



INFOLETTRE ESTIVAL

AOÛT 2026



Un mot du président

Richard Trudeau, président du conseil d'administration

IL me fait plaisir de vous présenter l'évolution de notre organisme dédié à l'amélioration des conditions de vie des personnes atteintes du Parkinson et à leurs proches aidants. Au cours du dernier semestre, nous avons tenté de rendre les services disponibles au plus grand nombre de personnes et ce, sur tout le territoire de la Montérégie. Vous trouverez dans cette infolettre les faits saillants depuis le début de l'année et les activités à venir.

Je suis heureux de vous annoncer que nous desservirons deux nouveaux secteurs soit Chateauguy et Saint-Basile-Le-Grand cet automne en plus des services déjà offerts à Longueuil, Saint Hyacinthe, Varennes et Saint Constant.

Je tiens particulièrement à souligner le retentissant succès de la soirée gastronomique organisée le 29 avril dernier grâce à la communauté des affaires maskoutaine qui a contribué généreusement au soutien de notre mission. M. Sylvain Lavallée, parrain d'honneur et lui-même atteint de la maladie de Parkinson, a témoigné des défis qui attendent les personnes atteintes de la maladie et de leurs proches aidants.

Le conseil d'administration se joint à moi pour remercier les membres du comité organisateur, notamment Sylvain Fortier et sa conjointe Marie Josée Domingue, qui se sont investis corps et âme pour le succès de cette soirée. Trois membres du CA ont joint leur contribution à ce comité : Serge Brasset, Nicole Rouillier et Richard Trudeau. Les commanditaires ont également participé à la réussite financière, notamment Desjardins, commanditaire principal de la soirée.

Le traditionnel Parcours Parkinson se tiendra le 19 septembre prochain au Parc N, -P. Lapierre à Sainte-Julie. Ces fonds sont recueillis pour le bénéfice de nos membres afin de diversifier nos activités et élargir nos points de service Pour vous inscrire, veuillez-vous rendre à : <https://www.zeffy.com/fr-CA/peer-to-peer/parcours-parkinson-monteregie--2026>

NOUVEAU SITE WEB

Un nouveau site web est en construction actuellement. Le conseil d'administration a formé un comité chargé de la mise en œuvre du nouveau site. Yvan Demers pilote ce comité accompagné de Michel Cloutier et Marcel Alexander. La firme Inventis nous soutient dans le développement de cet outil de communication incontournable simple, accessible et informatif. Il permettra de trouver rapidement les informations sur les services, les ressources et les outils de soutien.

Le lancement est prévu à la fin septembre, restez à l'affût !



DU NOUVEAU DANS LA PROGRAMMATION

1. Atelier de danse créative à Longueuil dédié aux personnes vivant avec la maladie de Parkinson

Parkinson Montérégie est heureux de profiter de l'expertise de Carol Jones, thérapeute par la danse et le mouvement. Carol Jones favorise une approche holistique et créative qu'elle mettra à profit dans ses interventions auprès des personnes souffrant du Parkinson. La danse procure de nombreux bienfaits. Bouger, danser et s'exprimer stimulent tout le corps et ses divers systèmes. La danse régénère et favorise le mieux-être.

L'activité se tiendra du 24 septembre au 26 novembre 2026. L'endroit sera confirmé lors de l'inscription. Pour de plus amples détails, merci de communiquer avec Nicole Rouillier à nicolerouillier@gmail.com



2. Organisation de session de Ping Pong

Le projet pilote de Ping Pong s'est tenu le 10 juillet dernier. Les douze participants ont tous répondu au sondage et dans l'ensemble, l'activité a été bien appréciée. Les résultats indiquent que le Ping Pong suscite un intérêt réel : 9 des 12 répondants souhaitent y participer sur une base régulière. Toutefois en tenant compte des disponibilités de chacun, le nombre de participants demeure insuffisant. Des efforts de promotion supplémentaires seront donc nécessaires afin d'atteindre le minimum de 8 participants pour assurer la pérennité de l'activité. Veuillez communiquer votre intérêt à Yvan Demers à yvan.f.demers@gmail.com

Le Ping Pong est une activité qui combine mouvement, coordination et attention dans un contexte social motivant. La littérature scientifique rapporte des bénéfices potentiels sur la motricité, l'équilibre, la coordination, ainsi que des retombées positives sur l'engagement et le bien-être.

Joignez-vous à nous pour participer à cet exercice tout en s'amusant!

