

# Parlons des troubles neurocognitifs



**Animatrice:** Diana Vincze, Pallium Canada

**Conférencière :** Claire Webster, PAC, CPCA

**Date:** 20 février 2025

# Reconnaissance du territoire

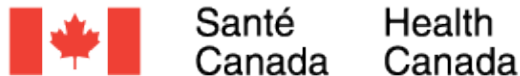


# Le projet ECHO en soins palliatifs

Le projet ECHO en soins palliatifs est une initiative nationale de cinq ans visant à cultiver des communautés de pratique et à établir un développement professionnel continu parmi les fournisseurs de soins de santé du Canada qui s'occupent de patients atteints d'une maladie limitant leur espérance de vie.

**Restez connecté: [www.echopalliatif.com](http://www.echopalliatif.com)**

Le projet ECHO en soins palliatifs est soutenu par une contribution financière de Santé Canada. Les opinions exprimées aux présentes ne représentent pas nécessairement celles de Santé Canada.



# Les fondements du LEAP

- Cours interprofessionnel qui porte sur les compétences essentielles pour offrir une approche de soins palliatifs.
- Enseigné par des experts locaux qui sont des cliniciens et éducateurs expérimentés en soins palliatifs.
- Livré en ligne ou en personne
- Idéal pour tout professionnel de la santé (p. ex. médecin, infirmière, pharmacien, travailleur social, etc.) dont le travail n'est pas principalement axé sur les soins palliatifs, mais qui prend en charge des patients atteints de maladies potentiellement mortelles et de maladies évolutives limitant l'espérance de vie.
- Accrédité par le CMFC et le Collège Royal.



Pour en savoir plus sur le cours et les sujets abordés veuillez visiter:

<https://www.pallium.ca/fr/course/fondements-du-leap/>

# Introductions

## Animatrice :

**Diana Vincze**

Gestionnaire du projet ECHO en soins palliatifs

## Conférencière :

**Claire Webster, PAC, CPCA**

Conseillère certifiée en soins pour l'Alzheimer (PAC)

Conseillère professionnelle certifiée pour les aînés (CPCA)

Fondatrice et ambassadrice, Programme de formation sur les troubles neurocognitifs de l'Université McGill

Fondatrice et présidente, Passage Aidant

# Déclaration de conflits

## **Pallium Canada**

- Organisme à but non-lucratif
- Génère des fonds pour soutenir les opérations et la R&D à partir des frais d'inscription au cours et des ventes du livre de poche palliatif.
- Partiellement financé par une contribution de Santé Canada.

## **Animatrice et Conférencière:**

- Diana Vincze : rien à divulguer.
- Claire Webster :  
Consultante sur l'expérience patient/proche aidant :  
Hoffmann La Roche Canada Ltd.  
Eisai Canada Inc.  
Eli Lilly Canada Inc.

# Bienvenu et rappels

- Vos micros sont en sourdine. Il y aura une période de questions et de discussion à la fin de la session.
- Utilisez la fonction de clavardage pour vous présenter ou si vous éprouvez des difficultés techniques.
- Vous pouvez utiliser la fonction Q et R pour poser des questions.
- Cette session est enregistrée et sera envoyée par courriel aux personnes inscrites.
- Rappel: ne divulguez pas d'informations personnelles sur la santé (IPS) pendant la session.

Parlons des troubles neurocognitifs



# Parlons des troubles neurocognitifs!

Comprendre et naviguer dans l'impact sur la personne et les proches aidants



Présenté par  
**CLAIRE WEBSTER**, PAC, CPCA  
20 février 2025



**McGill**



Programme de formation  
sur les troubles neurocognitifs



# Claire Webster

Conseillère certifiée en soins pour l'Alzheimer (PAC)

Conseillère professionnelle certifiée pour les aînés (CPCA)

Fondatrice et ambassadrice, Programme de formation sur les troubles neurocognitifs de l'Université McGill

Fondatrice et présidente, Passage Aidant

Membre, Comité consultatif ministériel sur la démence, Gouvernement du Canada

Membre, Comité directeur de l'Alliance des bailleurs de fonds de la recherche et de l'innovation sur la démence, Instituts de recherche en santé du Canada



**McGill**



Programme de formation  
sur les troubles neurocognitifs

# Les objectifs d'apprentissage

1. Donner un aperçu des signes et symptômes des troubles neurocognitifs : comment la maladie affecte la mémoire, le comportement, la personnalité ainsi que les activités de la vie quotidienne tout au long des stades initial, intermédiaire et avancé.
2. Expliquer l'impact émotionnel et physique de la prestation de soins pour une personne atteinte de troubles neurocognitifs sur les membres de la famille, comment identifier l'épuisement professionnel des soignants et fournir des stratégies pour minimiser le stress.
3. Reconnaître les limites des proches aidants lorsqu'il n'est plus possible de garder une personne atteinte de troubles neurocognitifs à la maison, et comprendre comment défendre les soins.
4. Donnez un aperçu des ressources éducatives gratuites offertes par le Programme de formation sur les troubles neurocognitifs de l'Université McGill.



McGill



Programme de formation  
sur les troubles neurocognitifs

# Une équipe multidisciplinaire tout au long du parcours des troubles neurocognitifs

- Médecin de famille
- Gériatre
- Neurologue
- Infirmière
- Physiothérapeute et ergothérapeute
- Travailleur social
- Psychologue/Psychiatre
- Dentiste
- Nutritionniste
- Autre (notaire, avocat, banquier, etc.)



McGill



Programme de formation  
sur les troubles neurocognitifs



« Je crois profondément que si j'avais été correctement informé du diagnostic de ma mère et si j'avais été informé que j'aurais besoin de soutien, j'aurais été un meilleur soignant auprès de ma mère. J'étais frustré et je ne comprenais pas son comportement. »

Claire Webster



McGill



Programme de formation  
sur les troubles neurocognitifs

## « *BONNE CHANCE Mme WEBSTER* »

La **PRESCRIPTION DE SOINS** qu'on nous a donnée en septembre 2006 après avoir annoncé qu'elle avait la maladie d'Alzheimer.



McGill



Programme de formation  
sur les troubles neurocognitifs



McGill



Programme de formation  
sur les troubles neurocognitifs

# Effet d'entraînement des troubles neurocognitifs majeurs



- Personne atteinte d'un trouble neurocognitif majeur
- Partenaire de soins
- Famille du partenaire de soins
- La carrière
- La vie sociale
- Les finances
- Le système de soins de la santé



McGill



Programme de formation  
sur les troubles neurocognitifs



# Défendre les intérêts de votre proche

Au fur et à mesure que la maladie évolue et que la personne atteinte de trouble neurocognitif perd sa capacité à communiquer et à se représenter, l'aidant devient sa voix afin de s'assurer qu'elle reçoive les meilleurs soins possibles.



McGill



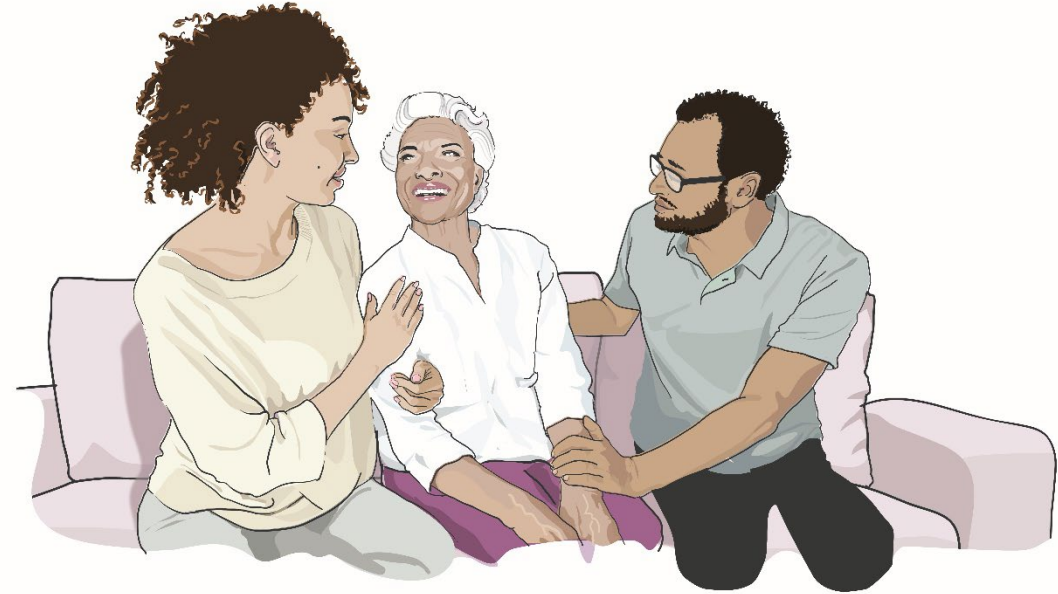
Programme de formation  
sur les troubles neurocognitifs

# Prodiguer des soins

**Prodiguer des soins** à une personne atteinte de troubles neurocognitifs

majeurs nécessite :

- Patience
- Créativité
- Empathie



La capacité de sortir de vos besoins personnels et de votre logique pour **comprendre pourquoi un certain comportement se produit**. Préparez-vous à ce que les choses ne se passent pas comme vous l'espérez.



**McGill**



Programme de formation  
sur les troubles neurocognitifs

# La connaissance est l'outil le plus puissant



Informez-vous sur la maladie, son évolution et toutes les ressources qui sont disponibles dans votre région pour vous aider.



