

Points de transition du cheminement avec un trouble neurocognitif : la personne atteinte d'un trouble neurocognitif



Une approche des soins palliatifs : une approche de soins qui se concentre sur la qualité de vie et confort

Bien vivre avec un trouble neurocognitif

S'orienter dans le système : Soutien médical et services communautaires

Tout au long de son cheminement, la personne peut vivre quelques transitions qui pourraient avoir un impact sur son sens de l'identité. Ces points pourraient s'accompagner de changements dans ses relations personnelles et ses réajustements continus à une nouvelle normalité.

table of contents

Bien vivre avec un trouble neurocognitif.....	3
S’orienter dans le système : Soutien médical	5
S’orienter dans le système : Soutien communautaire	6
Se rendre à l’hôpital et revenir à la maison	7
Préoccupations et signes précurseurs	8
Tests et évaluations.....	10
Diagnostic.....	12
Comprendre le diagnostic. Qu’est-ce qu’il signifie?.....	15
Planifier l’avenir	19
Contacter les services communautaires	22
L’arrêt de la conduite	24
Faire venir quelqu’un chez soi pour les soins personnels/Perdre son indépendance	26
Mon partenaire de soins offrira des soins à temps plein. Dois-je continuer à vivre chez moi? ...	29
Vivre chez moi n’est plus sécuritaire/faisable : Emménager dans un logement-services	32
Soins palliatifs/Fin de vie	34
Autres ressources utiles.....	35

Cela se déroule tout au long du cheminement. Non associé à un point de transition particulier.

Bien vivre/cheminer avec un trouble neurocognitif

Stigmatisation

- La stigmatisation entourant les troubles neurocognitifs me pose des obstacles lorsque j'accède à des services/je m'engage dans des activités importantes pour moi/passe du temps avec ma famille ou mes amis/essaie de faire entendre ma voix. Comment remettre en cause cette stigmatisation et éduquer mon entourage?
- Y a-t-il une manière de partager mon histoire avec les autres?



Ressources en ligne et imprimées

- [Le Charte des droits des personnes atteintes de maladies neurodégénératives](#)



En ligne uniquement

- [Discrimination](#)
- [Je vis avec l'Alzheimer](#)
- [La participation active des personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer ou d'un autre trouble neurocognitif](#)



Webinaires brainXchange

Bien vivre avec un trouble neurocognitif

- Que faire pour préserver la santé de mon cerveau?
- J'ai lu beaucoup de choses au sujet de différents aliments qui pourraient m'aider avec les troubles neurocognitifs et la santé du cerveau. Est-ce vrai? Dois-je suivre un certain régime alimentaire?
- Est-il possible de participer activement à la communauté?
- Quelles sont les stratégies que je peux utiliser pour compenser certaines des pertes que je vis?
- D'autres personnes atteintes d'un trouble neurocognitif ont-elles partagé leur histoire/des conseils sur comment bien vivre avec ces maladies? Comment avoir accès à ces histoires et apprendre de mes pairs?
- Le diagnostic et ce que j'apprends au sujet des troubles neurocognitifs me laissent anxieux et déprimé. Quelqu'un pourrait-il m'aider avec cela?



Ressources en ligne et imprimées

- [Expériences partagées : suggestions pour bien vivre avec la maladie d'Alzheimer](#)
- [Conseils et astuces pour le mémoire](#)
- [Qualité de vie](#)
- [Prise de décision : respecter le choix individuel](#)
- [Difficultés de communication et stratégies utiles pour les personnes atteintes de maladies neurodégénératives](#)
- [Faites marcher votre cerveau pour une vie plus saine](#)



En ligne uniquement

- [Aider les autres à bien vivre avec un trouble neurocognitif](#) : vous pourrez accéder au livret Expériences partagées au format audio
- [Les changements d'humeur](#)
- [Routines et rappels utiles](#)
- [La santé cérébrale](#)
- [Conseils concernant la COVID-19 pour les personnes atteintes d'un trouble neurocognitif vivant seules](#)



Webinaires brainXchange

Ressources locales :

S'orienter dans le système : Soutien médical

- À part mon médecin, quel autre prestataire de soins devrais-je consulter? Comment obtenir une recommandation du médecin?
- Dois-je demander à voir un spécialiste? Comment trouver qui pourrait m'aider?
- Je veux une deuxième opinion; comment puis-je demander à un autre médecin de me voir?



Ressources en ligne et imprimées

- [Le Charte des droits des personnes atteintes de maladies.](#)



En ligne uniquement



Webinaires brainXchange

Ressources locales :

S'orienter dans le système : Soutien communautaire

- Des soutiens communautaires sont-ils disponibles; si oui, comment les localiser?
- Mon proche aidant m'encourage à participer à un groupe de soutien ou un programme de jour. Quelle différence? Quelles sont les options disponibles dans la communauté? Comment est-ce que cela m'aidera?
- Comment avoir accès à des soutiens à domicile et tout autre service qui pourrait m'aider à la maison?



