

# Du soutien pour les proches aidants

VALÉRIE LÉPINE

**Avec le vieillissement de la population, on entend de plus en plus parler des aidants naturels. Ils se dévouent quotidiennement auprès d'un proche malade, prodiguent des soins pour lesquels ils n'ont pas de formation spécifique, connaissent mal les services dont ils peuvent bénéficier et se retrouvent souvent épuisés par toutes les tâches à accomplir. Ces personnes sont ce que l'on appelle aujourd'hui les proches aidants. Et la coopérative SORE a été créée pour leur venir en aide.**

La coopérative SORE (Solidarité, Répétition, Entraide) a été constituée en 2006 par un groupe de proches aidants. Sa mission: contribuer à l'amélioration des conditions de vie des proches aidants qui s'occupent d'un aîné en perte d'autonomie. Son champ d'action couvre toutes les villes de la MRC des Pays-d'en-Haut.

Dirigée par un conseil d'administration composé de bénévoles, la Coopérative emploie entre autres

des intervenantes à domicile et des agentes de liaison qui permettent aux proches aidants de bénéficier d'occasions de ressourcement, de se constituer un réseau social et de participer à des rencontres de soutien. SORE offre de plus des activités de stimulation pour les personnes malades. Il faut savoir que 80% des personnes aidées souffrent de problèmes cognitifs tels que la maladie d'Alzheimer.

La Coopérative fait par ailleurs la promotion de la cause des proches aidants auprès des services de santé, des pouvoirs publics et de la population en général.

### Difficulté d'être proche aidant

Les proches aidants se retrouvent souvent isolés et ne connaissent pas les ressources qui leur permettraient de diminuer un peu leur charge de travail. Ils sont aussi très réticents à faire appel de l'aide extérieure. M<sup>me</sup> Nicole Poirier, membre du conseil d'administration de la coopérative SORE qui a elle-même vécu l'expérience de la proche aidance, affirme que, bien souvent, les gens ne se reconnaissent pas comme proches aidants et qu'ils vivent beaucoup de culpabilité. C'est entre autres pour cette raison

qu'ils sentent qu'ils doivent tout faire eux-mêmes et qu'ils ne veulent pas déléguer. M<sup>me</sup> Poirier ajoute que l'entourage des proches aidants favorise quelques fois l'émergence de ce sentiment de culpabilité et que le manque de collaboration entre les membres d'une même famille peut augmenter la détresse et l'épuisement des proches aidants. Ceux-ci risquent d'ailleurs eux-mêmes de tomber malades s'ils ne reçoivent aucune aide.

### Financement précaire

La coopérative SORE ne bénéficie d'aucun financement récurrent et stable. Elle bénéficie de subventions provenant de programmes gouvernementaux, du soutien de l'Appui Laurentides, d'un apport financier du CISSS et, dans une moindre



La coopérative SORE a créé cette épingle il y a 2 ans. Elle voudrait que ce sigle devienne le symbole de la proche aidance au même titre que le ruban rose est devenu le symbole du combat contre le cancer du sein. Remarquez que ce sont les lettres P et A (pour proche aidant) qui constituent le « cœur » de l'épingle.

mesure, de fonds issus des cotisations des membres. Les coupures récentes dans le système de la santé ont cependant eu des conséquences importantes sur le budget de l'organisme. Celui-ci se retrouve actuellement dans une situation précaire et a dû diminuer le nombre d'heures de travail de sa coordonnatrice.

Coopérative SORE: 450-224-2657  
sore@cgocable.ca  
www.coopsore.org



## Nos sorties et activités à venir

SUZANNE MONETTE

### Souignons l'anniversaire de nos fêtés de juin 2015

Le 2 juin, Marcelle Coulombe, Léo Couture - le 3, Jean Bédard - le 4, Nicole Bernier, Nathalie Cyr, Jeannine Desgroseilliers - le 5, Carmen Lahaie - le 8, Yolande Brodeur, Roméo Gauthier, Mario Pelletier - le 9, Diane Bourque, Danielle Katou Roy - le 10, Paul-André Thibault - le 11, Gilles

Mitchell (gagnant du gâteau) - le 12, Ernest Forget, Eulalia Sylva - le 13, Micheline Lefebvre - le 17, Carmen Clusiau - le 18, Yves Vanier - le 21, Marguerite Leclerc, Jean-Pierre Létourneau, Gérard Dutil - le 22, René Lévesque - le 25, Yvette Charlebois, Carole Robert - le 28, Gaston Bédard, Denise Laporte - le 30, Alain Heine et Yvon Létourneau. Un grand merci à nos fidèles et généreux commanditaires.

Ce geste est toujours très apprécié de tous nos membres.

Nos activités régulières sont maintenant terminées pour la saison estivale. Toutefois, nous ne demeurons pas inactives. Vous pouvez toujours profiter de la pétanque les mercredis soirs dès 18 h 30, au terrain municipal près de la piscine, rue Maple à Prévost. C'est un rendez-vous. Venez vous amuser tout en faisant de l'exercice. C'est bon pour la santé.