McGill



Programme de formation  
sur les troubles neurocognitifs

# Demande de soutien à l'Université McGill

Je suis devenue une **ardente défenseuse** des soins pour les troubles neurocognitifs. J'ai suivi des formations et j'ai fait du bénévolat, partageant mon histoire et créant des liens avec d'autres proches aidants.

En 2017, j'ai rencontré le **Dr David Eidelman**, doyen de la Faculté de médecine et des sciences de la santé de l'Université McGill, et je lui ai demandé de m'aider à **changer le système de santé**.



McGill



Programme de formation  
sur les troubles neurocognitifs



McGill

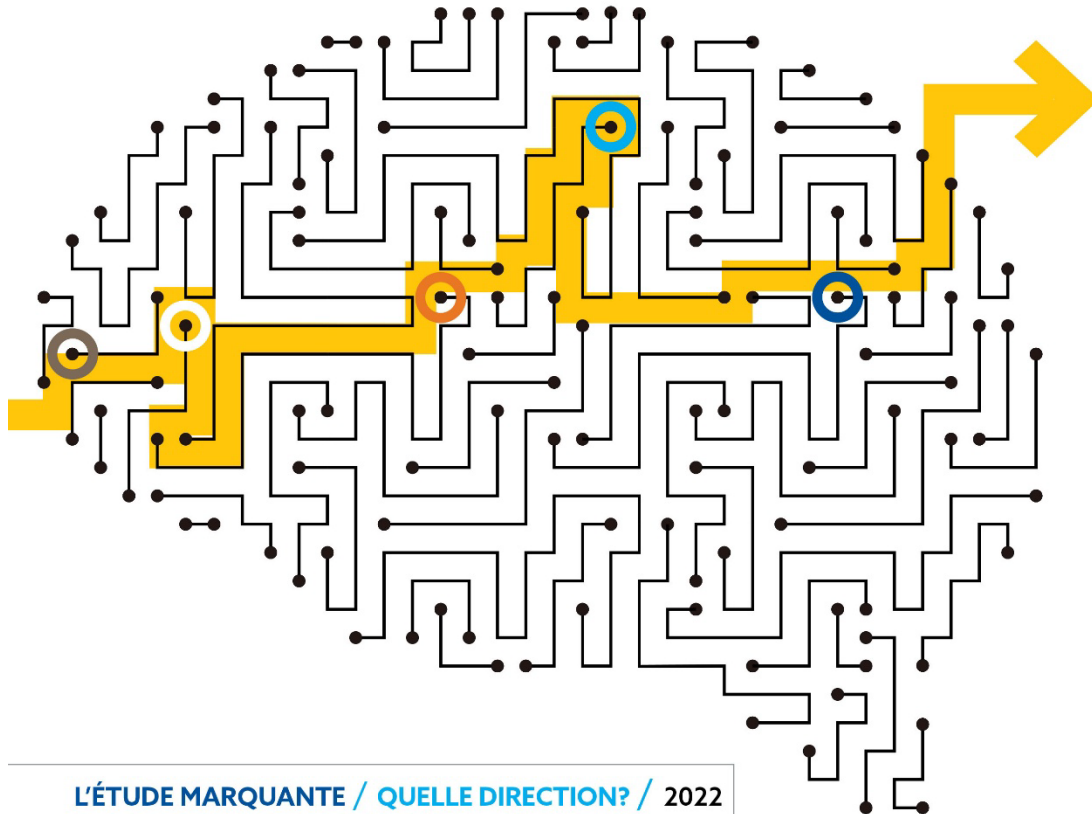


Programme de formation  
sur les troubles neurocognitifs

RAPPORT

1

## LES TROUBLES NEUROCOGNITIFS AU CANADA : QUELLE DIRECTION À L'AVENIR?

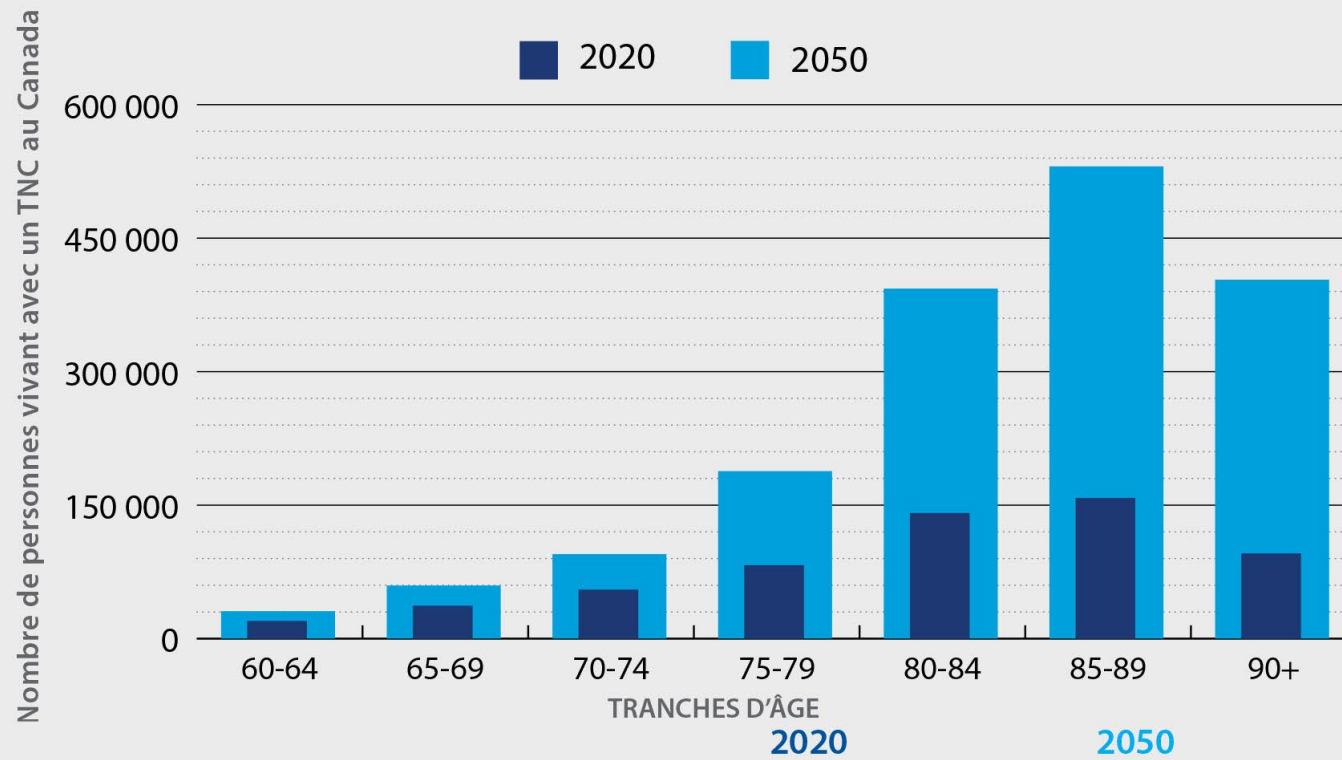


L'ÉTUDE MARQUANTE / QUELLE DIRECTION? / 2022

# LES TROUBLES NEUROCOGNITIFS AU CANADA : QUELLE DIRECTION?

D'ici 2050, 1,7 million de  
Canadiens et Canadiennes  
vivront avec un trouble  
neurocognitif, soit près de  
trois fois plus qu'en 2020

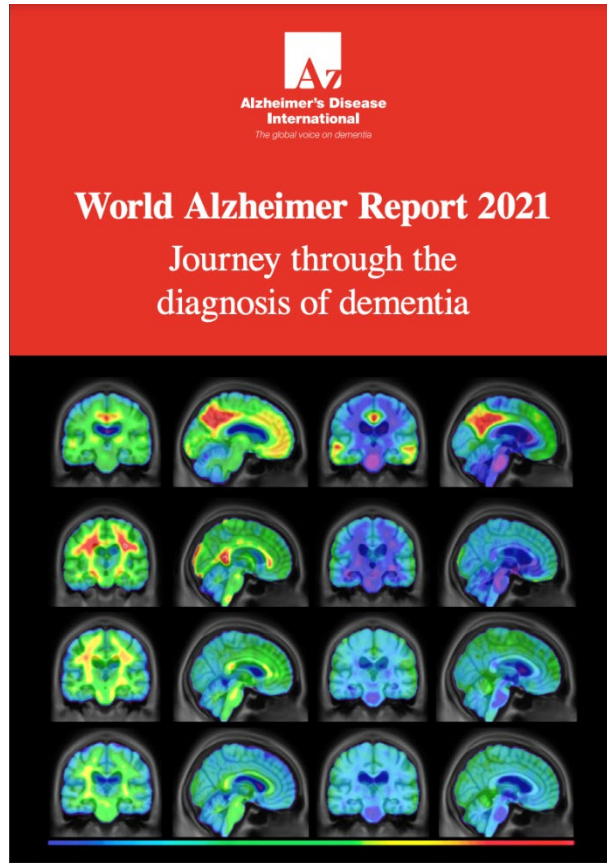
**Figure 2. Nombre de personnes vivant avec un trouble neurocognitif (TNC) au Canada par tranche d'âge, 2020 et 2050**