Ressources en ligne et imprimées

- [Programmes et services](#)
- [Le Charte des droits des personnes](#)



En ligne uniquement



Webinaires brainXchange

Ressources locales :

Se rendre à l'hôpital et revenir à la maison

- Je dois aller à l'hôpital me faire opérer. Y aura-t-il un impact sur la progression de mon trouble neurocognitif?
- Si je dois aller à l'urgence, que dois-je apporter?
- Que faire si on me dit qu'il n'est pas sécuritaire de vivre chez moi après mon passage à l'urgence?
- Je dois aller à l'hôpital pour l'une de mes comorbidités (p. ex. diabète). Comment le traitement aura-t-il un impact sur mon trouble neurocognitif?
- Un séjour d'une nuit à l'hôpital aura-t-il un impact sur moi?



Ressources en ligne et imprimées

- Préparez-vous à une visite à l'urgence (outil promotionnel – imprimé uniquement)
- [Le Charte des droits des personnes atteintes de maladies](#)



En ligne uniquement

- [Préparez-vous à une visite à l'urgence](#)
- [À vos marques, prêtes, planifie – pour l'absence des partenaires de soins](#)



Webinaires brainXchange

Ressources locales :



Remarquer des changements

- J'ai des problèmes à me souvenir de certaines choses, trouver mes mots, trouver mon chemin pour rentrer chez moi. Qu'est-ce que ça signifie? Est-ce que je dois m'inquiéter?
- J'ai des problèmes à parler anglais (2e langue); qu'est-ce que cela signifie?
- Ces changements sont-ils normaux pour une personne de mon âge? Est-ce qu'ils font partie du processus de vieillissement normal?
- Je ne m'occupe peut-être pas bien de moi. Est-ce de ma faute?
- Je suis trop jeune pour être préoccupé par les troubles neurocognitifs, n'est-ce pas?
- Dois-je parler de cela à mes amis et ma famille? Je ne veux pas les inquiéter.



Ressources en ligne et imprimées

- [Dix signes précurseurs](#)
- [Facteurs de risque](#)
- [Trouble cognitive léger](#)
- [Faites marcher votre cerveau, il a besoin d'exercice !](#)
- [Faites marcher votre cerveau pour une vie plus saine](#)



En ligne uniquement

- [Le processus de vieillissement normal vs les troubles neurocognitifs](#)
- [La santé cérébrale](#)
- [Comment la maladie d'Alzheimer change le cerveau](#)



Webinaires brainXchange

Au sujet des troubles neurocognitifs

- Je sais que la maladie d'Alzheimer est associée avec des pertes de mémoire, mais j'ai principalement des problèmes d'élocution, comme trouver le bon mot; est-ce qu'il pourrait s'agir d'autre chose?
- Quels sont les symptômes associés aux troubles neurocognitifs?



Ressources en ligne et imprimées

- [La maladie d'Alzheimer : De quoi s'agit-il?](#)
- [La génétique et la maladie d'Alzheimer](#)
- [Réfuter les mythes](#)



En ligne uniquement

- L'évolution de la maladie d'Alzheimer : [Module 4: Comprendre la maladie d'Alzheimer : le lien entre le cerveau et le comportement](#)
- [Les troubles neurocognitifs à début précoce](#)



Webinaires brainXchange



Se rendre chez le médecin

- Comment me préparer à discuter de ça avec mon médecin de famille (ou un autre prestataire de soins)?



Ressources en ligne et imprimées

- [Obtenir un diagnostic](#)



En ligne uniquement

- [Avantages du diagnostic précoce](#)
- [Les auto-évaluations en ligne d l'Alzheimer et des autres maladies cognitives : Énoncé de position](#)



Webinaires brainXchange

Soutien communautaire

- [L'aluminium](#)

Ressources locales :



Obtenir un diagnostic

- On me recommande d'aller dans une clinique de la mémoire. Qu'est-ce que ça signifie?
- Comment me préparer à une visite du médecin?
- Quels types de tests devrai-je passer (test cognitif, physique, cérébral?) Comment m'y préparer?
- S'il n'existe aucun traitement contre les troubles neurocognitifs, pourquoi dois-je me soumettre à ce processus pour découvrir si j'en suis atteint?



Ressources en ligne et imprimées

- [Obtenir un diagnostic](#)
- [Le Charte des droits des personnes atteintes de maladies neurodégénératives](#)



En ligne uniquement

- [Avantages du diagnostic précoce](#)
- [Principes d'un diagnostic en toute dignité](#)
- [Trousse d'outils encas d'obtention d'un diagnostic](#)
- [Comment se préparer à un rendez-vous médical](#)
- [Les auto-évaluations en ligne d'Alzheimer et des autres maladies cognitives : Énoncé de position](#)



Webinaires brainXchange

Facteurs de risque

- Quels sont certains des symptômes associés aux troubles neurocognitifs?
- Ces changements pourraient-ils être provoqués par autre chose?



