

# L'entr'aide-mémoire

Le bulletin de Baluchon Alzheimer | numéro 30 | octobre 2019



## MOT DE LA DIRECTRICE GÉNÉRALE

Par *Guylaine Martin*

Comme vous le remarquerez certainement à la lecture de ce Bulletin l'Entr'aide-mémoire, l'année 2019-2020 a été capitale à plusieurs égards pour notre organisation, tant du point de vue administratif que du point de vue clinique. Au risque de me répéter, je désire, d'entrée de jeu, souligner l'apport d'une équipe formidable qui a mené plusieurs projets d'envergure dans les dernières années sans jamais perdre de vue la raison d'être du Baluchonnage. Grâce au travail quotidien de chacun, cette année se distingue à sa façon, avec la réalisation de nombreux projets structurants afin d'améliorer l'accès au baluchonnage pour tous les aidants du Québec sans jamais négliger la qualité du service. La réalisation de cet objectif se fait avec un souci constant de saine gestion des fonds publics. À cet effet, nous travaillons avec une volonté de gérer rigoureusement nos finances, et ce, avec les redditions de comptes qui sont prévues à cette fin et le respect des meilleures pratiques en termes de management. La bonne gouvernance demeurera toujours au sommet de mes priorités. Pour ce faire, je suis et je serai très vigilante à cet égard.

Comme vous l'avez déjà lu, je crois que le changement c'est la vie... Baluchon Alzheimer est vivant et tente toujours de s'arrimer aux changements. C'est pourquoi, je tiens à souligner que notre organisation a fait l'objet de certaines transformations administratives afin d'améliorer nos processus d'accès aux services (voir l'article sur le traitement des demandes) ainsi que la diffusion de notre information (voir l'article sur la refonte du site web), et ce, en continuité avec les actions posées ces dernières années.

Pour le mot de la fin, j'aimerais partager avec vous cette citation de Winston Churchill qui me touche :

**« Un pessimiste voit la difficulté dans chaque opportunité, un optimiste voit l'opportunité dans chaque difficulté. »**

Il me tient à cœur de l'adresser à chaque employé et aux membres du conseil d'administration sans qui nous ne pourrions offrir des services de cette qualité.

**MERCI D'Y CROIRE AVEC MOI ET AUSSI FORT QUE MOI ! ■**

## NOUVELLES NOUVELLES

### Un nouveau site web pour Baluchon Alzheimer!

L'équipe de Baluchon Alzheimer a le plaisir de vous annoncer l'arrivée imminente de son nouveau site web. Pourquoi avoir investi dans un tel projet? De nos jours, il est essentiel d'actualiser et d'optimiser cet outil de communication incontournable, disponible en tout temps et accessible partout dans le monde. Au-delà de notre volonté continue de perfectionner son image, la démarche vers un site internet plus facile d'utilisation pour nos visiteurs était primordiale. Les sites internet d'organismes dédiés au soutien d'une communauté ciblée tels que Baluchon Alzheimer, sont une ressource indispensable pour trouver aisément l'information recherchée. C'est pourquoi, notre nouveau site web possède une page spécialement destinée aux aidants et une autre aux intervenants du réseau public de la santé (RPS).

La présence de sections bien distinctes dans le menu principal facilitera la navigation des aidants et des intervenants du RPS qui pourront s'identifier promptement et trouver les réponses à leurs interrogations.

Cette refonte a aussi été l'occasion d'effectuer la mise à jour complète, détaillée et simplifiée de l'information diffusée sur notre organisme. Soulignons qu'une attention particulière a été donnée à la page « questions/réponses ». Elle répond, de manière vulgarisée, aux questions les plus courantes des aidants et des intervenants du RPS sur le baluchonnage.