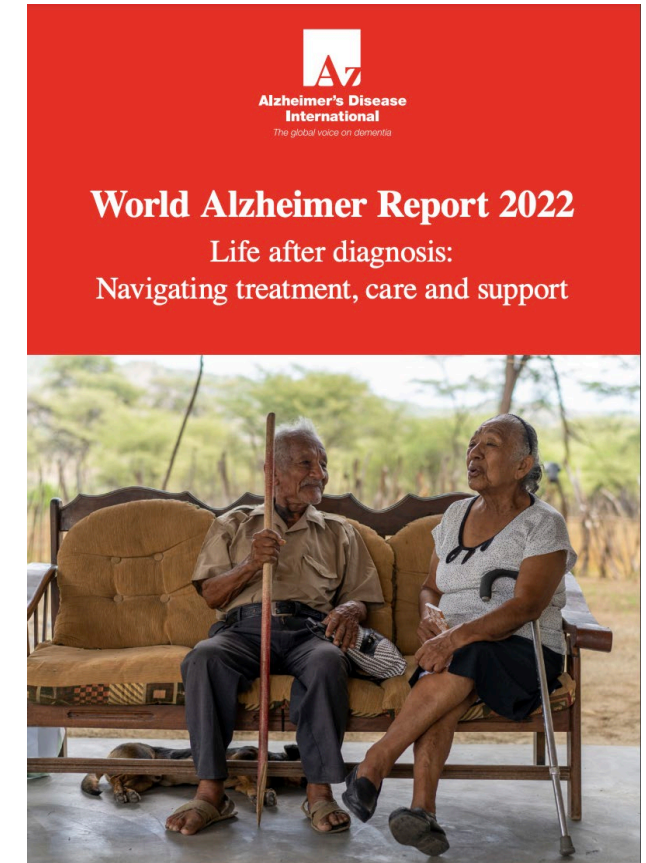
Nombre total de personnes vivant avec un TNC **597 300** **1 712 400**

*Remarque : Les personnes de moins de 60 ans peuvent également développer un TNC. Ce sujet sera abordé plus en détail dans le second rapport de l'Étude marquante.*

# Rapports mondial Alzheimer



L'Université McGill a été mandatée par Alzheimer's Disease International (ADI) pour produire les éditions 2021 et 2022 du Rapport mondial Alzheimer sur les sujets cruciaux et interdépendants que sont le diagnostic et le soutien post-diagnostic.



[www.alzint.org](http://www.alzint.org)



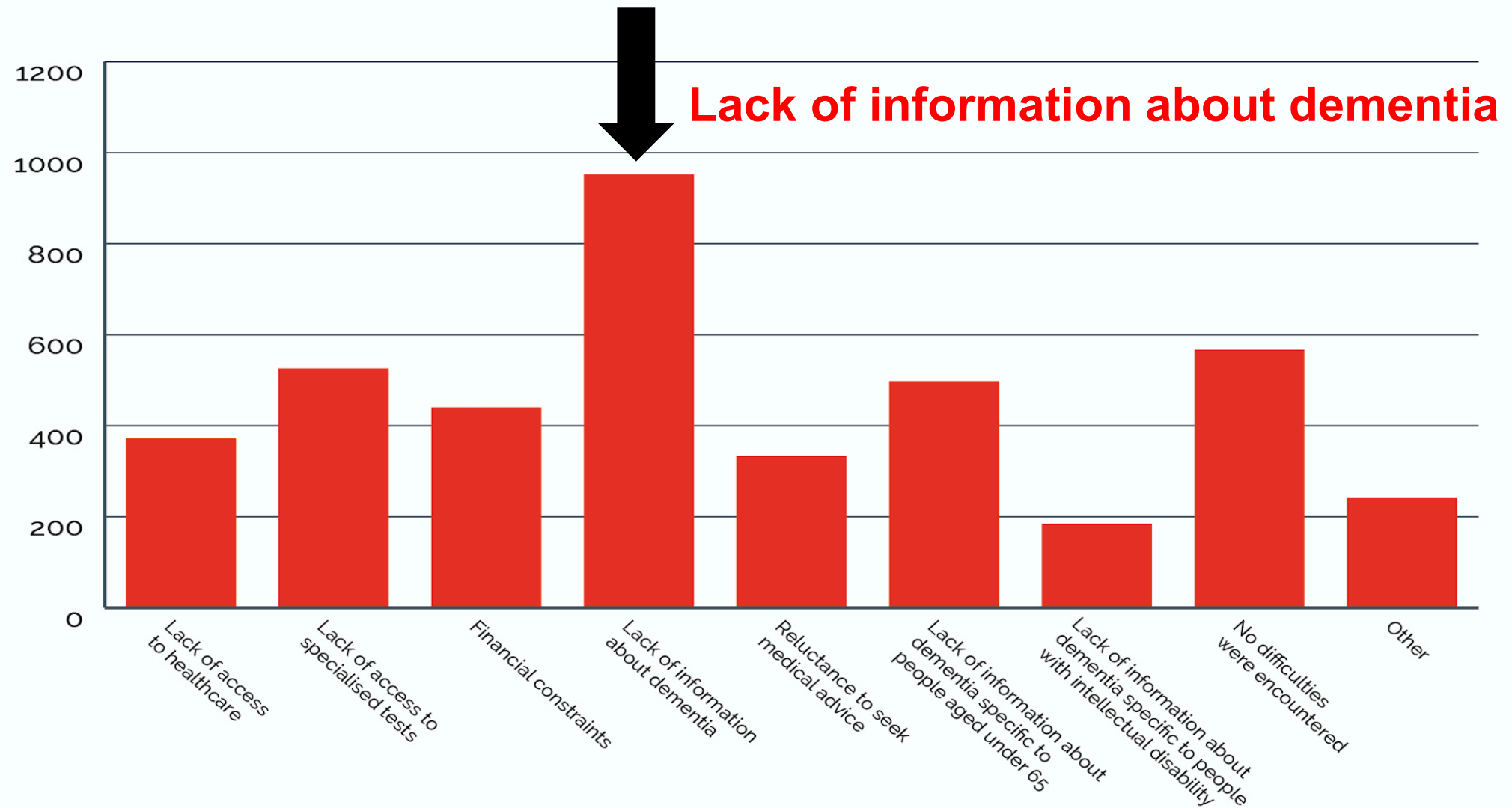
McGill



Programme de formation  
sur les troubles neurocognitifs



# What difficulties were encountered as part of receiving the diagnosis of dementia?



Based on 2021-2022 survey results from carers.



McGill



Programme de formation sur les troubles neurocognitifs

Basé sur les informations des Rapports mondiaux Alzheimer 2021-2022

## Lacunes dans l'éducation des personnes vivant avec les troubles neurocognitifs et de leurs proches aidants

- Signes et symptômes des troubles neurocognitifs
- Importance de rechercher un diagnostic pour garantir la meilleure qualité de vie et de meilleurs soins, ainsi que d'exiger un diagnostic pour mettre en œuvre les futurs souhaits financiers, juridiques et de planification préalable des soins
- Le cheminement pour recevoir un diagnostic
- Gérer les comportements difficiles/réactifs à l'aide d'approches non pharmacologiques.
- Les préoccupations de sécurité
- Connaissance et accès aux services de soutien des organismes communautaires et des agences gouvernementales
- Reconnaissance par les proches aidants de leurs propres limites et de leur capacité à faire face à des sentiments accablants de culpabilité, de colère et de chagrin anticipé



McGill



Programme de formation  
sur les troubles neurocognitifs

# Démence

Le terme « **démence** » ne fait pas référence à une maladie spécifique. Il s'agit plutôt d'un terme général désignant un ensemble de symptômes provoqués par des troubles affectant le cerveau.



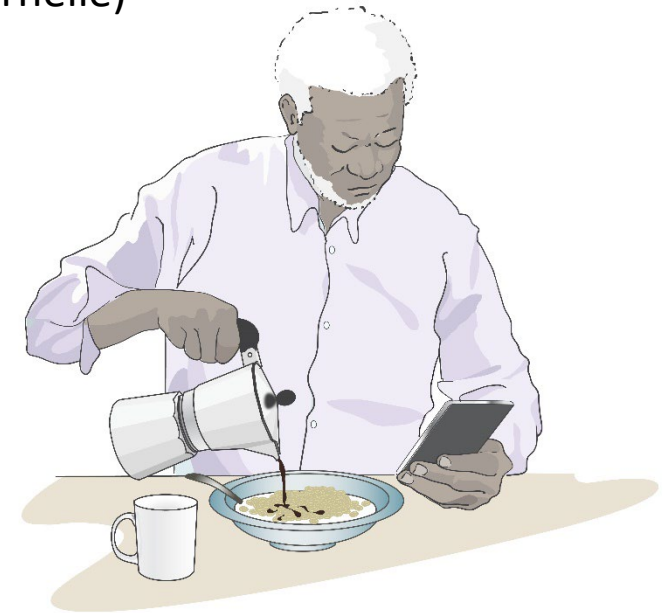
**McGill**



Programme de formation  
sur les troubles neurocognitifs

# Quelques signes avant-coureurs de troubles neurocognitifs... selon mon expérience personnelle avec ma mère

- Changements de personnalité/comportement (manque de filtre, fluctuations émotionnelles, manque de compétences sociales, insensibilité, etc.)
- Croire ou voir des choses qui ne sont pas vraies (théories du complot et hallucinations)
- Lutte avec le vocabulaire et formation de phrases (revenir à la langue maternelle)
- Thésaurisation excessive
- Changements de vision et de mobilité
- Facilement distrait et difficulté à suivre les conversations
- Oubli et confusion – objets et personnes
- Perte de pensée logique = incapable de gérer ses finances
- Changements importants dans l'écriture manuscrite
- Difficulté avec les activités de la vie quotidienne (préparer des recettes)
- Discours ou actions répétitifs