Ressources en ligne et imprimées

- [Trouble cognitive léger](#)
- [Dix signes précurseurs](#)
- [Facteurs de risque](#)
- [Faites marcher votre cerveau, il a besoin d'exercice !](#)



En ligne uniquement

- [La santé cérébrale](#)



Webinaires brainXchange



Au sujet des troubles neurocognitifs

- Si je reçois un diagnostic de trouble neurocognitif, qu'est-ce que ça signifie?
- Y a-t-il plus d'un trouble neurocognitif? Quels sont les symptômes?



Ressources en ligne et imprimées

- [La maladie d'Alzheimer : De quoi s'agit-il?](#)
- [La génétique et la maladie d'Alzheimer](#)
- [Syndrome the Down et maladie d'Alzheimer](#)
- [La maladie de Creutzfeldt-Jakob](#)
- [Dégénérescence fronto-temporale](#)
- [Maladie à corps de Lewy](#)
- [Trouble cognitive léger](#)
- [Maladie cérébro-vasculaire](#)



En ligne uniquement

- [Dégénérescence corticobasale](#)
- [La maladie de Huntington](#)
- [Sclérose en plaques](#)
- [Les troubles neurocognitifs mixtes](#)
- [Maladie de Niemann-Pick de type C](#)
- [Hydrocéphalie à pression normale](#)
- [La maladie de Parkinson](#)
- [Atrophie corticale postérieure](#)
- [Paralysie supranucléaire progressive](#)
- [Lésion cérébrale traumatique](#)
- [Syndrome de Wernicke-Korsakoff](#)
- [Encéphalopathie à prédominance limbique TDP-43 liée à l'âge \(LATE-NC\) - une forme de maladie cognitive nouvellement identifiée. Cette forme a été appelée](#)



Webinaires brainXchange

Ressources locales :



Au sujet des troubles neurocognitifs

- Que sont les troubles neurocognitifs?
- Quelle différence entre la maladie d'Alzheimer et les autres types de troubles neurocognitifs?
- À quelle vitesse progresseront les troubles neurocognitifs?
- Puis-je mourir d'un trouble neurocognitif?



Ressources en ligne et imprimées

- [La maladie d'Alzheimer : De quoi s'agit-il?](#)
- Évolution :
 - [Survol](#)
 - [stade léger](#)
- [Facteurs de risque](#)
- [La génétique et la maladie d'Alzheimer](#)
- [Syndrome the Down et maladie d'Alzheimer](#)
- [La maladie de Creutzfeldt-Jakob](#)
- [Dégénérescence fronto-temporale](#)
- [Maladie à corps de Lewy](#)
- [Trouble cognitive léger](#)
- [Maladie cérébro-vasculaire](#)



En ligne uniquement

- L'évolution de la maladie d'Alzheimer : [Module 4: Comprendre la maladie d'Alzheimer : le lien entre le cerveau et le comportement](#)
- [Dégénérescence corticobasale](#)
- [La maladie de Huntington](#)
- [Sclérose en plaques](#)
- [Les troubles neurocognitifs mixtes](#)
- [Maladie de Niemann-Pick de type C](#)
- [Hydrocéphalie à pression normale](#)
- [La maladie de Parkinson](#)
- [Atrophie corticale postérieure](#)
- [Paralysie supranucléaire progressive](#)
- [Lésion cérébrale traumatique](#)
- [Syndrome de Wernicke-Korsakoff](#)
- [Encéphalopathie à prédominance limbique TDP-43 liée à l'âge \(LATE-NC\) - une forme de maladie cognitive nouvellement identifiée. Cette forme a été appelée](#)



Webinaires brainXchange

- [L'évaluation clinique de la mémoire prospective dans le trouble cognitif léger](#)



Options de traitement et santé du cerveau

- Quelles sont mes options de traitement?
- Je sais qu'il n'y a aucun remède; mais puis-je faire quelque chose pour ralentir la progression de la maladie?
- Que faire pour garder mon cerveau en santé?



Ressources en ligne et imprimées

- [Les médicaments pour le traitement de la maladie d'Alzheimer vous conviennent-ils?](#)
- [Options thérapeutiques](#)
- [Faites marcher votre cerveau pour une vie plus saine](#)



En ligne uniquement

- [La santé cérébrale](#)
- [Le cannabis et le traitement des troubles neurocognitifs](#)
- [Le cannabis et le traitement des troubles neurocognitifs : Énoncé de position](#)
- [Processus d'approbation des médicaments](#)
- [Les changements d'humeur](#)



Webinaires brainXchange

Communiquer le diagnostic à mes amis et membres de ma famille

- Comment communiquer le diagnostic à mes amis et ma famille?
- J'ai des enfants et des adolescents. Comment leur parler des troubles neurocognitifs?



