



Société Parkinson
Région de Québec

Année 4, n° 5

Mai 2006

Sommaire

Éditorial.....2

Des doigts de fée s'unissent2

La S.P.R.Q. en mouvement

L'orthophonie 3

Le défi à Thetford-Mines..... 3

Activités importantes..... 3

Groupe d'entraide 35-55..... 4

Des gestes pour aider 4

C'est bon à savoir.....4

Les conseils des pros

Que connaît-on des causes? 5

En ballade avec M^{le} Parkinson .. 5

Babillard SPRQ.....6

Détente de la SPRQ.....7

Comité du Journal:

- Sophie Brodeur
- Sophie Brousseau
- Denise Dumont
- Hélène Gagnon
- Jocelyne Gouge
- Richard Roy

La Voix du Parkinson est imprimée chez:

Graphica
impression inc.

2065, rue Jean-Talon Sud
Québec (Québec) G1N 2G1
418. 527.9222
www.graphica.qc.ca

LA VOIX DU PARKINSON

**Bulletin Spécial congrès à l'intérieur
(cahier détachable)**

Nous débarquons à Thetford-Mines!

par Sophie Brousseau, agente de liaison

Gens de Thetford-Mines et des alentours, nous voilà enfin dans votre région. Suite à plusieurs demandes et grâce à l'apport financier de la petite randonnée de Disraëli organisée par M. Benoît Bellavance et son comité, la SPRQ a mis sur pieds le nouveau groupe d'entraide Défi Parkinson de Thetford-Mines.

Le 1^{er} mars, jour de cette première séance d'information sur la maladie, près de 30 personnes ont eu le plaisir d'écouter Mme Lise Michaud, atteinte de la maladie de Parkinson, qui a su partager son expérience et dédramatiser certains symptômes de la maladie qui se vivent quotidiennement.



Buts du groupe d'entraide : favoriser les rencontres sociales, fournir du soutien et de l'encouragement, obtenir de l'information sur la maladie, partager des témoignages sur sa propre réalité.



La résidence Denis-Marcotte est située au 56, 9^e Rue Sud, à Thetford-Mines

Présentement, nous souhaitons mobiliser les parkinsonienNES de la région Chaudière Appalaches, afin d'offrir notre support, tant par des groupes d'entraide, des activités sociales que du support psychologique.

Si vous connaissez des parkinsonienNES dans cette région, propagez la bonne nouvelle et invitez-les à communiquer avec nous sans frais au 1-877-527-0075. Ainsi, nous aiderons le plus de gens possible!

N. B.: La rencontre du 7 juin est annulée. Nous reprendrons les rencontres du groupe d'entraide tous les premiers mercredis de chaque mois, dès septembre.

Rappel : ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ANNUELLE

Ne manquez pas votre assemblée générale annuelle

Mercredi le 31 mai 2006, à compter de 16 h 00,
Centre des Loisirs Petit Village,
2900, boul. Loiret, Québec (arrondissement Beauport)
OUVERT À TOUTES ET TOUS!

(bénévoles, sympathisants, membres et non-membres)

La S.P.R.Q., Éditorial du président, par Jean Robitaille

Un printemps chaud!

Au moment d'écrire ces lignes, notre congrès vient de se terminer. Encore une fois, la Société Parkinson Région de Québec se distingue par le dynamisme de ses membres et de ses employées. Cet évènement majeur pour la SPRQ lui donne une grande visibilité dans la région et de plus, les visiteurs s'informent et se sensibilisent à la cause du Parkinson.

L'arrivée des chauds rayons de soleil annonce l'assemblée générale d'ici quelques jours. Cette réunion annuelle, d'une grande importance pour les membres, permet de voir, dans le rapport annuel qui sera déposé à cette occasion, les gestes posés durant l'année et d'en faire un bilan.

Pendant ce temps, la Société Parkinson du Québec cherche à se positionner et à se hisser comme le leader du Parkinson au Québec. La SPQ est en pleine restructuration, avec une nouvelle équipe et de nouvelles idées, et propose à toutes les régions une politique commune de fonctionnement. Le principe du regroupement est appréciable pour l'avancement de la cause et pour la

reconnaissance de cette maladie tant au niveau gouvernemental que public.