Notre offre de services - Automne 2026

Pôle Longueuil

Activité	Journée	Horaire	Dates	Lieu
Marche nordique	Mardi	10h30 à 11h30	1 sept. au 16 déc.	Parc Michel-Chartrand
Boxe adaptée	Samedi	11h00 à 12h00	12 sept. au 12 déc.	Club de boxe olympique 1175 Chemin du Coteau Rouge
Café causerie	À confirmer	À confirmer	Mensuelle	À confirmer
Dance créative	Jeudi	11h00 à midi	24 sept. Au 26 nov.	À confirmer

Pour renseignements et inscriptions pour la Marche Nordique: Neuromotrix (438) 377-9010

Pour renseignements pour la danse créative: Nicole Rouillier à nicolerouillier@gmail.com ou 514 953 7687

Pôle Maskoutain

Activité	Journée	Horaire	Dates	Lieu
Stretching	Lundi	14h45 à 15h45	14 sept. au 14 déc.	Loisirs St-Joseph, 950 Duranleau Est. Professeur: Jolène Bélisle
Boxe adaptée	Jeudi	11h00 à 12h00	17 sept. au 17 déc.	Gym Les Apprentis Champions, 3198 Girouard O.
Café causerie	2e Mardi du mois	9h30 à 11h30	8 sept., 13 oct., 10 nov. & 8 déc.	Brulerie Mondor, 1385 des Cascades,
Neuro-équilibre	Mercredi	14h15 à 16h15	16 sept. Au 16 déc.	Loisirs St-Joseph, 950 Duranleau Est Professeur: Jolène Bélisle

Pour Renseignements et inscriptions : Pierrette Brière à brierep@cgocable.ca au (450) 774-0079

Pôle de Varennes

Activité	Journée	Horaire	Dates	Lieu
Yoga sur chaise	Mercredi	10h00 à 11h00	23 sept. au 16 déc.	Espace des Bâtisseurs, salle de danse, 2022 Place du 350e Animatrice: Jocelyne
Club de marche Les vigoureux	Lundi	9h30 à 11h00	10 sept. au 20 déc.	Stationnement du Parc de la commune Animateur : Jacques Award



Pôle de Varennes (suite)

Café rencontre	Vendredi (dernier du mois)	10h30 à 12h00	28 août, 25 sept., 30 oct. & 27 nov.	Espace des Bâtisseurs, 2022 Place du 350e Animateur: Yvan Demers
-------------------	-------------------------------	---------------	---	--

Pour Renseignements et inscriptions : Yvan Demers à yfdemers@gmail.com au (514) 912-4870

Pôle Saint-Constant

Activité	Journée	Horaire	Dates	Lieu
Neuro Équilibre	Mercredi	10h30 à 11h30	2 sept. au 16 déc.	Centre MOTTO, 310 Wilfrid-Lamarche

Pour renseignements et inscriptions : [Neuromotrix \(438\) 377-9010](tel:438-377-9010)

Pôle de Châteauguay: session d'essai

Activité	Journée	Horaire	Dates	Lieu
Marche Nordique	Jeudi	10h30 à 11h30	3 sept. au 17 déc.	Parc Fernand-Séguin Cha- teauguay

Pour Renseignements et inscriptions : [Neuromotrix \(438\) 377-9010](tel:438-377-9010)

Pôle de Saint-Basile-Le-Grand

Le Pôle de Saint- Basile-Le-Grand est en démarrage actuellement et prépare une offre de service en boxe adaptée et l'organisation d'un café rencontre. Les détails à suivre dans la prochaine infolettre, le site web et Face book.

PROCHAINES ACTIVITÉS SOCIALES

En plus du cocktail du président réalisé le 12 juin dernier qui a connu un bon achalandage, nous organisons des rencontres sous forme de conférence sur divers sujets.

1. Prochaine conférence

La prochaine conférence est organisée par le pôle maskoutain et porte sur les « aides techniques » pour faciliter les activités quotidiennes. Le 20 octobre, un ergothérapeute de Santé Québec prodiguera de judicieux conseils pour améliorer de la qualité de vie de nos membres

Pour renseignements : Pierrette Brière à brierep@cgocable.ca ou 450-774-0079



2. Épluchette de blé d'inde le 2 septembre 2026

Le pôle maskoutain vous invite à la traditionnelle épluchette de blé d'inde qui clôture la fin de l'été. Dans une rencontre décontractée, il sera agréable de revoir les collègues qui poursuivront le programme offert par Parkinson Montérégie cet automne. Veuillez communiquer avec Mme Pierrette Brière à brierep@cgocable.ca pour plus d'information.



Compétences recherchées pour compléter le CA

Nous sommes à la recherche de nouveaux administrateur-trice-s pour combler les trois postes vacants au CA et qui possèdent les expertises suivantes:

- *Informatique: utilisation de logiciels pertinents*
- *Comptabilité, tenue de livres, préparation des états financiers*
- *Affaires juridiques, droit*

Dépôt de votre candidature au comité de mise en candidatures avant le 30 juin 2026

Les candidat-e-s intéressé-e-s doivent contacter M Serge Brasset président du comité de recrutement de nouveaux membres à serge.brasset@outlook.com.

Bonne fin d'été à tous,

Nous souhaitons que votre santé se stabilise avec les activités que nous vous proposons depuis 2023. Nous sommes à votre écoute pour des commentaires constructifs et pour vos suggestions d'activités.

Les membres du CA