Ressources en ligne et imprimées



En ligne uniquement

- [Parler de votre diagnostic](#)
- [Aider les enfants](#)
- [Point de vue enfants: Aider les enfants à comprendre la maladie d'Alzheimer et les maladies apparentées](#)
- [Aider les adolescents](#)
- [Liste de ressources pour les adolescents](#)
- [Ressources pour jeunes aidants](#)



Webinaires brainXchange



À quoi s'attendre

- J'ai reçu mon diagnostic. Et quoi maintenant?
- Suis-je seul à recevoir un diagnostic?
- Comment cela aura-t-il un impact sur ma vie de tous les jours?
- À quoi puis-je m'attendre d'un point de vue physique, émotionnel et social?
- Pendant combien de temps est-ce que je resterai indépendant?
- Puis-je mourir d'un trouble neurocognitif?



Ressources en ligne et imprimées

- [Le Charte des droits des personnes atteintes de maladies neurodégénératives](#)
- [Que faire?](#)
- [Savoir pour prévoir](#)
- [Réfuter les mythes](#)
- [Difficultés de communication et stratégies utiles pour les personnes atteintes de maladies neurodégénératives](#)
- [Conseils et astuces pour le mémoire](#)
- [Expériences partagées : suggestions pour bien vivre avec la maladie d'Alzheimer](#)



En ligne uniquement

- [Principes d'un diagnostic en toute dignité](#)
- [La participation active des personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer ou d'un autre trouble neurocognitif](#)
- L'évolution de la maladie d'Alzheimer : [Module 1 : La route à venir](#)
- [Partagez vos expériences](#)
- [La recherche](#)



Webinaires brainXchange

Ressources locales :

Comprendre le diagnostic. Qu'est-ce qu'il signifie?



À quoi s'attendre

- Comment affronter cette nouvelle réalité?
- Je ne veux pas devenir un fardeau pour ma famille
- Que signifie le diagnostic? Les autres penseront-ils que je suis incapable et incompetent?
- J'ai besoin de plus d'informations sur la maladie.
- Comment le diagnostic impactera-t-il mes relations intimes?



Ressources en ligne et imprimées

- [Le Charte des droits des personnes atteintes de maladies neurodégénératives](#)
- [Savoir pour prévoir](#)
- [Intimité et sexualité](#)
- [La maladie d'Alzheimer : De quoi s'agit-il?](#)
- [Syndrome the Down et maladie d'Alzheimer](#)
- [La maladie de Creutzfeldt-Jakob](#)
- [Dégénérescence fronto-temporale](#)
- [Maladie à corps de Lewy](#)
- [Trouble cognitive léger](#)
- [Maladie cérébro-vasculaire](#)
- [Réfuter les mythes](#)
- Évolution :
 - [Survол](#)
 - [stade léger](#)



En ligne uniquement

- [La participation active des personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer ou d'un autre trouble neurocognitif](#)
- L'évolution de la maladie d'Alzheimer : [Module 1 : La route à venir](#)



Webinaires brainXchange

Comprendre le diagnostic. Qu'est-ce qu'il signifie?



Planifier l'avenir

- Que dois-je savoir sur comment planifier l'avenir :
 - Rédiger une procuration (document juridique) et nommer un avocat (autre preneur de décision)?
 - Rédiger des directives anticipées?
 - Rédiger un testament avec un exécuteur?
- Je sais que l'aide médicale à mourir (AMM) est devenue légale au Canada il y a quelques années de cela, mais je ne sais pas ce que cela signifie pour les troubles neurocognitifs. Puis-je avoir accès à l'AMM si je le souhaite?



Ressources en ligne et imprimées

- [Que faire?](#)



En ligne uniquement

- [Prise de décision : respecter le choix individuel](#)
- [Planifier l'avenir](#)
- [À propos de moi : Engager la conversation](#)
- [L'aide médicale à mourir](#)



Webinaires brainXchange

Options de traitement

- Je sais qu'il n'existe pas de remède curatif, mais quelles sont les options de traitement?
- Que puis-je faire pour entretenir la santé de mon cerveau?



Ressources en ligne et imprimées

- [Les médicaments pour le traitement de la maladie d'Alzheimer vous conviennent-ils?](#)
- [Options thérapeutiques](#)
- [Faites marcher votre cerveau pour une vie plus saine](#)



En ligne uniquement



Webinaires brainXchange



Bien vivre avec un trouble neurocognitif

- Que puis-je faire pour bien cheminer avec un trouble neurocognitif?
- Je me sens triste et en colère à cause du diagnostic. Que puis-je faire pour affronter ces sentiments?
- Penser à tous les changements qui s'annoncent m'angoisse et me déprime. Dois-je en parler à quelqu'un?
- Existe-t-il des stratégies en santé mentale que je peux utiliser pour m'aider avec ces émotions?