McGill



Programme de formation  
sur les troubles neurocognitifs



**McGill**



Programme de formation  
sur les troubles neurocognitifs



McGill



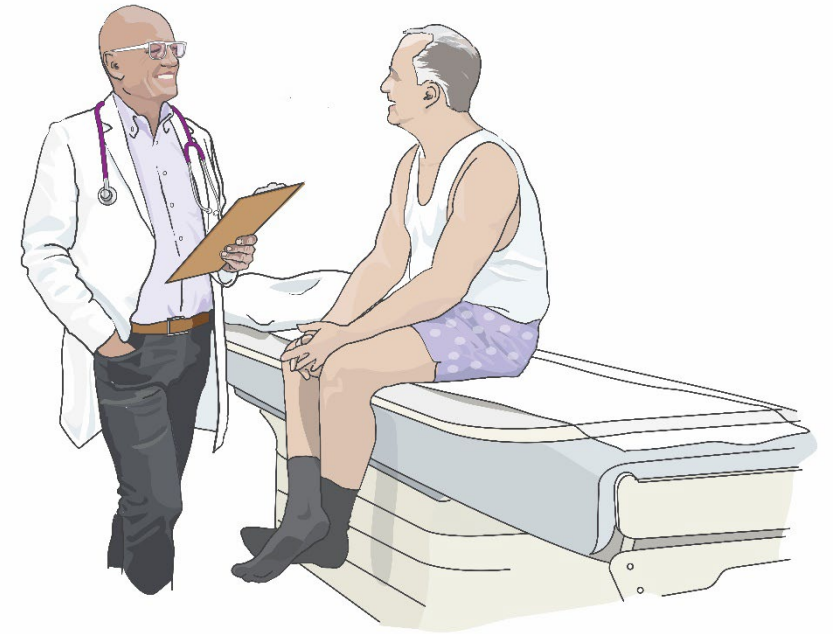
Programme de formation  
sur les troubles neurocognitifs





# Arrivez préparé à votre premier rendez-vous chez le médecin

- Antécédents médicaux
- Liste des médicaments
- Liste de toutes les aides audios, visuelles et physiques
- Liste des symptômes et des préoccupations  
**cette liste devrait idéalement être envoyée avant le rendez-vous.**
- Demandez des explications claires sur les prochaines étapes
- Posez des questions sur les risques liés à la conduite
- Informez-vous sur la maladie et les ressources



# Soutenir les patients et les partenaires de soins après un diagnostic de trouble neurocognitif majeur

## SOUTIEN

- Comprendre la maladie
- Options de traitement
- Ressources disponibles pour soutenir le patient et le proche aidant
- Essais cliniques et opportunités de recherche
- Sécurité sur la route et à la maison
- Plan juridique et financier (mandat)
- Soins de fin de vie



# Parcours de prestation de soins après le diagnostic de trouble neurocognitif majeur

## DÉFIS

- Anosognosie
- Manque d'éducation sur la démence
- Défis de communication
- Changements de comportement
- Impact émotionnel
- Stress financier
- Isolement



McGill



Programme de formation  
sur les troubles neurocognitifs

# Anosognosie

un manque de conscience de leur état ; ils peuvent paraître indifférents ou indifférents.



McGill



Programme de formation  
sur les troubles neurocognitifs



**McGill**



Programme de formation  
sur les troubles neurocognitifs

# L'agitation associée à la démence due à la maladie d'Alzheimer comprend des comportements dans trois domaines :

## Comportements verbalement agités

- Se plaindre
- Demande constante et injustifiée d'attention ou d'aide
- Phrases ou questions répétitives
- Négativisme

## Comportements physiquement non agressifs

- Faire les cent pas, errer sans but
- Agitation générale
- Tenue inappropriée ou déshabillage
- Essayer d'arriver à un endroit différent
- Gérer les choses de manière inappropriée
- Effectuer des gestes répétitifs

## Comportements agressifs

- Hurlement
- Mordant
- Frappe
- Coup de pied
- Se blesser ou blesser autrui
- Injures ou agression verbale
- Pousser
- Scratch
- Jeter des choses
- Cracher
- Arracher des choses/détruire des biens
- S'accrocher aux gens

Source: International Psychogeriatric Association

<https://www.ipa-online.org/>



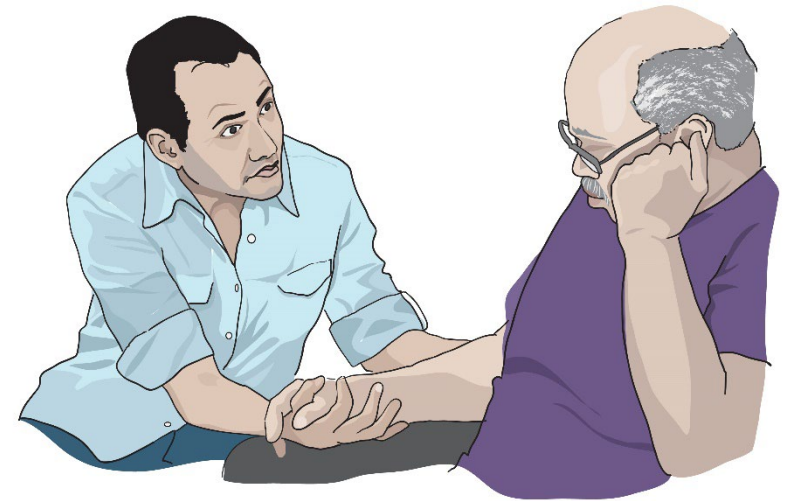
McGill



Programme de formation  
sur les troubles neurocognitifs

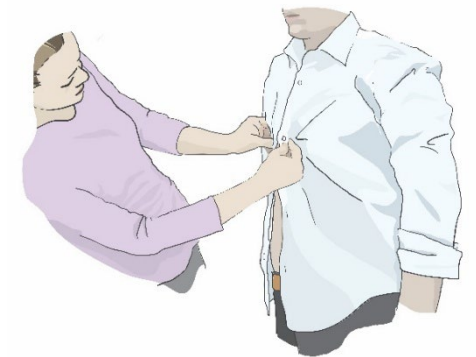
# Comprendre et gérer les comportements difficiles

- Connaissez-vous l'histoire de la vie de la personne? Leurs goûts et leurs dégoûts ?
- Quoi/pourquoi/quand cela se passe-t-il ?
- Choisissez vos batailles et « rejoignez leur voyage ». Si ce qu'ils font ou disent n'est pas nuisible, laissez-les faire.
- Lâchez ce qui était et évoluez/adaptez-vous à ce qui est.
- Embrassez-les et encouragez-les à continuer à faire tout ce qu'ils peuvent encore.
- Soyez un détective et non un juge. Y a-t-il des besoins physiques ou émotionnels non satisfaits ?
- Utilisez le « mensonge compatissant » afin d'éviter des réponses catastrophiques.
- Apprenez à utiliser des stratégies de communication de soutien.
- Partenaires de soins – quelle est votre humeur et votre énergie?



# Activités de la vie quotidienne assurées par les partenaires de soins familiaux sans aucune formation formelle

- Alimentation
- L'hygiène personnelle
- Habillage
- Transfers/mobilité
- Contrôle des intestins et de la vessie
- Déplacements



Plus la gestion des médicaments ainsi que d'autres besoins médicaux.





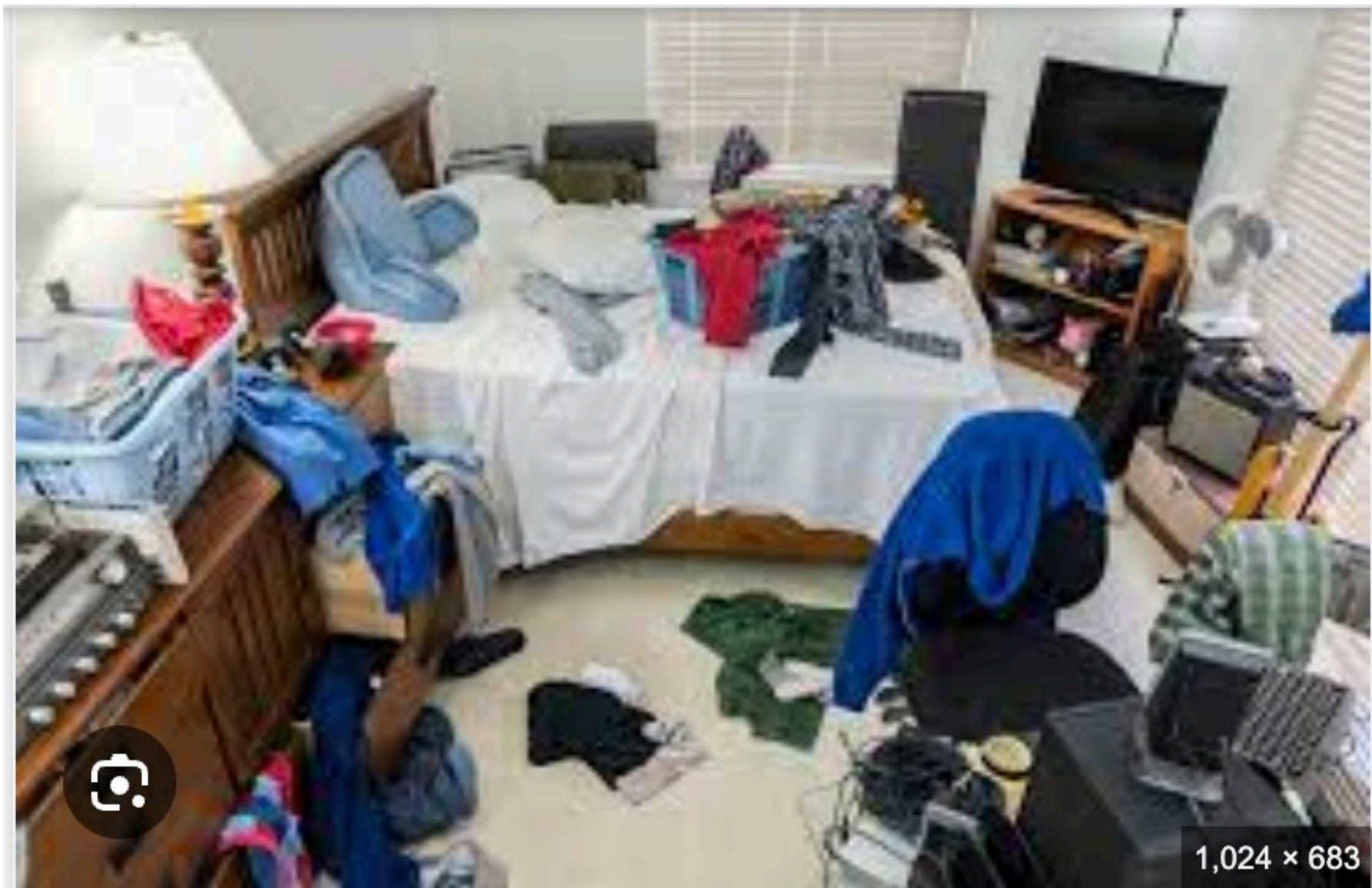
**Prévenir les chutes et les blessures**