Après études et discussions sur les ententes proposées, bien que nous soyons d'avis qu'il est souhaitable de préciser dans une entente les rôles, les liens et les règles de fonctionnement de nos organismes, notre conseil d'administration a adopté une résolution à l'effet qu'il est actuellement prématuré de conclure quelque entente que ce soit. Assumant notre responsabilité envers nos membres, et respectueux de nos engagements, nous pensons qu'une bonne collaboration entre partenaires est basée sur une confiance mutuelle et le respect des acquis qui ne peut se concevoir maintenant.

Depuis six ans, nous avons développé une autonomie qui nous est chère et qui nous donne une souplesse et une rapidité d'action qui nous rendent disponibles à nos membres. Par contre, si d'autres moyens nous permettent de répondre mieux à notre mission, nous sommes d'accord pour en discuter... Nous croyons qu'il est

possible de créer un forum de discussion qui permettra d'établir à la SPQ une structure administrative saine et compatible avec nos préoccupations régionales et nous souhaitons sincèrement voir la SPQ se repositionner pour ainsi mettre en place un organisme provincial fort et cohérent.

Il faut apprendre à se connaître pour se comprendre et il faut comprendre pour juger. Nous avons l'intention d'aborder le sujet à l'Assemblée Générale Annuelle, car il est important de connaître votre opinion, puisque vous êtes membres de la SPQ et que vous avez le droit et le devoir de vous exprimer d'une voix forte et unanime pour faire reconnaître les besoins des membres de la région de Québec.



Pensée du président :

« La franchise ne consiste pas à dire tout ce que l'on pense mais à penser tout ce que l'on dit. »

Des doigts de fée s'unissent pour nous aider

par Denise Dumont, agente de développement

Pour la 5^e année consécutive, le Cercle des Fermières de St-Ephrem de Beauce organisait une exposition pour permettre aux artisans et aux petites entreprises de la région de faire connaître leurs produits, mais surtout pour amasser des fonds pour un organisme d'action communautaire.



Le mercredi suivant, revenant du groupe d'entraide de Thetford-Mines, notre président était très fier d'aller recueillir les fruits de cette opération d'entraide. À sa gauche, Madame Angèle Nadeau, présidente du Cercle des Fermières.

Cette année, leur président d'honneur, l'abbé Émilien Marois, atteint de la maladie de Parkinson, a choisi de soutenir la SPRQ et c'est donc avec joie que Lise Michaud et moi sommes allées faire un saut dans la Beauce, le 28 avril dernier, pour rencontrer les gens de St-Ephrem et les informer sur la maladie de Parkinson et les services que nous offrons. Cette soirée toute spéciale inaugurerait l'exposition tenue durant toute la fin de semaine, où les visiteurs pouvaient contribuer à la cause en achetant des billets de tirage pour des œuvres artisanales et se procurer des articles promotionnels de la SPRQ, permettant au Cercle des Fermières de nous verser la jolie somme de 727 \$!

Depuis, l'abbé Marois et quelques bénévoles ont entrepris un processus de

recensement des personnes de cette région qui sont atteintes de la maladie de Parkinson et de leurs proches, pour leur faire connaître nos services et ainsi contribuer à leur mieux-être. Nul doute que cette opération de sensibilisation connaîtra aussi un franc succès! Merci à tout ce beau monde, sympathique et généreux!



Lise Michaud, l'abbé Marois et Denise Dumont

La S.P.R.Q. en mouvement; compte-rendu des activités

L'orthophonie : une ressource à solliciter pour le Parkinsonien

Compte-rendu de la conférence du 14 mars, présentée par Michèle Lavoie, orthophoniste à l'Hôtel-Dieu de Québec, par Jocelyne Gouge

La parole

La maladie de Parkinson modifie notre façon de parler. La voix s'affaiblit et devient monotone. Elle a tendance à s'éteindre et à devenir rauque, l'articulation devient imprécise, il y a des hésitations et répétition de syllabes. Par notre faciès figé (manque d'expression du visage), nous donnons l'impression de ne pas nous intéresser à la conversation. Les gens ont de la difficulté à nous comprendre, ils nous font souvent répéter, ce qui nous amène à l'isolement; on devient gêné de parler.