Ressources en ligne et imprimées

- [Expériences partagées : suggestions pour bien vivre avec la maladie d'Alzheimer](#)
- [Conseils et astuces pour le mémoire](#)
- [Qualité de vie](#)
- [Difficultés de communication et stratégies utiles pour les personnes atteintes de maladies neurodégénératives](#)
- [À propos de moi](#)
- [Le deuil blanc : Ressource pour les personnes de l'Alzheimer ou d'une maladie apparentée et leurs proches](#) (la page 5 comprend des informations sur le deuil et la perte que vivent les personnes atteintes d'un trouble neurocognitif)



En ligne uniquement

- [Aider les autres à bien vivre avec un trouble neurocognitif](#) : vous pourrez accéder au livret Expériences partagées au format audio
- [Routines et rappels utiles](#)
- [Les changements d'humeur](#)
- [La santé cérébrale](#)
- [Je vis avec l'Alzheimer](#)



Webinaires brainXchange

Comprendre le diagnostic. Qu'est-ce qu'il signifie?



Avoir des conversations au sujet du diagnostic

- Je ne sais pas comment en parler à mes amis et ma famille. Que puis-je faire pour les rassurer que je suis encore bien moi-même?
- Comment partager mon histoire avec d'autres?
- Quand dois-je en parler au bureau?

Alzheimer Society services

- [Programmes et services](#)
- [Premier lien](#)^{MD}

Ressources locales :



Planifier l'avenir

- Quelqu'un peut-il m'aider à savoir tout ce que je dois planifier?
- Si je dois engager quelqu'un pour m'aider avec les soins, combien est-ce que cela va me coûter?
- Si je ne peux plus vivre chez moi, combien est-ce que cela me coûtera d'aller dans une résidence?
- Puis-je participer à la recherche?



Ressources en ligne et imprimées

- [Le Charte des droits des personnes atteintes de maladies neurodégénératives](#)
- [Que faire?](#)
- [Savoir pour prévoir](#)
- Préparez-vous à une visite à l'urgence (outil promotionnel – imprimé uniquement)
- [À propos de moi](#)
- [Liste de vérification des questions à poser avant participer à un projet de recherche](#)
- [Participer à la recherche](#)
- Évolution :
 - [Survol](#)
 - [stade léger](#)
 - [stade modéré](#)
 - [stade avancé](#)
 - [Fin de vie](#)



En ligne uniquement

- [Prise de décision : respecter le choix individuel](#)
- [Planifier l'avenir](#)
- [À propos de moi : Engager la conversation](#)
- [Don de cerveau pour la recherche](#)
- [La recherche](#)
- [Préparez-vous à une visite à l'urgence](#)
- L'évolution de la maladie d'Alzheimer : [Module 1 : La route à venir](#)



Webinaires brainXchange

Santé et planification juridique

- Je dois choisir un avocat pour les documents juridiques et la procuration
- Je dois m'assurer que ma faille ou une personne en qui j'ai confiance a le contrôle de mes finances **lorsque je n'en serai plus capable**
- Quand saurais-je qu'il n'est plus sûr de gérer mes propres finances? (arrêter de gérer ses finances, payer les factures, utiliser les cartes de crédit, de débit, etc.). Qui pourra m'y aider?
- Je dois trouver un décideur substitut pour mes directives anticipées



Bien vivre avec un trouble neurocognitif

- Que puis-je faire pour bien cheminer avec un trouble neurocognitif?



Ressources en ligne et imprimées

- [Expériences partagées : suggestions pour bien vivre avec la maladie d'Alzheimer](#)
- [Conseils et astuces pour le mémoire](#)
- [Qualité de vie](#)
- [Prise de décision : respecter le choix individuel](#)
- [Difficultés de communication et stratégies utiles pour les personnes atteintes de maladies neurodégénératives](#)



En ligne uniquement

- [Aider les autres à bien vivre avec un trouble neurocognitif](#) : vous pourrez accéder au livret Expériences partagées au format audio
- [Je vis avec l'Alzheimer](#)
- [La participation active des personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer ou d'un autre trouble neurocognitif](#)



Webinaires brainXchange

Options de traitement

- Je sais qu'il n'existe aucun remède, mais quelles sont les options de traitement?
- Que puis-je faire pour ralentir la progression de la maladie?



Ressources en ligne et imprimées

- [Les médicaments pour le traitement de la maladie d'Alzheimer vous conviennent-ils?](#)
- [Faites marcher votre cerveau pour une vie plus saine](#)
- [Options thérapeutiques](#)
- [Programmes et services](#)



En ligne uniquement

- [La santé cérébrale](#)
- [Le cannabis et le traitement des troubles neurocognitifs](#)
- [Le cannabis et le traitement des troubles neurocognitifs : Énoncé de position](#)
- [Processus d'approbation des médicaments](#)



Webinaires brainXchange



Sécurité

- À quoi dois-je faire attention pour être en sécurité à la maison?