McGill



Programme de formation  
sur les troubles neurocognitifs



McGill



Programme de formation  
sur les troubles neurocognitifs



McGill

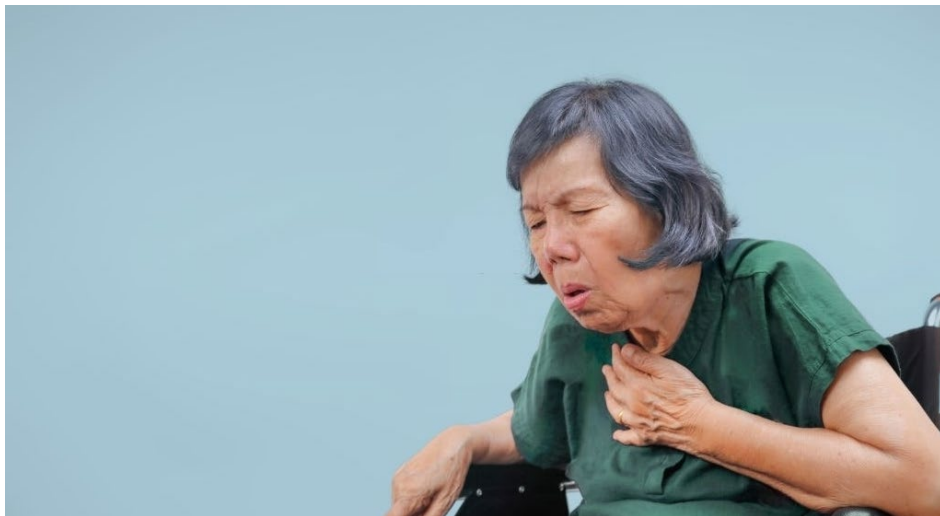


Programme de formation  
sur les troubles neurocognitifs

# L'impact des troubles neurocognitifs sur l'alimentation

## Défis physiques

- **Difficulté à mâcher et à avaler (dysphagie) :**  
À mesure que la démence progresse, certaines personnes peuvent avoir de la difficulté à mâcher ou à avaler, ce qui peut entraîner un étouffement ou une aspiration (aliments pénétrant dans les voies respiratoires).
- **Diminution de la motricité :** La motricité fine diminue, ce qui rend difficile l'utilisation d'ustensiles ou l'apport de nourriture à la bouche.



## Déficiences sensorielles

- **Changements dans le goût et l'odorat :** La capacité de goûter et de sentir peut diminuer, ce qui rend les aliments moins attrayants.
- **Déficiences visuelles :** La difficulté à voir peut rendre difficile l'identification des aliments dans l'assiette ou la navigation dans les ustensiles de cuisine.

## Problèmes nutritionnels

- **Perte de poids et malnutrition :** Ceux-ci sont communs en raison de la consommation alimentaire réduite, difficulté à manger, et les besoins énergétiques accrus de l'agitation physique ou de l'errance.
- **Déshydratation :** Oublier de boire ou ne pas avoir soif peut entraîner une déshydratation, exacerbant les symptômes cognitifs et physiques.



McGill

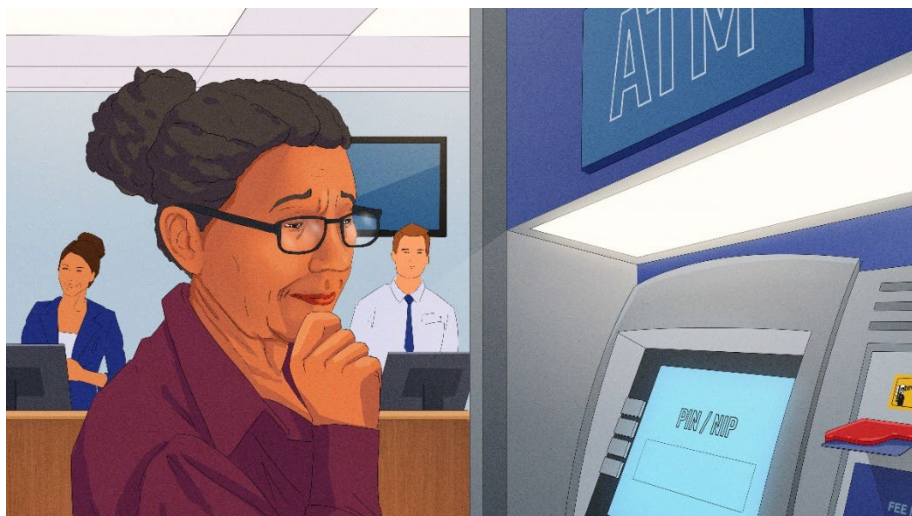
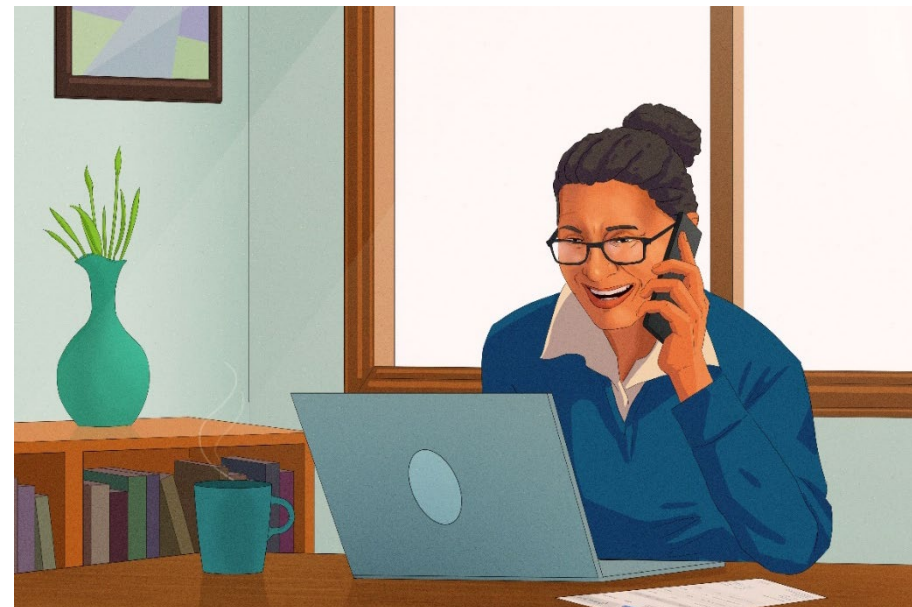


Programme de formation  
sur les troubles neurocognitifs

## Escrocs

La technologie a assurément facilité certains aspects de notre vie, mais elle a aussi facilité la tâche des escrocs. Cela, parce que nos coordonnées sont facilement accessibles par n'importe qui dans le monde. C'est comme si on franchissait la porte de votre maison sans y être invité. Vous pouvez être contacté par téléphone, par message texte, par courriel ou par courrier.

En tant que personne atteinte de démence, et avec le soutien de vos partenaires de soins, vous pouvez prendre des mesures pour éviter d'en être victime.



McGill



Programme de formation  
sur les troubles neurocognitifs

## Mettre les freins sur la conduite

Lire les panneaux de signalisation, anticiper les feux de signalisation, garder un pied ferme sur l'accélérateur ou la pédale de frein et être attentif aux autres voitures, aux piétons et aux cyclistes – voilà bien des détails qui font que conduire demande de l'attention et de bons réflexes. La démence affecte ces aptitudes, car la mémoire, la perception de la profondeur et la vitesse de réaction tant physique que psychologique peuvent être altérées ou ralenties.