Nous espérons que ce nouveau site vous permettra d'effectuer des recherches plus rapides et plus efficaces. N'hésitez pas à nous donner vos commentaires et vos suggestions. ■



## LE SYNDROME CRÉPUSCULAIRE

L'arrivée du temps froid rime avec un coucher du soleil qui surgit de plus en plus tôt, mettant davantage l'emphase sur un trouble du comportement fréquemment remarqué chez certaines personnes souffrant de troubles neurocognitifs (TNC) majeurs, notamment la maladie d'Alzheimer. Ce trouble du comportement est plus connu sous le nom de syndrome crépusculaire.

### Comment se manifeste le syndrome crépusculaire ?

Comme son nom l'indique, le syndrome crépusculaire se manifeste à la fin de l'après-midi ou à la tombée du jour. La personne présente une agitation verbale ou motrice avec des poussées d'énergie. Cet état peut être plus important chez certaines personnes avec des hallucinations ou illusions. Elles ressentent de la peur, deviennent suspicieuses et peuvent vouloir quitter le domicile. De l'anxiété, de la tristesse, une confusion accrue, des sautes d'humeur soudaines sont également des manifestations couramment observées. Les troubles peuvent s'aggraver au fur et à mesure que la nuit progresse et disparaissent généralement le matin.

### Quels sont les facteurs déclenchants ?

Plusieurs facteurs peuvent emmener au déclenchement du syndrome crépusculaire. On note, entre autres, la baisse de la luminosité qui est à même de provoquer des problèmes de perception visuelle et d'interprétation pour la personne. Par exemple, les ombres sont susceptibles d'être perçues comme la présence d'un intrus ou encore, la fatigue physique accumulée durant la journée, surtout si la personne est une « lève-tôt ». Le dérèglement de l'horloge biologique qui entraîne une confusion entre le jour et la nuit peut aussi être un facteur déclencheur.

### Comment le prévenir ?

Une des approches préconisées est l'utilisation de la luminothérapie qui consiste à allumer le plus de lumières possible et fermer les stores pour que la personne sujette à ce comportement ne sente pas la transition entre la journée et le coucher du soleil. Une bonne luminosité diminue également la présence d'ombres qui peut rendre la personne inquiète. Avoir des activités quotidiennes régulières en plus de réduire le nombre et la durée des siestes peut aussi prévenir les symptômes. Il est conseillé de ne pas laisser seule la personne et de l'occuper avant l'heure habituelle de l'apparition du syndrome par l'écoute de sa musique préférée ou autres sons (p. ex. bruit des vagues, chant des oiseaux), mais attention à la surstimulation. Ce passe-temps peut aussi consister à préparer les légumes, mettre la table, plier du linge, etc.

Parfois, il est nécessaire de recourir à une évaluation médicale afin de savoir si une approche pharmacologique pourrait être appropriée lorsque l'approche non-pharmacologique ne fonctionne pas ou semble insuffisante. ■

## ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ANNUELLE

Le 20 juin dernier s'est déroulée l'Assemblée générale annuelle des membres de Baluchon Alzheimer. Lors de cette rencontre, ont été déposés les états financiers vérifiés, le rapport d'activités ainsi que la nomination des administrateurs du conseil d'administration. Pour l'année 2019-2020, il est composé de Luc Armand, président, François Perron, vice-président, Louise Jolicoeur, secrétaire, Marie-Claude Denault, trésorière et les administrateurs : Hélène Tremblay, Sébastien Gauthier et Isabelle Le Bourhis

**Vous pourrez consulter notre dernier Rapport d'activités 2018-2019 très prochainement sur notre nouveau site web.**

## UN CHANGEMENT POSITIF DANS LE TRAITEMENT DES DEMANDES DE BALUCHONNAGE

---

Afin de favoriser l'accès à notre offre de service à de nouvelles familles qui souhaitent recevoir du baluchonnage, une modification dans les procédures cliniques de l'organisme a été mise en place en février 2019. Cet ajustement permet d'assurer l'équité dans le traitement des demandes de baluchonnage et de réduire l'attente de confirmation de baluchonnage aux familles. Cette accélération des processus cliniques a été décidée devant l'importance d'optimiser le traitement des demandes de baluchonnage au plus grand bénéfice des familles. Malgré sa petite taille, notre équipe a su se donner les moyens d'être performante et faire en sorte que des changements voient le jour et s'ancrent durablement dans ses pratiques.