Ressources en ligne et imprimées

- [MedicAlert^{MD} Sécurité](#)
- [Retour^{MD}](#)
- [Les dispositifs de localisation](#)



En ligne uniquement

- [Sécuriser votre environnement](#)
- [La préparation aux catastrophes naturelles et aux situations d'urgence](#)
- [Vivre de façon autonome et en sécurité](#)
- [La maltraitance des aînés](#)



Webinaires brainXchange

Fin de vie

- Je dois rédiger une procuration, des directives anticipées et un testament
- Je dois m'assurer que mes souhaits pour ma fin de vie soient connus
- Si je veux faire don de mon cerveau, quel est le processus?



Print and online



En ligne uniquement

- [Importance de planifier à l'avance](#)
- [Désigner un mandataire spécial](#)
- [Don de cerveau pour la recherche](#)



Webinaires brainXchange

Emploi

- Je dois annoncer mes troubles neurocognitifs au travail. Cela me préoccupe. Je sais que je peux encore contribuer, mais je ne sais pas si le diagnostic mettra un terme à ma carrière.

Ressources locales :



Soutien pratique

- Où puis-je obtenir un soutien pratique (épiceries, transport pour me rendre à mes RV médicaux, etc.) et pour mes soins personnels (pour quand j'en ai besoin)?
- Existe-t-il des services spécifiques pour les troubles neurocognitifs dans ma communauté?



Ressources en ligne et imprimées

- [Le Charte des droits des personnes atteintes de maladies neurodégénératives](#)
- [Premier lien^{MD}](#)
- [MedicAlert^{MD} Sécurité^{MD}](#)



En ligne uniquement

- [La recherche](#)



Webinaires brainXchange

Soutien social

- Existe-t-il un groupe de soutien pour le stade précoce dans ma région?
- Existe-t-il des groupes sociaux pour les personnes atteintes d'un trouble neurocognitif auxquels je pourrai participer dans ma région?



Ressources en ligne et imprimées

- [Programmes et services](#)



En ligne uniquement

- [Research portal](#)



Webinaires brainXchange

Participer à la recherche

- Puis-je participer à la recherche?



Ressources en ligne et imprimées

- [Liste de vérification des questions à poser avant participer à un projet de recherche](#)
- [Participer à la recherche](#)



En ligne uniquement



Webinaires brainXchange



Local resources:

A large, empty, light brown rectangular area with rounded corners, intended for writing or drawing.



Perdre son indépendance

- À mesure que mes compétences et capacités changent, je perds mon indépendance et j'ai l'impression de vivre un deuil. Est-ce normal?
- Comment préserver mon indépendance?
- Je n'aime pas dépendre des autres



Ressources en ligne et imprimées

- [Qualité de vie](#)
- [Prise de décision : respecter le choix individuel](#)
- [Le deuil blanc : Ressource pour les personnes de l'Alzheimer ou d'une maladie apparentée et leurs proches](#) (la page 5 comprend des informations sur le deuil et la perte que vivent les personnes atteintes d'un trouble neurocognitif)



En ligne uniquement



Webinaires brainXchange

Évaluer ses capacités à conduire

- Est-il dangereux de conduire?



Ressources en ligne et imprimées

- [La conduite automobile et les maladies neurodégénérative](#)



En ligne uniquement

- [La conduite et les troubles neurocognitifs:](#)
Cette page Web comprend un certain nombre de ressources que la personne atteinte d'un trouble neurocognitif pourrait trouver utile



Webinaires brainXchange



Options de transport

- Quelles sont mes autres options de transport si j'arrête de conduire (taxi, famille, amis, organisation des transports par les services que j'utilise, modes de transport actifs comme le vélo, la marche)
- Comment être soutenu pour utiliser le système dans ma région?
- Si je vais marcher, que puis-je faire pour m'assurer de rentrer chez moi en toute sécurité?

Ressources locales :

Faire venir quelqu'un chez soi pour les soins personnels / Perdre son indépendance



Perdre son indépendance

- À mesure que changent mes compétences et capacités, je perds mon indépendance et j'ai l'impression de vivre un deuil. Est-ce normal?
- Comment préserver mon indépendance?
- Je n'aime pas dépendre des autres
- Une personne que je ne connais pas s'occupe de mes soins personnels. Je me sens honteux et en colère. Est-ce normal? Comment affronter ces émotions?
- Je perds peu à peu mon indépendance et mes capacités et j'ai l'impression de vivre un deuil. Est-ce normal?



Ressources en ligne et imprimées

- [Le Charte des droits des personnes atteintes de maladies neurodégénératives](#)
- [Expériences partagées : suggestions pour bien vivre avec la maladie d'Alzheimer](#)
- [Le deuil blanc : Ressource pour les personnes de l'Alzheimer ou d'une maladie apparentée et leurs proches](#) (la page 5 comprend des informations sur le deuil et la perte que vivent les personnes atteintes d'un trouble neurocognitif)



En ligne uniquement

- [Aider les autres à bien vivre avec un trouble neurocognitif](#) : vous pourrez accéder au livret Expériences partagées au format audio



Webinaires brainXchange

Faire venir quelqu'un chez soi pour les soins personnels / Perdre son indépendance



Modalités de vie

- Peut-être dois-je penser à d'autres modalités de vie. Quelles sont mes options (résidence services, maison de retraite, établissement de soins de longue durée)?
- Un centre de vie serait-il une bonne option pour moi?
- Je sais que les listes d'attente sont longues dans les établissements de soins de longue durée. Quand dois-je commencer à en chercher un?