McGill



Programme de formation  
sur les troubles neurocognitifs

# Errance

Une personne peut faire de l'errance dans la maison et aux alentours, mais elle peut aussi s'en éloigner. L'errance est une réalité dangereuse qui peut compromettre la sécurité d'une personne atteinte de démence.

Bien qu'elle se manifeste le plus souvent à un stade avancé de la maladie, l'errance peut survenir à tout moment. Il s'agit souvent d'un indicateur du déclin de votre capacité à bien discerner le temps, les visages ou les lieux familiers.



## Localisateurs GPS

Si vous deviez vous égarer, ces dispositifs alerteront votre famille et lui indiqueront où vous vous trouvez. Si vous et vos partenaires de soins acceptez d'utiliser ce type de dispositif, cela pourrait grandement renforcer votre indépendance tout en réduisant leur stress et leur anxiété lorsque vous sortez vous balader.



**Il est fortement recommandé de vous inscrire au programme MedicAlert® Sécu-Retour<sup>MP</sup>.** Un partenariat entre la Fondation canadienne MedicAlert et la Société Alzheimer du Canada a permis de créer un bracelet MedicAlert unique sur lequel figure votre problème de santé et le numéro d'une ligne d'urgence accessible en tout temps. Quand on appelle le numéro d'urgence, les intervenants de première ligne ou la police peuvent accéder à votre dossier médical complet et aux coordonnées de la personne à contacter en cas d'urgence.



McGill



Programme de formation  
sur les troubles neurocognitifs



# L'impact d'un diagnostic de troubles neurocognitifs sur les familles

1. **Fatigue émotionnelle** : les membres de la famille éprouvent souvent du chagrin, de la tristesse, de la colère, de la culpabilité et de la confusion tandis qu'ils s'adaptent au diagnostic.
2. **Inversion des rôles** : les enfants adultes se retrouvent à assumer des responsabilités parentales, ce qui peut sembler anormal et stressant.
3. **Stress financier** : le coût des soins et des médicaments ainsi que la perte potentielle de revenus peuvent devenir un fardeau pour la famille.
4. **Changement dans la dynamique familiale** : les rôles décisionnels peuvent changer, au risque d'engendrer des tensions ou des désaccords.
5. **Augmentation du stress** : les besoins constants en matière de soins peuvent épuiser les membres de la famille sur le plan physique et émotionnel.



McGill



Programme de formation  
sur les troubles neurocognitifs

# Pourquoi suis-je si en colère ?

- Comment cela a-t-il pu arriver à mon...?
- Comment cela a-t-il pu m'arriver à MOI?
- Nos projets d'avenir sont interrompus.
- Je n'ai ni la patience ni l'énergie pour cela?
- POURQUOI AGISSENT-ILS AINSI?
- Comment pourrions-nous payer les soins?
- Qu'en est-il de MA vie ?
- Je ne supporte plus mon... et je dois maintenant m'occuper de... !



McGill



Programme de formation  
sur les troubles neurocognitifs

# Émotions et mécanismes d'adaptation courants chez les proches aidants

- Déni
- Culpabilité
- Deuil anticipé
- Isolement
- Colère
- Honte

**VOUS N'ÊTES PAS SEUL!**



**McGill**



Programme de formation  
sur les troubles neurocognitifs

Acceptez et évitez le déni...

Laissez tomber la personne qui était auparavant et embrassez tout ce qu'elle peut encore faire.

*«Merci beaucoup, mais je n'en suis pas encore là.»*



McGill



Programme de formation  
sur les troubles neurocognitifs

**Identifiez et acceptez autant de soutien  
que possible afin d'éviter l'épuisement  
du proche aidant...**



**«L'effet d'ancrage»**



**McGill**



Programme de formation  
sur les troubles neurocognitifs

# Naviguer

- Comprendre le rôle du CLSC en matière de services de soutien à domicile et de transition vers un CHSLD.
- Des recherches appropriées sont recommandées si vous envisagez une transition vers une résidence privée ou l'embauche d'une agence privée de soins à domicile afin de garantir que le personnel est formé aux soins des troubles neurocognitifs.

**IL EST IMPÉRATIF DE COMMENCER LA RECHERCHE D'INFORMATION LE PLUS TÔT POSSIBLE - GARDEZ UNE AVANCE SUR LA MALADIE !**



**McGill**



Programme de formation  
sur les troubles neurocognitifs

# Prévoyez l'avenir :

- Santé et soins personnels
- Conditions de vie – faites vos recherches et commencez tôt !
- Finances
- Planification juridique et successorale
- « L'importance d'un mandat »



# Éléments à prendre en compte pour planifier une transition vers une aide à domicile ou un déménagement dans un établissement de soins

- La capacité du partenaire de soins à fournir des soins appropriés
- Gestion des activités de base de la vie quotidienne : transfert, bain, levage, habillage et déshabillage, toilette, alimentation et déplacement dans les escaliers.
- Gestion des comportements : coucher du soleil, confusion, errance, agression physique et verbale, hallucinations, paranoïa, etc.
- Santé physique et mentale du partenaire de soins





# L'importance de s'occuper de soi

- Entourez-vous de gens et d'engagements qui apportent de l'énergie positive et de la valeur à votre vie... autant que possible, fixez des limites avec les personnes et les projets qui provoquent des «émotions négatives»... Si ça ne fait pas de bien, ne le faites pas.
- N'ayez pas peur de dire « non », arrêtez de vous sentir « coupable » et cessez de vous « excuser »!



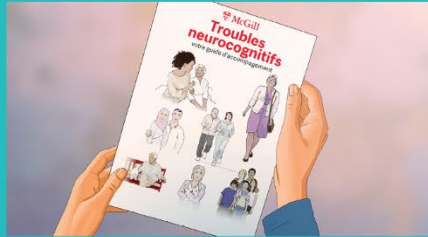
McGill



Programme de formation  
sur les troubles neurocognitifs



[www.mcgill.ca/dementia/fr](http://www.mcgill.ca/dementia/fr)



### Troubles neurocognitifs, votre guide d'accompagnement

Téléchargez notre guide éducatif gratuit, désormais disponible en 14 langues!

*Anglais, français, espagnol, italien, grec, portugais, russe, ukrainien, polonais, tagalog, punjabi, arabe, mandarin et cantonais.*



### McGill à vos côtés

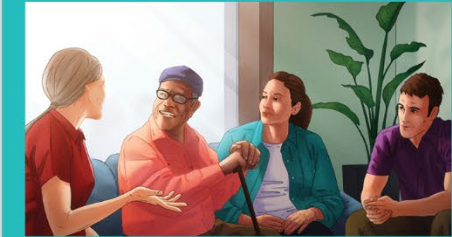
Regardez notre série de webémissions gratuites comprenant des entretiens avec des experts de premier plan qui explorent des sujets liés à la prise en charge d'une personne atteinte de troubles neurocognitifs.

*Plus de 110 épisodes disponibles sur YouTube. Aussi offerts en baladodiffusion.*



### Rapports mondiaux Alzheimer

Lisez les rapports 2021 et 2022 sur le diagnostic et le traitement post-diagnostique, les soins et le soutien aux personnes vivant avec la maladie d'Alzheimer dans le monde. Ces rapports ont été rédigés par d'éminents experts de notre programme.



### Forums et groupes de soutien virtuel

Salon des échanges  
Échanges aidants

Communauté des jeunes aidants

Joignez-vous à nos espaces en ligne sécurisés, où les partenaires de soins peuvent apprendre auprès d'experts, échanger sur leurs inquiétudes et poser des questions.



### Conférences publiques

Réservez une conférence!

Nous faisons équipe avec des organismes de proximité et des entreprises privées pour proposer des conférences de sensibilisation et d'information de base sur la maladie d'Alzheimer et les autres formes de troubles neurocognitifs.



### Ressources dignes de confiance

Visitez notre site web pour consulter toutes nos ressources gratuites!

Vous trouverez également des liens fiables vers des services, des organismes et des ressources externes qui soutiennent les personnes atteintes de troubles neurocognitifs et leurs partenaires de soins.



### Vidéos et livret d'activités sur les troubles neurocognitifs

Téléchargez gratuitement notre boîte à outils virtuelle et visionnez nos capsules vidéo!

Accédez à plus de 40 activités récréatives conçues pour faire participer une personne atteinte de troubles neurocognitifs, et apprenez à adapter les activités aux besoins de la personne.