Vient un temps où il faut modifier ses habitudes ou faire appel à de l'aide extérieure pour compenser les difficultés. Informer, sensibiliser ses proches, consulter l'orthophoniste pour une rééducation à la parole adaptée à l'évolution de la maladie. Il est recommandé de consulter tôt, les ressources sont rares et il est souvent trop tard quand on y a accès.

La déglutition

S'alimenter devient aussi plus difficile. La nourriture demeure plus longtemps en bouche parce qu'on mastique plus lentement et qu'il est parfois difficile d'assembler les aliments pour les avaler. Parfois le larynx, qui amène l'air aux poumons, ne se ferme pas complètement, ce qui provoque les fausses routes alimentaires; la nourriture prend le

mauvais chemin et on s'étouffe. La plupart du temps, la nourriture se rend au pharynx, qui la mène à l'estomac. Une petite quantité de nourriture a cependant tendance à s'accumuler dans le pharynx. Lorsque la déglutition est mauvaise, nous mangeons en quantité insuffisante. Manger en public devient gênant. Nous mangeons de plus en plus lentement, les repas sont plus longs et deviennent une tâche plutôt qu'un plaisir.

Pour une meilleure déglutition, il est important de maintenir une hygiène buccale impeccable. Prendre ses repas dans la période où la médication est plus efficace permet de manger plus et mieux.

Voir Babillard en page 6 pour les ressources en orthophonie à Québec.

Pour éviter les étouffements:

Adopter une bonne posture;
Prendre de petites bouchées;
Éviter de parler et manger en même temps;
Avaler deux fois chaque bouchée;
Alterner une bouchée avec une gorgée;
Tousser volontairement quelques fois pendant le repas;
Adapter les aliments avec l'évolution de la maladie.



Pour améliorer la puissance de la toux, joindre les mains au niveau de la poitrine et les pousser l'une contre l'autre en toussant.

ACTIVITÉS IMPORTANTES

Groupes d'entraide Défi Parkinson

* Le 13 juin, pique-nique au
Domaine Maizerets,
2900, boul. Montmorency, 11h30.

*En cas de pluie se rendre au
2900, boul. Loiret à Beauport*

Assemblée Générale Annuelle

* Le 31 mai, à 16h00, au
2900, boul. Loiret, Beauport.

Dîner causerie

* Tous les derniers vendredis de
chaque mois, apportez votre lunch
et venez dîner avec nous au
5100, rue des Tournelles, bur. 130



Défi Parkinson de Thetford Mines par Sophie Brousseau

La maladie m'a guéri! Tel était le thème de la conférence du 5 avril de M. Guylain Mercier, atteint de la maladie de Crohn.

Jeune homme de 30 ans, il a reçu le diagnostic de la maladie de Crohn (maladie inflammatoire de l'intestin), en 1996.

À travers plusieurs épreuves, il a décidé un jour de prendre sa vie en main et d'amorcer une quête personnelle qui l'a conduit à une meilleure compréhension de lui-même, mais surtout à une autonomie toujours plus grande. Malgré les épreuves, il a su trouver l'amour et fonder une famille.

Aujourd'hui, fier de sa démarche, il a l'ardent désir d'aider les personnes vivant avec une maladie, à retrouver

le chemin de la sérénité et de l'équilibre.

Vous avez manqué la conférence de Monsieur Mercier? Joignez-vous au défi Parkinson de Beauport, le 12 septembre à 13h00.

Inscrivez cette date à votre agenda, c'est une conférence à ne pas manquer!

La S.P.R.Q. en mouvement; compte-rendu des activités

Groupe d'entraide 35-55 ans par Sophie Brousseau

La maladie de Parkinson ne fait pas de discrimination. Entre cinq et dix pour cent de tous les parkinsoniens ont été diagnostiqués avant l'âge de 50 ans.

Pour ceux et celles chez qui la maladie de Parkinson s'est manifestée à un jeune âge, la vie a soudain pris un visage totalement

différent. Ils doivent faire face à de nouvelles réalités et, avec l'aide de leur famille et de leurs amis, reprendre le contrôle de leur destin.