Nos soupers/danse reprendront également le 12 septembre, sous le thème «Le temps des pommes»; info: Suzanne et Micheline.

**Nos sorties** - Souper/théâtre le jeudi 9 juillet 2015. Forfait tout inclus. Visite du Quartier des Arts de l'Assomption, souper au restaurant le Bella-Stella, pièce de théâtre *Adieu je reste*, au Théâtre Hector-Charland, transport en autocar de luxe. Prix: 145\$/membre et 150\$/non-membre. Départ de la



Monsieur Gilles Mitchell, accompagné de la présidente du Club Soleil, Suzanne Monette, Il reçoit le gâteau anniversaire de M<sup>me</sup> Isabelle Bastien, une gracieuseté du Marché IGA Piché qui perpétue la tradition qui avait pris naissance au feu Marché Piché de Shawbridge.

gare de Prévost, rue de la Traverse, à 14 h, avec arrêt à Saint-Jérôme; info: Suzanne ou Micheline.

Séjour à l'auberge du Vieux-Foyer de Val-David (trois jours) les 2, 3 et 4 septembre 2015. Prix 275\$/membre et 285\$/non-membre. Forfait tout inclus avec animation. Départ de la gare de Prévost, rue de la

Traverse, à 14 h 30; info: Suzanne ou Micheline.

**Nos autres activités** - Épluchette de blé d'Inde et hot dog, le samedi 22 août, de 14 h à 20 h, au Centre culturel de Prévost, 794, rue Maple à Prévost; activités et jeux. Apportez chaises et breuvages. Si mauvaise température, remis au lendemain. Coût 10\$. Réservation obligatoire.

Méchoui et cueillette de pommes chez Constantin, le jeudi 24 septembre. Souper/danse avec animation et cueillette de pommes pour les personnes intéressées. Forfait incluant: souper, taxes, pourboires et transport.

N'oubliez pas que notre carte de membre ne coûte que 10\$ par année et il est toujours temps de s'en procurer lors des activités ou en communiquant avec Suzanne ou Micheline.

Nous vous souhaitons de très joyeuses vacances et au plaisir de vous voir à nos activités estivales.

## MOTS CROISÉS Odette Morin

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1												
2												
3												
4												
5												
6												
7												
8												
9												
10												
11												
12												

Solution page 31 par Odette Morin, juin 2015

- Horizontal**
- Lafayette s'y trouve - Naît dans les Alpes.
  - Ivresse - Pourris.
  - Décilître - Religieuses.
  - Individu - Au sud de l'Autriche.
  - Invariable - À la mode - Pas pressé.
  - Exprime un coup de feu - Avérée.
  - Platine - Aux soins d'un tiers - Césium.
  - Homme politique portugais - Pesonnel - Va au premier.
  - Pite de billets - Instrument.
  - Donne des couleurs - Tente.
  - Ne fond pas - Ministre d'un culte.
  - Elle enchâsse des pierres.

- Vertical**
- Précurseur du hard rock.
  - Porteurs d'obligations.
  - Vieille ville - Dialecte - Crédule.
  - Romains - Stopper.
  - Pour adoucir le bain - Bat violemment.
  - Vit peut-être à Naples - Lettre.
  - Capables de décoller - Lentilles.
  - Quatre - Joies collectives.
  - Peut se dire d'un cheval - Villa avec jardins.
  - Lichen - Port du Japon.
  - Rempli - Calcaires tendres.
  - Peuple russe - Note.

## À la recherche du mot PERDU

Solution page 31

Par Odette Morin  
Placez dans la grille la première lettre de la réponse de chaque énigme. Vous obtiendrez ainsi le mot ou le nom recherché.

1 - Nautique, il se fait sur l'eau.	1	2	3	4	5	6
2 - Petit parasol portatif.						
3 - Né entre le 22 juillet et le 23 août.						
4 - Commence le 21 juin.						
5 - De la Madeleine, elles sont populaires l'été.						
6 - Le Mistassini est le plus grand ... du Québec.						

**Mot (ou nom) recherché:** Son cirque est célèbre.

1	2	3	4	5	6

1 - Relatif au Moyen Âge.  
2 - Celle de Damoclès est un danger qui plane sur quelqu'un.  
3 - Exerce le pouvoir souverain dans une monarchie.  
4 - Outrage à un prince, un crime... - majesté.  
5 - Image sacrée.  
6 - C'était la classe sociale de l'aristocratie.

**Mot (ou nom) recherché:** Personnage de magicien des légendes celtiques.

### Liste des n<sup>os</sup> de téléphone

- André: 514 677-8610    Micheline: 450 438-5683  
Ginette: 450 569-3348    Pauline: 450 227-3836  
Ghislaine: 450 224-4680    Jocelyne: 450 224-1325  
Maryse: 450 224-5312    Thérèse: 450-224-5045