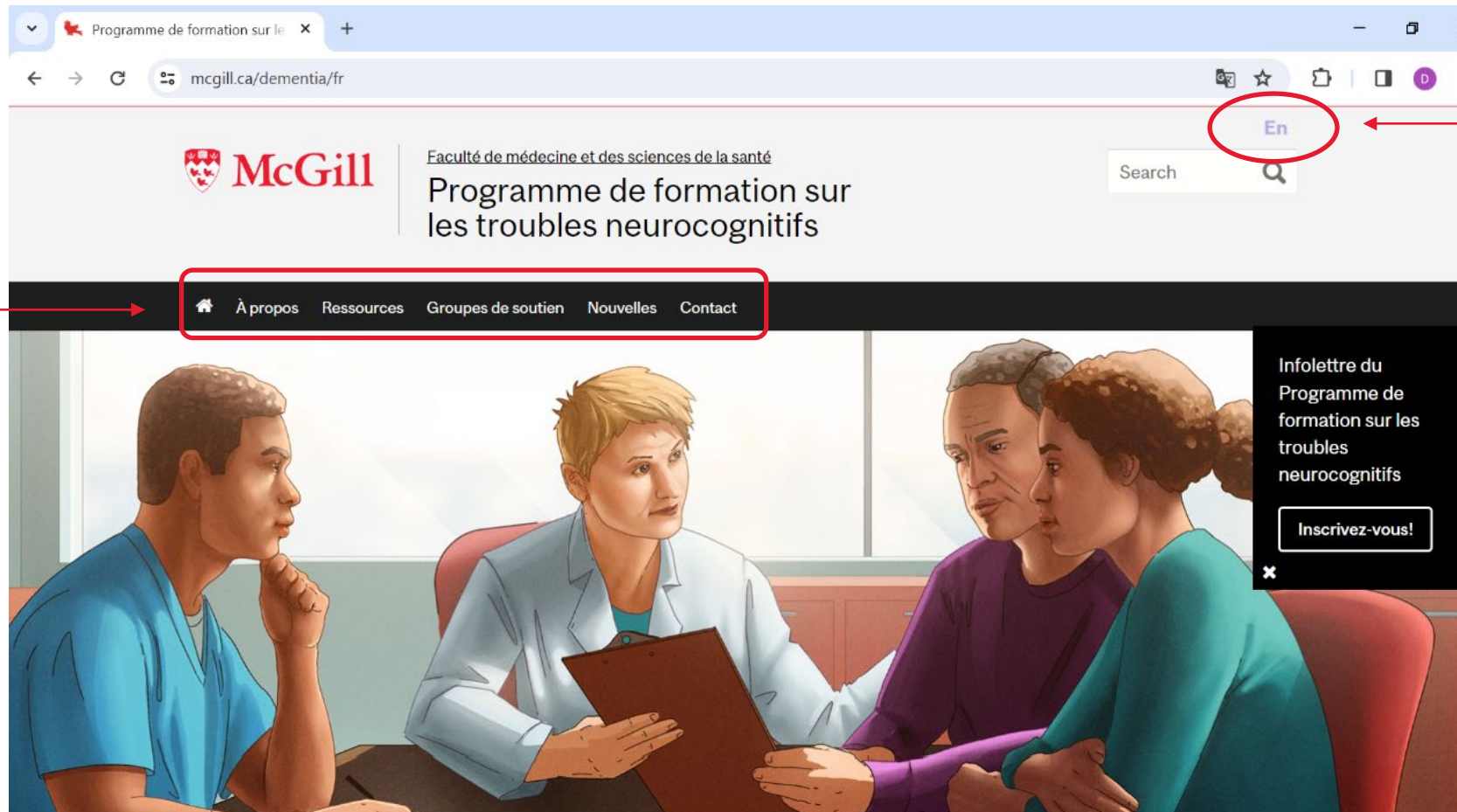
### Formation sur les troubles neurocognitifs pour les partenaires de soins - Nouveau programme en ligne

Inscrivez-vous à cette formation autonome gratuite!

Elle comprend 10 modules créés par des experts pour vous informer et vous soutenir tout au long de votre parcours de partenaire de soins d'une personne atteinte de troubles neurocognitifs.

# Toutes nos ressources se trouvent sur notre site web bilingue

[www.mcgill.ca/dementia/fr](http://www.mcgill.ca/dementia/fr)



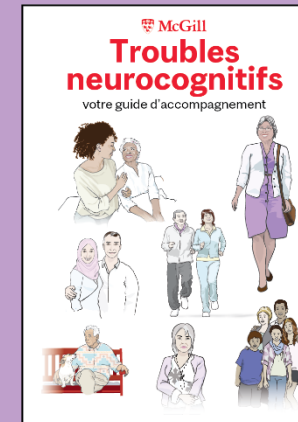
Cliquez ici pour basculer entre le site en anglais et en français.

Utilisez la barre de navigation pour accéder à nos ressources.

Inscrivez-vous ici pour recevoir notre infolettre.

# Troubles neurocognitifs, votre guide d'accompagnement

- Guide éducatif numérique gratuit, disponible en 14 langues : anglais, français, espagnol, mandarin, cantonais, italien, portugais, grec, pendjabi, polonais, ukrainien, russe, tagalog et arabe... avec d'autres langues actuellement en cours de traduction.
- Vous pouvez le télécharger gratuitement à l'adresse [www.mcgill.ca/dementia/fr](http://www.mcgill.ca/dementia/fr) ou acheter un exemplaire imprimé au coût de 20 \$. L'intégralité des recettes est destinée à soutenir le Programme de formation sur les troubles neurocognitifs.



Un guide éducatif gratuit pour les personnes atteintes de troubles neurocognitifs et leurs partenaires de soins, disponible en plusieurs langues.



Téléchargez la version numérique :  
[www.mcgill.ca/dementia](http://www.mcgill.ca/dementia)

Merci à la Fondation Grace Dart de son soutien à la création de ce guide.

## Perdre la capacité d'accomplir les tâches quotidiennes

Vous pouvez constater que vous avez :

- Besoin d'aide pour accomplir des tâches comme manger ou aller aux toilettes;
- Besoin d'aide pour le ménage, la cuisine ou le jardinage;
- Besoin de notes et d'aide mémoire affichées dans la maison pour identifier les objets, comme les électroménagers, et savoir comment les utiliser;
- Besoin d'une canne ou d'un déambulateur pour vous aider à garder votre équilibre quand vous marchez.



## Les problèmes de pensée abstraite s'étendent à des problèmes plus élémentaires

Vous pourriez :

- Être de plus en plus frustré par votre incapacité à comprendre ou à gérer vos finances, comme le paiement des factures mensuelles;
- Être incapable d'organiser un événement annuel ou une fête d'anniversaire comme d'habitude parce qu'il y a trop de détails à régler;
- Vous regarder dans le miroir et ne pas vous reconnaître.

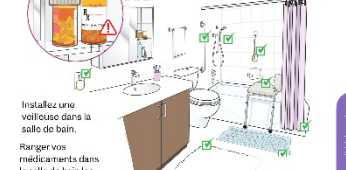
22

## Salle de bain

Installez des barres d'appui murales dans la baignoire et à côté de la toilette.

Achetez des brosses ou des éponges luffa à long manche pour atteindre les endroits difficiles d'accès.

Installez une douchette à main. Elle permet de se laver plus facilement et réduit les mouvements inutiles dans la baignoire. Vous pourrez ainsi choisir de vous laver assis ou debout.



Installez une veilleuse dans la salle de bain.

Ranger vos médicaments dans la salle de bain les expose à l'humidité. Ils sont préférables de les conserver dans une armoire de cuisine ou dans une table de chevet.

Assurez-vous d'avoir un niveau de douche lesté pour éviter que de l'eau s'accumule sur le sol.

Pensez à acheter un tabouret de bain de façon à vous asseoir confortablement pour vous laver.

Installez des autocollants ou des bandes antidérapantes au fond de la baignoire ou de la douche pour une meilleure adhérence lorsque vous vous tenez debout.

Utilisez un tapis de bain antidérapant pour éviter de tomber lorsque vous sortez de la baignoire ou que vous vous levez debout devant le mouble lavabo.

68

# Nouveau programme en ligne pour soutenir les partenaires de soins



- Ce programme en ligne a été conçu pour **former et soutenir** les gens tout au long de leur parcours de partenaires de soins d'une personne atteinte de démence.
- Le programme se compose de **dix modules en ligne** que le participant peut parcourir à son propre rythme
- Le contenu comprend des **conseils d'experts**, des **expériences partagées** par les participants et des **solutions** aux défis posés par le fait d'être partenaire de soins dans un contexte de démence.
- Ce programme est **gratuit et ouvert à tous**.
- Le cours est offert **en anglais et en français**.
- Bien que les renseignements fournis dans ce cours traitent de questions universelles qui s'appliquent à la plupart des partenaires de soins, il convient de noter que les données concernant le cadre juridique, les crédits d'impôt et les ressources en matière de santé et de services sociaux sont propres au Québec (Canada).

La plateforme en ligne a été développée en collaboration avec le Bureau Ed-TECH de McGill et avec le soutien financier de l'Agence de la santé publique du Canada, dans le but de sensibiliser le public à la démence et de promouvoir des communautés inclusives pour les personnes qui en sont atteintes.



McGill



Programme de formation  
sur les troubles neurocognitifs

# McGill à vos côtés



**McGill à vos côtés**  
*Webémissions en appui aux partenaires de soins*

 **McGill** |  Programme de formation sur les troubles neurocognitifs

 Engagement communautaire Amelia Saputo pour les soins de la démence

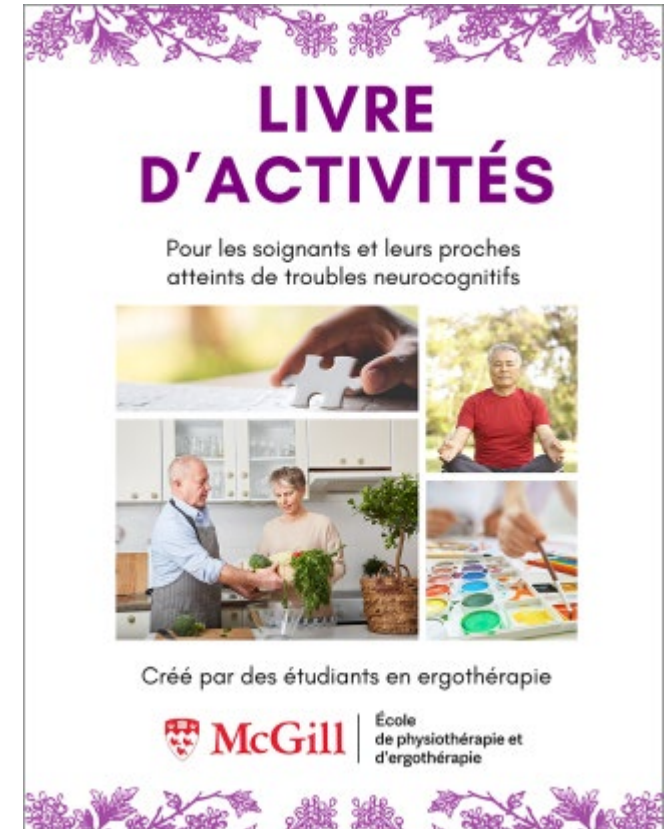
- Au cours de ces entretiens sans artifice de 30 minutes avec des experts de premier plan, Claire Webster explore des sujets liés à la prise en charge d'un proche atteint de démence.
- Nous avons plus de 110 enregistrements sur différents sujets sur notre site Web que vous pouvez consulter à votre convenance.