Rappelons que toutes les familles qui ont besoin des services de Baluchon Alzheimer, doivent (via leurs intervenants du réseau public de santé) faire parvenir notre formulaire complété de demande de baluchonnage.

Depuis le 1<sup>er</sup> février 2019, la nouvelle règle exige que les formulaires soient reçus pour analyse dans le délai maximum de trois (3) mois avant le début de la période de baluchonnage souhaitée. Ainsi, pour un baluchonnage débutant le 15 juillet, le formulaire doit être reçu à Baluchon Alzheimer, au plus tôt, le 1<sup>er</sup> avril de la même année.

Merci de prendre note que les formulaires de demande de baluchonnage reçus au-delà de TROIS mois avant la période de baluchonnage demandée sont refusés et ne sont pas mis en liste d'attente. Merci de collaborer avec notre équipe clinique pour rendre son travail toujours plus efficace. ■



### UN MEMBRE DE L'ÉQUIPE MIS À L'HONNEUR : LUC ARMAND

---

M. Luc Armand s'est d'abord impliqué chez Baluchon Alzheimer comme bénévole pendant de nombreuses années. À partir de 2016, il siège sur le Conseil d'administration en tant qu'administrateur. Depuis 2018, il occupe le titre de Président du Conseil d'administration.

Ayant vécu au quotidien avec la maladie d'Alzheimer dans sa famille pendant quelques années, et pour avoir côtoyé Guylaine Martin lors de divers événements, il n'avait qu'un pas à franchir pour entrer à Baluchon Alzheimer.

Citoyen d'Ahuntsic depuis plus de cinquante ans, il continue de se plaire à vivre dans ce quartier, « son » quartier. Il aime participer à des activités sociales avec des amis qui ont aussi le sens de l'humour, du plaisir à partager et qui font preuve d'altruisme. Au fil des années et des expériences de vie, son échelle de valeurs s'est précisée. La plus importante, celle qui le guide, demeure sans contredit l'humain. Se préoccuper du bien-être des gens et encore plus, des personnes qu'il aime. Cette valeur l'oriente constamment dans tous les volets de sa vie, dans tous les gestes et les actions qu'il pose.

Attiré par la comptabilité, son intérêt s'est vite détourné vers le domaine de la relation d'aide. Au cours de sa vie professionnelle, il a pratiqué différents emplois toujours dans le domaine de la relation d'aide. Mais il rêvait de fonder sa propre entreprise. Il crée, avec un ami, en 1997, sa première entreprise en relation d'aide. Quelques années plus tard, il fonde une deuxième entreprise dans ce domaine auprès d'une clientèle différente.

Malgré les défis de Baluchon Alzheimer et les responsabilités qui incombent au CA, il reste animé par le plaisir de s'impliquer dans la vie de l'organisme. ■

# QUI TRAVAILLE AU SIÈGE SOCIAL DE BALUCHON ALZHEIMER ?

Vous avez une question spécifique, un besoin d'information ou toute autre demande? Cette mise à jour de notre équipe au siège social vous permettra de contacter rapidement la personne qui répondra le mieux à vos besoins.

## BÉNÉVOLAT !

Toute personne intéressée à faire du bénévolat est priée de nous contacter.



