CHRONIQUE COMMANDITÉE

COMITÉ DES USAGERS
HAUT-RICHELIEU – ROUVILLE

NOUS SOMMES PRÉSENTS
POUR LA DÉFENSE DE VOS DROITS

COMMENT SE COMPORTER
AVEC UNE PERSONNE QUI A UN
PROBLÈME DE MÉMOIRE

(aussi connu sous le nom de démence, d'Alzheimer ou de trouble cognitif)

SI J'AI UN PROBLÈME COGNITIF...

... je veux que mes amis et ma famille embrassent ma réalité. Si je pense que mon conjoint (ou ma conjointe) est toujours en vie, ou si je pense que nous rendons visite à mes parents pour dîner, laissez-moi croire ces choses. J'en serai beaucoup plus heureux.

... ne discutez pas avec moi sur ce qui est vrai pour moi et ce qui est vrai pour vous.

... et que je ne suis pas sûr de qui vous êtes, ne le prenez pas personnellement. Ma chronologie est déroutante pour moi.

... et que je suis triste ou anxieux, tenez-moi la main et écoutez. Ne me dites pas que mes sentiments sont infondés.

... je ne veux pas être traité comme un enfant. Parlez-moi comme l'adulte que je suis.

... je veux quand même profiter des choses que j'ai toujours appréciées. Aidez-moi à trouver un moyen de faire de l'exercice, de lire et de visiter des amis.

... demandez-moi de vous raconter une histoire de mon passé.

... traitez-moi de la façon dont vous voudriez être traité.

... assurez-vous qu'il y a plein de collations pour moi dans la maison, la résidence ou le CHSLD. Même maintenant si je ne mange pas, je pourrais avoir du mal à expliquer ce dont j'ai besoin.

... ne parlez pas de moi comme si je n'étais pas dans la pièce.

... ne vous sentez pas coupable si vous ne pouvez pas prendre soin de moi 24 heures sur 24, 7 jours sur 7. Ce n'est pas de votre faute et vous avez fait de votre mieux. Trouvez quelqu'un qui peut vous aider, ou choisissez un nouvel endroit idéal pour que je puisse vivre.

... et que je vis dans une communauté de soins aux personnes atteintes du même problème que moi, veuillez me rendre visite souvent.

... ne soyez pas frustré si je mélange des noms, des événements ou des lieux. Respirez profondément. Ce n'est pas de ma faute.

... assurez-vous que j'ai toujours ma musique préférée à portée de mon oreille.

... ne m'excluez pas des fêtes et des réunions de famille.

... sachez que j'aime toujours recevoir des câlins ou des poignées de main.

... **rappelez-vous que je suis toujours la personne que vous connaissez et que vous aimez.**

Vous avez des inquiétudes et insatisfactions sur les soins et services que vous avez reçus dans une installation du réseau de la santé et des services sociaux, n'hésitez pas à contacter le comité des usagers.

450 358-2578 poste 8958 • info@comitedesusagers-hrr.com

549893-4

Transition de carrière

Un nouveau départ possible à tout âge

Changer de carrière, ce n'est pas simplement changer de travail. C'est souvent une remise en question profonde : de ses priorités, de ses passions, de son rythme de vie. Parfois subie, parfois choisie, la transition de carrière peut faire peur… Mais elle peut aussi devenir une occasion précieuse de se redécouvrir.

« Il n'est jamais trop tard pour devenir ce que nous aurions pu être ». Cette citation de George Eliot prend tout son sens lorsqu'on parle de transition de carrière. Changer de profession n'est pas une défaite, c'est souvent une renaissance.

Prenons l'exemple de Karim, 42 ans, qui a quitté le domaine de la finance après deux décennies. Il rêvait depuis longtemps d'aider les autres, sans jamais oser faire le saut. Accompagné par une conseillère du Quartier de l'emploi, il a pu identifier ses compétences transférables, explorer des formations en intervention sociale et retrouver un emploi qui donne enfin du sens à ses journées. « Je pensais que j'étais trop vieux pour recommencer. En réalité, je n'ai jamais été aussi prêt. »

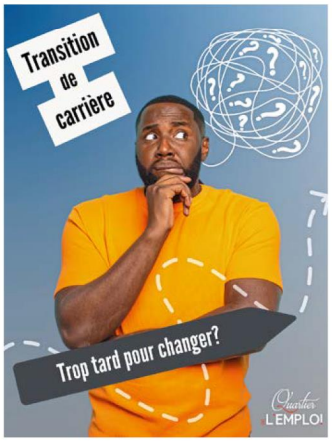
La bonne nouvelle ? Vous n'avez pas à faire ce chemin seul.

Accompagnement

Que vous soyez en réflexion, en pleine transition ou prêt à vous lancer dans une nouvelle voie, il existe des ressources pour vous accompagner. Prendre un virage professionnel, c'est aussi apprendre à mieux se connaître, explorer ses options et bâtir un plan d'action réaliste.

Au **Quartier de l'emploi**, nous offrons des programmes d'accompagnement personnalisés pour les personnes en transition de carrière. Retour aux études, nouvelle formation, changement de secteur ou démarrage d'entreprise : nos conseillers sont là pour vous guider, pas à pas.

Changer de cap, ce n'est pas perdre le nord. C'est parfois la meilleure façon de retrouver sa direction. Contactez-nous.



(Photo Canva)

450 347-6101
st-jean@quartierdelemploi.ca
Quartier DE L'EMPLOI