la fois, incluant visiteurs non proches aidants) 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Unité locative (max. 1 personne à la fois) ✗ Espaces communs ✓ Parloir (max. 1 personne à la fois) ✓ Terrain (max. 1 personne à la fois) 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Unité locative (max. 1 personne à la fois) ✗ Espaces communs ✗ Parloir ✗ Terrain (sauf avec autorisation de l'équipe)
	dont l'exploitant partage leur lieu principal de résidence avec les usagers	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Chambre ou pièce dédiée (max. 2 personnes à la fois) ✓ Espaces communs (max. 10 personnes à la fois, incluant visiteurs non proches aidants) ✓ Extérieur (max. 10 personnes à la fois, incluant visiteurs non proches aidants) 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Chambre ou pièce dédiée (max. 1 personne à la fois) ✓ Espaces communs (max. 6 personnes à la fois, incluant visiteurs non proches aidants) ✓ Extérieur (max. 6 personnes à la fois, incluant visiteurs non proches aidants) 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Chambre ou pièce dédiée (max. 1 personne à la fois) ✗ Espaces communs ✓ Extérieur (max. 1 personne à la fois) 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Chambre ou pièce dédiée (max. 1 personne à la fois) ✗ Espaces communs ✓ Extérieur (max. 1 personne à la fois)
 Ri appartement supervisé, RTF ou RIMA	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Extérieur (max. 10 personnes à la fois, incluant visiteurs non proches aidants) 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Extérieur (max. 6 personnes à la fois, incluant visiteurs non proches aidants) 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Extérieur (max. 1 personne à la fois) 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Extérieur (max. 1 personne à la fois) 	

Ce document résume les recommandations officielles.

Pour plus de détails, consulter :
<https://www.msss.gouv.qc.ca/professionnels/covid-19/covid-19-directives-au-reseau-de-la-sante-et-des-services-sociaux/gradation-des-mesures-selon-les-milieus-de-vie-et-d-hebergement/>

L'APPU POUR LES PROCHE-AIDANTS DAÏNÉS



Regroupement
proches-aidants
Rouyn-Noranda

332, rue Perreault Est, Local 202

Rouyn-Noranda (Qué) J9X 3C6

Tél.: 819-797-8266

Fax: 819-797-4566

Courriel: aidantsnaturels-rn@cablevision.qc.ca

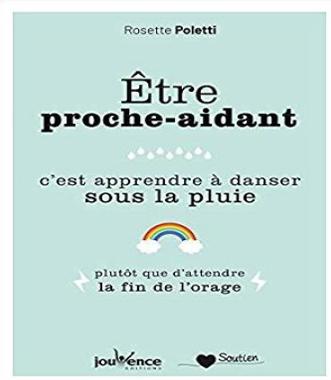
Site: www.rparn.com



EN VRAC



LA PROCHE AIDANCE :
un tsunami d'amour

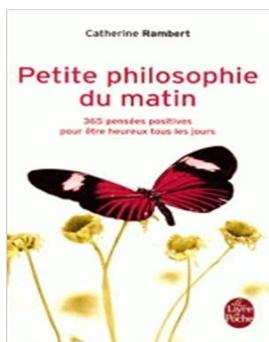


Rosette Poletti
Être
proche-aidant

c'est apprendre à danser
sous la pluie

plutôt que d'attendre
la fin de l'orage

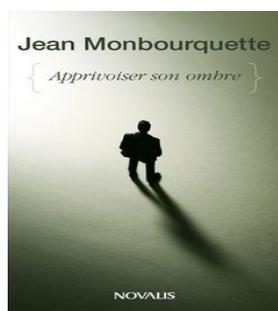
jouissance soutien



Catherine Rambert

Petite philosophie
du matin

365 pensées positives
pour être heureux tous les jours



Jean Monbourquette

Apprivoiser son ombre

NOVALIS

LA MISSION

*Informier, soutenir et améliorer la situation
des personnes proches aidantes, en
favorisant le partage des expériences.*

LES SERVICES

*Écoute et support
Information
Référéce
Conférences
Cafés-rencontres
Ateliers de soutien
Activités diverses*

L'AIDANT BRANCHÉ

« Au-delà des mots : paroles de proches aidants », l'Appui lance une série documentaire par et pour les proches aidants
<https://appui-audeladessmots.ca/>



DEVENIR MEMBRE

Cela vous intéresse? Rien de plus simple. Le coût d'adhésion est de 15.00\$ annuellement. Cette participation financière a pour but l'amélioration des services auprès des personnes proches aidantes .

Coupon-réponse

Prénom et nom : _____

Adresse : _____

Ville : _____

Code postal : _____

Téléphone : _____

Poster à l'adresse ci-haut mentionnée.

JOYEUSES PÂQUES



Quand arrive la belle fête de Pâques
Revient le doux printemps des fleurs
Fête aux 1000 douceurs dans son sac
Jardin de roses pour fleurir votre cœur
Et le remplir d'un doux bonheur...
Joyeuses Pâques en votre demeure

www.textes-voeux.com