**Baluchon  
Alzheimer**

10138, rue Lajeunesse, bureau 200,  
Montréal (Québec) H3L 2E2

Téléphone : 514 762-2667  
Télécopie : 514 762-1452

Courriel : [info@baluchonalzheimer.com](mailto:info@baluchonalzheimer.com)  
[www.baluchonalzheimer.com](http://www.baluchonalzheimer.com)

Numéro d'organisme de bienfaisance :  
**867773822RR0001** ISSN : **1911-8023**  
Dépôt légal : Bibliothèque et Archives  
Canada, 2008

## DIRECTION ET COORDINATION

### Administration

**Guylaine Martin** / directrice générale (conseil d'administration et gouvernance, gestion des opérations, relations gouvernementales, gestion financière)

Poste 200 / courriel : [guylaine.martin@baluchonalzheimer.com](mailto:guylaine.martin@baluchonalzheimer.com)

**Paula May** / Adjointe à la direction générale (gestion des contrats CI(U) SSS, responsable de l'agenda DG)

Poste 200 / courriel : [paula.may@baluchonalzheimer.com](mailto:paula.may@baluchonalzheimer.com)

**Kheireddine Dechouk** / responsable de la comptabilité et services techniques (cycle comptable)

Poste 209 / courriel : [kheireddine.dechouk@baluchonalzheimer.com](mailto:kheireddine.dechouk@baluchonalzheimer.com)

**Anne-Elizabeth Pozzar** / responsable du développement et des communications (promotion et implantation du baluchonnage Québec et hors Québec, gestion des outils de communication)

Poste 206 / courriel : [anne-elizabeth.pozzar@baluchonalzheimer.com](mailto:anne-elizabeth.pozzar@baluchonalzheimer.com)

### Coordination Clinique

**Izabela Piotrowski** / Directrice des services cliniques, (analyse des demandes, attribution et suivi des baluchonnages)

Poste 203 / courriel : [izabela.piotrowski@baluchonalzheimer.com](mailto:izabela.piotrowski@baluchonalzheimer.com)

**Marie-Ange Dufresne** / Agente de liaison pour les familles (réception des demandes, fiche d'inscription, mise à jour des statistiques)

Poste 207 / courriel : [marie-ange.dufresne@baluchonalzheimer.com](mailto:marie-ange.dufresne@baluchonalzheimer.com)

**Falilou Diop** / Conseiller aux familles (révision des journaux d'accompagnement, suivi avec les familles, rétroaction aux intervenants pivot)

Poste 201 / courriel : [falilou.diop@baluchonalzheimer.com](mailto:falilou.diop@baluchonalzheimer.com)

## FONDATION BALUCHON ALZHEIMER

**Guylaine Martin** / directrice générale (conseil d'administration et gouvernance, gestion des opérations, relations gouvernementales)

Poste 200 / courriel : [guylaine.martin@baluchonalzheimer.com](mailto:guylaine.martin@baluchonalzheimer.com)

**Ève-Marie Paiement** / coordonnatrice à la philanthropie (gestion des stratégies philanthropiques)

Poste 202 / courriel : [eve-marie.paiement@baluchonalzheimer.com](mailto:eve-marie.paiement@baluchonalzheimer.com)

**Gabriel Hervieux** / agent de développement (développement philanthropique)

Poste 204 / courriel : [gabriel.hervieux@baluchonalzheimer.com](mailto:gabriel.hervieux@baluchonalzheimer.com)



**Baluchon  
Alzheimer**

## Faites une différence dans la vie d'un aidant

Nom du donateur : \_\_\_\_\_

Adresse : \_\_\_\_\_

Ville : \_\_\_\_\_ Province : \_\_\_\_\_

Code Postal : \_\_\_\_\_

Téléphone : \_\_\_\_\_

Courriel : \_\_\_\_\_

Je désire désormais recevoir L'Entr'aide-mémoire  
par courriel OUI  NON

S.V.P. Envoyez votre don à **Baluchon Alzheimer** au 10138, rue Lajeunesse, bureau 200, Montréal (Québec) H3L 2E2

Montant du don : 25\$  50\$  75\$  100\$

Autre montant : \_\_\_\_\_ \$

Mode de paiement : Chèque  Visa  Mastercard

Nom du détenteur de la carte : \_\_\_\_\_

No de carte : \_\_\_\_\_

Date exp. : \_\_\_\_\_ Code de sécurité (3 chiffres) : \_\_\_\_\_

Signature : \_\_\_\_\_