Afin de soutenir les parkinsoniens âgés de 55 ans et moins, la SPRQ a démarré un groupe d'entraide basé sur le soutien entre pairs, adapté à leurs besoins. *Dire ou ne pas dire son*

diagnostic, la médication, le couple, la vie sociale, la sexualité, la Régie des rentes, la vie familiale... que de questions qui méritent des réponses, d'où la raison d'être de ce tout

Prochaine rencontre
nouveau groupe.
Mercredi 7 juin, de 19h30 à 21h00,
au 5100, rue des Tournelles, bureau 130.

Des gestes pour aider par Denise Dumont

Nous sommes heureux de vous présenter Madame Marie-Ange Gauthier, 89 ans, atteinte de la maladie de Parkinson depuis quelques années. Elle a travaillé très fort cette année à fonder sa « micro-entreprise, filiale de la SPRQ ».

D'idéatrice à directrice, en passant par la fabrication et le marketing, sans oublier qu'elle a elle-même assuré la vente de son produit ainsi que le service après-vente, cette « entreprise » de décorations de Noël a réalisé des profits nets de 1411\$, qu'elle a entièrement versés à la SPRQ!

« Le diagnostic a été confirmé il y a environ deux ans. J'ai eu beaucoup de difficulté à l'accepter. Cette

nouvelle fut un choc pour moi. » souligne-t-elle. « Pour m'aider à mieux vivre avec cette maladie, ma famille, mes amies, une équipe de spécialistes me supportent physiquement et moralement. Médication, séances d'exercices physiques, visites, sorties, aide au quotidien et j'en passe, sont pour moi indispensables et fort appréciés. »

Malgré ses doigts raidis par la maladie, malgré sa marche difficile, malgré sa difficulté à écrire et à parler, elle a courageusement mené son projet à terme.

« La maladie de Parkinson peut se manifester dès la trentaine. Je souhaite de tout cœur que mes

enfants, mes petits-enfants et mes arrière-petits-enfants en soient épargnés. C'est pour cette raison que j'ai pensé faire quelque chose pour aider... »



C'est avec beaucoup d'émotion que Jean Robitaille, président du C. A. de la SPRQ et moi-même sommes allés rencontrer cette femme chaleureuse pour la remercier de sa contribution exceptionnelle.

C'est bon à savoir par Hélène Gagnon

Je pensais que plus on recevait d'information sur la maladie de Parkinson mieux c'était, mais je me suis rendu compte que ce n'était pas le cas pour tout le monde.

Il y a des personnes qui sont diagnostiquées depuis peu de temps et lorsqu'elles viennent aux conférences du Défi Parkinson, peu importe le sujet que l'on traite, elles sont sûres qu'elles auront ces symptômes un jour ou l'autre. Il ne faut quand même pas exagérer!

Je suis atteinte de la maladie et ça me désole de voir ces personnes qui paniquent. Ce n'est pas parce qu'une personne a de la difficulté à articuler et que nous avons de la difficulté à comprendre ce qu'elle dit que vous allez avoir le même problème dans dix ans. Vous ne l'avez pas connue

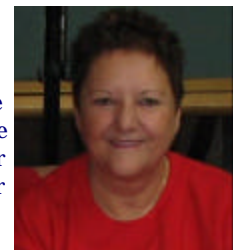
avant, peut-être qu'elle a toujours été comme ça. Un bon nombre vont avoir plus tard à se déplacer en fauteuil roulant tandis que plusieurs vont marcher jusqu'à la fin de leur vie.

Un jour, à la demande d'une femme dont le mari était atteint et qui avait besoin de parler à quelqu'un, je suis allée faire une visite d'amitié. Lorsque je suis arrivée chez les gens, l'homme était dans le lit, recroquevillé comme un fœtus, et se plaignait. En plus, il portait une couche que sa femme a dû changer pendant ma visite. Cette femme-là m'a tellement impressionnée par son courage et son amour pour son mari, qu'elle m'a donné la force de continuer à faire du bénévolat. Pas un instant, je ne me suis dit : « c'est ce qui m'attend. » D'ailleurs, on n'a

pas besoin d'être atteint de Parkinson pour en venir à porter des couches.