Ressources en ligne et imprimées

- [Envisager un transfert dans un foyer de soins de longue durée](#)
- [Vivre seul avec une maladie neurodégénérative](#)
- [À propos de moi](#)
- Préparez-vous à une visite à l'urgence (outil promotionnel – imprimé uniquement)



En ligne uniquement

- [À propos de moi : Engager la conversation](#)
- [Préparez-vous à une visite à l'urgence](#)



Webinaires brainXchange

Sécurité

- Je suis désorienté quand je marche dans mon quartier; ce n'est donc pas sûr quand je quitte la maison seul



Ressources en ligne et imprimées

- [MedicAlert^{MD} Sécurité](#)
- [Les dispositifs de localisation](#)



En ligne uniquement



Webinaires brainXchange

Faire venir quelqu'un chez soi pour les soins personnels / Perdre son indépendance



Fin de vie : Quelles décisions devrai-je prendre?

- Dois-je penser à autre chose pour prévoir ma fin de vie?
- Comment expliquer mes souhaits pour ma fin de vie aux personnes de mon réseau de soutien?
- Quels documents dois-je préparer?
- Je souhaite faire don de mon cerveau. Comment faire?



Ressources en ligne et imprimées



En ligne uniquement

- [Importance de planifier à l'avance](#)
- [Désigner un mandataire spécial](#)
- [Don de cerveau pour la recherche](#)
- [Planification des funérailles et des services commémoratifs](#)



Webinaires brainXchange

Ressources locales :

Mon partenaire de soins offrira des soins à temps plein. Dois-je continuer à vivre chez moi?



Perdre son indépendance

- J'ai besoin de plus de soutien pour mes activités de tous les jours (douche, cuisine, etc.), et mon partenaire de soins doit maintenant plus me soutenir
- Je perds peu à peu mon indépendance et j'ai l'impression de vivre un deuil. Est-ce normal?
- Comment trouver un nouveau but quand je ne peux plus participer aux activités qui m'ont donné mon identité?
- Existe-t-il des programmes communautaires qui proposent aux visiteurs de venir dans l'établissement?



Ressources en ligne et imprimées

- [Le Charte des droits des personnes atteintes de maladies neurodégénératives](#)
- [Expériences partagées : suggestions pour bien vivre avec la maladie d'Alzheimer](#)
- [Le deuil blanc : Ressource pour les personnes de l'Alzheimer ou d'une maladie apparentée et leurs proches](#) (la page 5 comprend des informations sur le deuil et la perte que vivent les personnes atteintes d'un trouble neurocognitif)



En ligne uniquement

- [Aider les autres à bien vivre avec un trouble neurocognitif](#) : vous pourrez accéder au livret Expériences partagées au format audio



Webinaires brainXchange

Mon partenaire de soins offrira des soins à temps plein. Dois-je continuer à vivre chez moi?



Dispositions de vie

- Est-ce le moment d'emménager dans un établissement de soins de longue durée ou un centre de vie?



Ressources en ligne et imprimées

- [Envisager un transfert dans un foyer de soins de longue durée](#)
- [À propos de moi](#)
- Préparez-vous à une visite à l'urgence (outil promotionnel – imprimé uniquement)



En ligne uniquement

- [À propos de moi : Engager la conversation](#)
- [Préparez-vous à une visite à l'urgence](#)



Webinaires brainXchange

Sécurité

- Je suis désorienté quand je marche dans mon quartier; ce n'est donc pas sûr quand je quitte la maison seul



Ressources en ligne et imprimées

- [MedicAlert^{MD} Sécurité-Retour^{MD}](#)
- [Les dispositifs de localisation](#)



En ligne uniquement

- [Sécuriser votre environnement](#)
- [La préparation aux catastrophes naturelles et aux situations d'urgence](#)
- [Vivre de façon autonome et en sécurité](#)
- [La maltraitance des aînés](#)



Webinaires brainXchange

Mon partenaire de soins offrira des soins à temps plein. Dois-je continuer à vivre chez moi?



Fin de vie : Quelles décisions devrai-je prendre?

- Dois-je prendre autre chose en compte pour prévoir ma fin de vie?
- Comment expliquer mes souhaits pour ma fin de vie aux personnes de mon réseau de soutien?
- Quels documents dois-je préparer?
- Je souhaite faire don de mon cerveau. Comment faire?