*Toutes les webémissions sont également disponibles sous forme de balados audio sur Spotify et PocketCasts.*

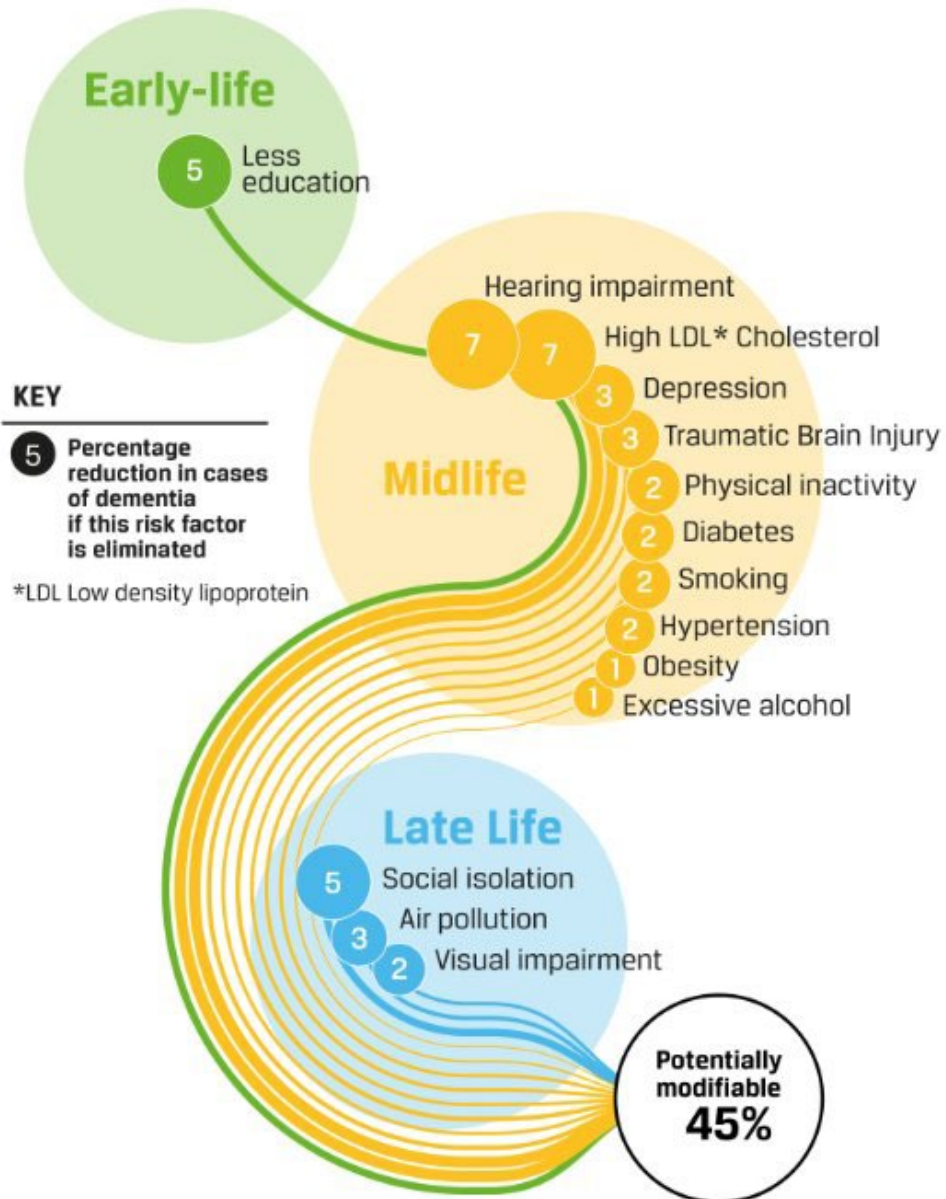
# Livret d'activités et capsules vidéo

A new video series to encourage people living with dementia to participate in meaningful activities

Une nouvelle série de vidéos pour encourager les personnes atteintes de troubles neurocognitifs à participer à des activités significatives



# Population attributable fraction of potentially modifiable risk factors for dementia



## Fraction attribuable à la population des facteurs de risque potentiellement modifiables de troubles neurocognitifs

### Efance

- 5 Faible niveau d'éducation

### Age intermédiaire

- 7 Déficience auditive
- 7 Taux élevé de cholestérol LDL
- 3 Dépression
- 3 Lésion cérébrale traumatique
- 2 Inactivité physique
- 2 Diabète
- 2 Tabagisme
- 2 Hypertension
- 1 Obésité
- 1 Consommation excessive d'alcool

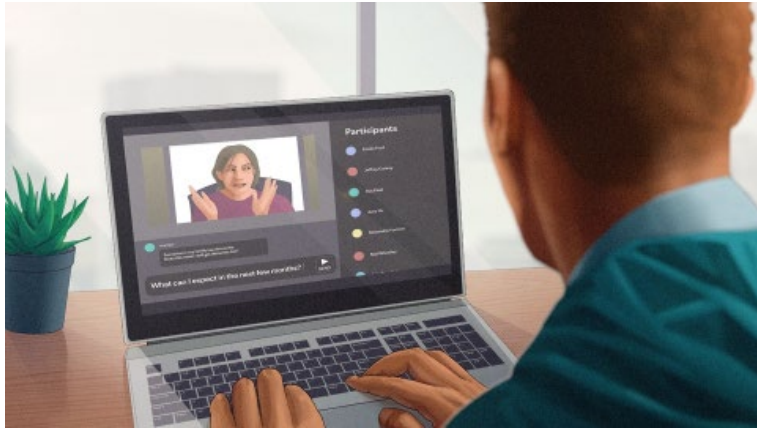
### Age avancé

- 5 Isolement social
- 3 Pollution atmosphérique
- 2 Déficience visuelle

Potentiellement modifiable 45 %



# Groupes de soutien en ligne

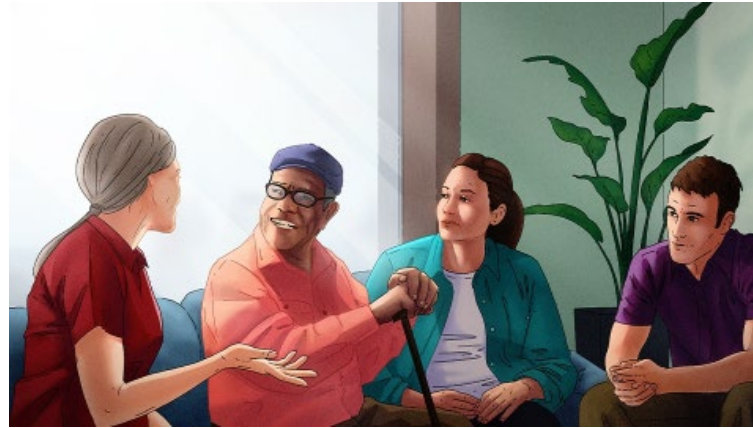


## Échanges aidants

Un forum en ligne où les partenaires de soins peuvent s'informer auprès d'experts, partager leurs inquiétudes et poser des questions.



Animés par **Lucy Barylak**, travailleuse sociale, et **Joanne Besner**, formatrice et coach professionnelle.



## Le Salon des échanges

Un espace en ligne sûr où les partenaires de soins peuvent échanger entre eux et partager leurs expériences.



## Communauté des jeunes proches aidants

Un espace de soutien pour les partenaires qui soutiennent une personne atteinte d'un trouble neurocognitif majeur à début précoce.



Programme de formation  
sur les troubles neurocognitifs

# Suivez-nous sur les réseaux sociaux



[facebook.com/McGillIDEP](https://facebook.com/McGillIDEP)



[twitter.com/mcgilldep](https://twitter.com/mcgilldep)



[www.instagram.com/mcgilldep/](https://www.instagram.com/mcgilldep/)

## Contactez-nous



[dementia@mcgill.ca](mailto:dementia@mcgill.ca)



Programme de formation  
sur les troubles neurocognitifs

Q et R

# Pour conclure

- Veuillez remplir notre sondage de retroaction, un lien a été ajouté dan le clarvardage.
- Un enregistrement de cette session sera envoyé par courriel aux inscrits dans la semaine qui suit.
- Merci pour votre participations!

# Merci



PAR  
Pallium Canada

Demeurer à l'affût:  
[www.echopalliative.com](http://www.echopalliative.com)