Je ne veux pas faire la moralisatrice, mais je pense que ces personnes qui ont peur de l'avenir devraient s'impliquer comme bénévoles. Elles verraient à quel point il y a des gens qui travaillent pour que la Société Parkinson Région de Québec reste en place et ce sont des gens atteints qui ne sont pas toujours en forme pour aller aux réunions. Ça, c'est un exemple à suivre.

Pour communiquer avec Hélène, veuillez envoyer votre courriel à information@sprq.ca. Nous le lui achèminerons avec plaisir.



Les conseils des pros de la S.P.R.Q

Que connaît-on des causes ?

par Mathieu Parent



La maladie de Parkinson n'est pas récente, on en trouvait déjà des descriptions dans d'anciens textes de médecine chinoise datant de 500 avant J.-C. Plus près de nous, elle fut définie pour la première fois en 1817, par le Dr James Parkinson, qui lui donna son nom.

Malgré toutes les années passées, la cause reste toujours inconnue. On sait par contre que le manque de dopamine, un des messagers chimique du cerveau, entraîne les principaux symptômes. En se basant sur ces connaissances, les médicaments actuellement utilisés visent à combler ce besoin en dopamine, afin de soulager les symptômes. Les dernières années ont amené des éléments de réponses, mais les causes exactes demeurent encore à être confirmées.

Les pesticides et les herbicides sont suspectés depuis longtemps. Les

personnes vivant en milieu rural, celles buvant de l'eau de puits et celles ayant été en contact direct avec des pesticides auraient en effet un risque plus élevé d'être atteintes de Parkinson. Par contre, aucun agent chimique n'a pu être clairement identifié et un nombre élevé de personnes atteintes n'a jamais eu de contact important avec ces agents chimiques. Comme autre facteur environnemental, on identifie certaines infections provoquées par des virus. Le virus n'en serait pas la cause, mais rendrait l'organisme plus vulnérable au développement de la maladie de Parkinson.

Depuis environ dix ans, on a mis en évidence l'aspect héréditaire du Parkinson. Une personne dont un parent est atteint a de 2 à 3 fois plus de risque d'être atteinte à son tour. Cependant, la génétique familiale n'explique pas la majorité des cas,

puisqu'elle est reliée uniquement à 15 % d'entre eux, une forte majorité de personnes n'ont donc pas d'histoire familiale. Il semblerait que l'hérédité ne cause pas directement la maladie de Parkinson, mais rende plus susceptible de la développer.

Ainsi, pour la grande majorité des personnes, la maladie de Parkinson n'est ni uniquement due à la génétique familiale ou à l'environnement seul, mais plutôt à la combinaison de ces différents facteurs. Il est certain que la compréhension des causes permettrait de progresser énormément dans la prévention et le traitement.

En ballade avec Mademoiselle Parkinson par Jocelyne Gouge

Le printemps est là qui nous invite à prendre la clé des champs. Que ce soit pour quelques heures ou quelques jours, il faut profiter des belles journées. On le sait, les personnes atteintes de Parkinson ont tendance à s'isoler et toutes les raisons sont bonnes pour ne pas sortir. Voyager en automobile peut être confortable et agréable si on prend quelques précautions avant de partir.

Comme on ne peut prévoir l'imprévisible, il est sage d'apporter ses médicaments pour au moins une journée supplémentaire, même si vous prévoyez rentrer la journée même; ayez votre médication pour le lendemain avec vous. Il est aussi très important de boire beaucoup pour éviter la déshydratation; une bouteille d'eau ne prend pas beaucoup de place et peut vous éviter des désagréments. Pour votre confort, portez des vêtements amples et légers et des chaussures

confortables. Si vous avez tendance à vous endormir, placez un petit coussin de voyage derrière votre nuque. Idéalement, vous devriez faire une pause de cinq à dix minutes à toutes les heures dans une halte routière, un parc ou n'importe quel lieu sécuritaire pour marcher, bouger, s'étirer, à plus forte raison si votre mobilité est réduite. Même les personnes qui se déplacent en fauteuil roulant bénéficient de ces arrêts. Le simple fait de sortir de la voiture, même si c'est pour vous rasseoir dans un autre siège et retourner à la voiture, permet à vos muscles de travailler un petit peu. Vous arriverez un peu plus tard à destination, mais vous serez en meilleure condition physique et moins fatigués. Si la température ne vous permet pas de prendre des pauses, faites des exercices dans la voiture. De légers mouvements des épaules, des poignets, de la tête et des pieds. Vous pouvez aussi soulever



légèrement les jambes, ouvrir et fermer les mains au rythme de la musique...