Ressources en ligne et imprimées



En ligne uniquement

- [Importance de planifier à l'avance](#)
- [Désigner un mandataire spécial](#)
- [Don de cerveau pour la recherche](#)
- [Planification des funérailles et des services commémoratifs](#)



Webinaires brainXchange

Ressources locales :

Vivre chez moi n'est plus sécuritaire/faisable : Emménager dans un logement-services



Perdre son indépendance

- Puis-je encore participer aux activités importantes pour moi?
- Je perds peu à peu mon indépendance et mes capacités et j'ai l'impression de vivre un deuil. Est-ce normal?



Ressources en ligne et imprimées

- [Le Charte des droits des personnes atteintes de maladies neurodégénératives](#)
- [Le deuil blanc : Ressource pour les personnes de l'Alzheimer ou d'une maladie apparentée et leurs proches](#) (la page 5 comprend des informations sur le deuil et la perte que vivent les personnes atteintes d'un trouble neurocognitif)



En ligne uniquement



Webinaires brainXchange

Emménager dans un logement-services

- Mes amis et membres de ma famille continueront-ils à me rendre visite?



Ressources en ligne et imprimées

- [À propos de moi](#)



En ligne uniquement

- [À propos de moi : Engager la conversation](#)
- [Utilisation de médicaments antipsychotiques pour traiter les personnes atteintes d'une maladie cognitive dans les établissements de soins de longue durée : Énoncé de position](#)



Webinaires brainXchange

Vivre chez moi n'est plus sécuritaire/faisable : Emménager dans un logement-services



Fin de vie

- Mes plans pour ma fin de vie seront-ils respectés?
- Les soins palliatifs seront-ils disponibles si je le veux?



Ressources en ligne et imprimées

- Évolution
 - [stade avancé](#)
 - [Fin de vie](#)



En ligne uniquement



Webinaires brainXchange

Ressources locales :



À quoi s'attendre

- Est-ce que j'éprouverai de la douleur?
- À quoi puis-je m'attendre à ce stade?
- Aurai-je conscience de ce qui se passe?
- De quoi meurent habituellement les personnes atteintes d'un trouble neurocognitif?
- Combien de temps dure habituellement ce stade?



Ressources en ligne et imprimées

- [Le Charte des droits des personnes atteintes de maladies neurodégénératives](#)
- Évolution
 - [stade avancé](#)
 - [Fin de vie](#)



En ligne uniquement

- [Changements physiques en fin de vie](#)
- [L'aide médicale à mourir](#)
- [Pain matters: A family guide to pain management in dementia](#) (PDF disponible en anglais seulement)



Webinaires brainXchange

Fin de vie : Quelles décisions devrai-je prendre?



Ressources en ligne et imprimées



En ligne uniquement

- [Que dois-je savoir sur les soins à la personne ?](#)
- [Planification des funérailles et des services commémoratifs](#)
- [Don de cerveau pour la recherche](#)



Webinaires brainXchange

Ressources locales :

Autres ressources utiles

- [Blogue de la Société Alzheimer](#)
- [Vidéotheque de la Société Alzheimer](#)
- [Campagne Parlons-en : La planification préalable des soins au Canada](#). Ressources complètes sur la planification préalable des soins.
- Schlegel-University of Windsor Research Institute for Aging: By Us for Us Guides® et autres publications
 - [Le soutien aide... Guide des jeunes aidants et de leurs alliés](#)
- [Ressources éducatives Baycrest](#) (en anglais uniquement)
- [Portail palliatif canadien](#)
- [The Caregiver Network](#) (en anglais uniquement)
- [Chercheur de prestations](#) : outil national pour trouver les avantages et les services que la personne pourrait recevoir
- Alzheimer's Disease International a des liens menant à des informations dans d'autres langues. Rendez-vous à <https://www.alz.co.uk/other-languages> pour plus d'informations
- Schlegel-University of Windsor Research Institute for Aging : By Us for Us Guides® et autres publications.
 - o [Être mieux dans sa peau](#)
 - o [Vivre et célébrer la vie grâce aux loisirs](#)
 - o [Favoriser la communication](#)
 - o [Young onset dementia](#) (en anglais seulement)
 - o [Conseils et stratégies](#)
 - o [Exercices de mémoire](#)
 - o [Gérer les déclencheurs](#)
- Vivre en sécurité avec un trouble neurocognitif : Document interne que le personnel et les bénévoles de la Société Alzheimer peuvent utiliser lorsqu'ils étudient des problèmes de sécurité pour les personnes atteintes et les familles. Pour accéder à ce document, rendez-vous dans Connexion et suivez le chemin ci-dessous :
 - o Connexion > Cliquer sur Fichiers et ressources dans la bannière en haut de la page > Cliquez sur Fichiers partagés nationaux de la Fédération à gauche sur la page > Cliquez sur le sous-dossier Fichiers et ressources > vous trouverez le dossier Vivre en sécurité avec un trouble neurocognitif.