Une bonne habitude à prendre, et pas seulement quand on part en vacances, est d'avoir sur soi la liste de tous les médicaments que l'on consomme et les coordonnées de son généraliste ou de son neurologue. Si vous deviez être hospitalisé d'urgence, ces renseignements pourraient éviter bien des complications.

Bonnes vacances!

Babillard S.P.R.Q.

Nouveau! Site Internet

Grâce à Richard Miller, notre webmestre bénévole, la SPRQ a un tout nouveau site: www.sprq.ca. N'hésitez pas à le consulter et à aller clavarder dans la salle de « chat » ! Le site est mis à jour quotidiennement.

Devenez bénévoles sur le site de clavardage

Vous aimez clavarder? Vous avez envie d'échanger avec des gens qui partagent vos préoccupations? Nous désirons assurer une présence de personnes-ressources sur le site de « chat ». C'est un peu comme une « visite d'amitié » virtuelle. Communiquez avec Sophie Brousseau pour concilier vos disponibilités de clavardage à l'horaire de service. N'hésitez pas à vous inscrire, vous prendrez plaisir à aider les autres.

Ateliers de bricolage

Animé par Lise Michaud, nous planifions présentement un atelier de transfert d'images sur des boîtes à « napkin » (voir l'exemple à droite), à nos bureaux du 5100, rue des Tournelles, bureau 130. **L'activité est gratuite**, mais les participants pourront donner une contribution volontaire. La date sera déterminée selon la majorité de vos disponibilités. Pour informations et inscription, contactez Sophie Brousseau, au 527-0075.

Témoignage de l'artiste-peintre Lucille Robitaille

Dimanche, le 4 juin, nous vous invitons à un événement artistique à 2 volets:

10h00: Présentation d'un vidéo témoignage *Comme un oiseau*, au Campus de l'Université Laval, amphithéâtre La Laurentienne, salle 1334.

14h00: Vernissage des œuvres de Lucille Robitaille *Le geste libéré ou le mouvement du cœur*, à la galerie de la bibliothèque Chrystine-Brouillet, au 264, rue Racine à Loretteville. L'exposition se déroulera du 4 juin au 18 juin 2006.

Ressources en orthophonie à Québec

IRDPQ (Centre François-Charon): Lucie Brouillard, infirmière de liaison (529-9141). La demande doit être appuyée par un médecin ou un professionnel de la santé.

Hôpital Saint-François D'assise et Hôtel-Dieu de Québec pour les personnes hospitalisées.

Vacances SPRQ

Nos bureaux seront fermés pour la période estivale, du 1er juillet au 30 juillet. Le 31 juillet, nous vous reviendrons avec une programmation d'activités des plus intéressantes.



Voici un exemple de transfert d'image sur un coffret à « napkin » conçu par Lise Michaud.

Simple et original, pas besoin d'être un grand artiste pour faire ces petites merveilles qui épateront vos invités!



Vente
Location
Réparation

APPAREILS MÉDICAUX ET ORTHOPÉDIQUES

1451, boulevard Charest Ouest, Québec
centre.orthopedique@depanago.com
www.depanago.com

418-682-8300 Sans frais: 1-800-661-1195

AQUAérobic JAL®

Johanne Audy-Leblond
Maître formatrice internationale en aquathérapie
Le centre aquatique pour exercices thérapeutiques en eau chaude.



- Pour le traitement de l'arthrose, arthrite, fibromyalgie, ACV, maladie de Parkinson...
- Pour les personnes à mobilité réduite.
- Service personnalisé, privé ou en groupe.
- Aquamassage « Watsu »

(418) 872-4772 · aquajal@videotron.ca · www.aquaerobicjal.com

Bonne Fête des pères!



© www.moncoindjardin.ca

18 juin 2006

Détente de la S.P.R.Q

La recette de Suzette par Suzette Bergeron

Salade de riz et de thon à l'orientale

Temps de préparation: 5 minutes

Rendement: 2 ou 3 portions

Ingrédients :

500 ml (2 tasses) de riz basmati, cuit
 1 boîte (bte) de 170 g (6 oz) de thon pâle en morceaux, égoutté
 1/2 poivron vert, en dés
 1/2 poivron rouge, en dés
 1/3 de courgette, hachée
 3 oignons verts, émincés
 1 c. à soupe de coriandre, hachée finement

2 c. à soupe de vinaigre de riz
 1 c. à thé d'huile de sésame
 1 c. à thé de gingembre frais, râpé
 sel et poivre

Mélanger tous les ingrédients. Servir aussitôt ou conserver au réfrigérateur 24 heures



Recette signée Louise Gagnon

Témoignages d'espoir et de bonheur

L'année 2005 a été une année de chance pour moi et qui a changé ma vie, lorsqu'au mois d'avril j'ai décidé de suivre un protocole de recherche avec le Dre Emmanuelle Pourcher et sa gentille infirmière, Marie-Claude.

Depuis, ma santé s'est beaucoup améliorée; je n'ai plus de tremblement, ni de période « off » et je peux faire beaucoup plus de choses. Je demeure toujours à la phase 3 du Parkinson et j'ai repris du poids. Croyez-moi, ça vaut la peine de participer à de tels protocoles! »

Ma pensée du jour:

«Les amis sont des anges qui nous soulèvent quand nos ailes n'arrivent plus se rappeler comment voler»



Par Madame Dolorès Jean, St-Aimé-des-lacs, atteinte de la maladie de Parkinson et membre de la SPRQ



L'essentiel de l'humain est dans le cœur, avec sa capacité d'aimer, d'aider, de servir. Ça doit être ça, le code du bonheur. Même atteinte de Parkinson, j'ai encore le goût de vivre en vie, en me tenant debout.

Quand les espoirs de guérison s'évanouissent, la personne malade a besoin plus que jamais d'accompagnement et d'espérance. Puissions-nous trouver alors la main amicale qui nous soutiendra à cette étape ultime de nos vies. Certains rêvent leur vie, moi je voulais vivre mes rêves. Ma vie...nul ne la prend. C'est moi qui la donne.

Par Madame Évelyne Poulin, Thetford-Mines, atteinte de la maladie de Parkinson. Lisez son témoignage complet À cœur ouvert sur notre site www.sprq.ca



Société Parkinson
Région de Québec

Mis à jour quotidiennement!

	Accueil	Pour nous joindre	Liste d'envoi	Forum
La Société	Informez-vous sur l'organisme et son fonctionnement	Posez-nous vos questions directement		NOUVEAU!
Services	Trouvez de l'aide	Abonnez-vous à notre lettre de nouvelles		Forum de discussion
Ressources	Trouvez ce dont vous avez besoin			Clavardage
Documents	Lisez nos textes plus qu'intéressants			Livre d'Or

Naviguer sur www.sprq.ca c'est avoir toute l'information au bout des doigts!

La mission de la SPRQ:

Cœuvrer au bien-être des personnes atteintes de la maladie de Parkinson et à celui de leurs proches en leur fournissant soutien et information. Sensibiliser la population sur les conséquences de cette maladie et appuyer les activités qui contribuent à la recherche.

Ensemble! aujourd'hui, nous vainquons

Les services:

- Accueil et référence;
- Information et sensibilisation;
- Promotion et mise en place de groupes d'exercices;
- Groupes d'entraide Défi Parkinson;
- Visites d'amitié;
- Support psychologique et juridique;
- Activités sociales et éducatives.

Don pour l'appui des services dans la région de Québec

Voici mon don: \$ _____ *

J'effectue mon paiement par:

- Chèque (à l'ordre de la Société Parkinson Région de Québec)
- Visa
- Master Card

N° carte de crédit: _____

Date d'expiration: _____

Téléphone: _____

Signature: _____

*Un reçu pour usage fiscal sera émis pour les dons de \$20,00 et plus.



Société Parkinson
Région de Québec

5100, rue des Tournelles, bur. 130

Québec (Québec) G2J 1E4

Téléphone : 418 527-0075

Télécopie : 418 527-1410

Sans frais: 877 527-0075

Courriel : information@sprq.ca

Retrouvez-nous sur le web!

www.sprq.ca