DES NOUVELLES DE PARKINSON MONTÉRÉGIE

JUILLET 2025

QUOI DE NEUF DANS LES PÔLES DE MONTÉRÉGIE ?

Un mot du président : Les événements marquants depuis janvier 2025

La mission de notre organisme se consolide de plus en plus depuis sa fondation le 29 avril 2023. Nos activités ont connu un progrès significatif en nombre de participants et de diversité d'activités. De plus, nous avons élargi notre rayonnement par des conférences dans nos pôles de service. En 2023, seules deux activités étaient offertes : la boxe et la marche nordique. À ce jour, près de 9 activités se sont tenues en plus des cafés -rencontres fort appréciés par les membres.

Au pôle de Longueuil, l'offre de l'activité sportive rallie un noyau de membres assidus et motivés. De plus, un premier café-rencontre a eu lieu le 11 avril, journée du Parkinson, et près de 50 membres ont apprécié le cocktail du président tenu en fin de semestre le 13 juin où les échanges détendus et empreints de sérénité amorçaient bien l'été naissant. Enfin Richard Trudeau et Nicole Rouillier ont démystifié le Parkinson à un groupe de personnes âgées à Sainte-Julie le 12 mars 2025.

Le pôle maskoutain a poursuivi son enracinement dans cette communauté soudée, dynamique et engagée. Une conférence sur l'aide médicale à mourir le 14 mai témoignait de l'écoute des préoccupations des personnes atteintes de la maladie. Malheureusement, ce tableau a été assombri par le décès de Flore Barrière, fondatrice du pôle de service qui a consacré son temps et ses compétences à la création d'un climat de travail stimulant avec une rigueur professionnelle remarquable. En gestionnaire aguerrie, elle a su créer la relève en formant une équipe de gens passionnés qui poursuivent son œuvre assidûment.

Au pôle de Varennes, Yvan Demers a poursuivi ses collaborations en associant Parkinson Montérégie à d'autres organismes du milieu. Dans le cadre de l'Événement TOUGO organisé par la Ville de Varennes, sa conférence sur le Parkinson a connu un franc succès. M. Demers prépare de nouvelles activités pour l'automne avec la danse en ligne et l'activité populaire de pickleball.

POUR VOTRE INFORMATION

Parcours Montérégie 2025: Une marche solidaire pour soutenir les personnes atteintes de Parkinson.

Joignez vous à nous pour participer à notre levée de fonds annuelle le 20 septembre à 11 h au parc N.-P. Lapierre. Nous vous attendons nombreux et motivés à nous accompagner dans un magnifique parc urbain qui dispose de trajets de diverses distances : 1km 3km et 5Km.

Sous le thème *Bouger c'est la vie, donner c'est l'espoir*, cet événement se veut festif et familial et représente l'occasion idéale pour briser l'isolement et soutenir concrètement les personnes atteintes de la maladie sans oublier leurs proches aidants.

Grâce à votre don, Parkinson Montérégie pourra maintenir la qualité et la gratuité de services offerts qui se décrivent comme suit :

- Boxe adaptée : pôles de Longueuil, Saint-Hyacinthe, Saint-Constant
- Marche nordique : Longueuil, Varennes
- Yoga et stretching : Saint-Hyacinthe
- Neuromotrix: Saint-Hyacinthe, Saint-Constant
- Cafés-rencontres: Longueuil, Saint-Hyacinthe et Varennes
- Conférences sur le Parkinson: Longueuil, Saint-Hyacinthe
- Références sur les ressources disponibles

Les membres du conseil d'administration seront heureux de vous rencontrer pour mieux connaître vos besoins et améliorer notre offre de services.

CLIQUEZ ICI POUR VOUS INSCRIRE OU FAIRE UN DON

Nous remercions les membres du comité organisateur :

Pierrette Brière (450) 774-0079
Michel Cloutier
Fernande Belisle
Diane Houle
Bernadette Landry
Raymond Picard
Martine Ruel

Une invitation spéciale du pôle maskoutain: Épluchette de blé d'inde.

L'été est enfin arrivé et, avec lui, le goût de profiter des beaux jours ensoleillés. Le conseil d'administration est heureux de partager avec vous l'annonce de l'épluchette de blé d'inde organisée par le pôle maskoutain pour une deuxième année.

Notez à votre agenda : **Épluchette de blé d'inde** le mercredi 27 août 2025 de 12 h à 16 h auu terrain des Loisirs St-Joseph, 950 rue Desranleau Est, Saint-Hyacinthe.

De délicieux épis de blé d'inde. café, Tim Bits et eau fraiche seront disponibles. Les participants pourront apporter leur pique-nique et leurs boissons préférées pour compléter le festin.

Nous aimerions saisir cette occasion pour mieux vous connaître. À cet effet, nous inviterons les participants(es) intéressés(es) à partager un domaine d'intérêt ou une passion (exemples : sports, peinture, littérature, artisanat, bricolage, musique, photographie, voyages, bicyclette, etc.). Réservez la date à votre agenda. Le pôle maskoutain enverra un « RAPPEL » sous peu où vous pourrez confirmer votre présence.et celle de votre proche aidant.

Programmation d'automne

Nous présentons ci-dessous les activités de l'automne et les personnes-ressources à contacter.

Pôle Longueuil et Saint-Constant

	Boxe	Marche nordique	Café-rencontre	Neuro équilibre
Journée	Samedi	Mardi	Dates ponctuelles	Mercredi
Horaire	11 h à 12 h 15	10 h 30 à 11 h 30	12 h 00 à 13 h 30	10 h 30 à 11 h 30
Endroit	Club de boxe olympique	Parc Michel Chartrand Longueuil	Breakfast Club	Centre Motto
Adresse	1175 chemin du Coteau rouge Longueuil	1895 rue Adoncour Longueuil	7577 boul, Taschereau Brossard	310 rue Wilfrid Lamarche Saint-Constant
Animateur	Camille Callender	Neuromotrix	Richard Trudeau	Neuromotrix
Début -Fin	Du 13 septembre au 13 décembre	Session en continu Toute l'année	À confirmer	Session en continu toute l'année

Pour information : Richard Trudeau, à richardtrudeau6@gmail.com au (514) 943-7583

Pôle Maskoutain

	Stretching	Café-rencontre	Neuro-Équilibre	Boxe adaptée
Journée	Lundi	Mardi (aux 2 semaines)	Mercredi	Jeudi
Horaire	14 h45 à 15 h 45	9 h à 11 h	14 h 15 à 15 h 15	11 h à 12 h
Endroit	Loisirs St-Joseph	Brûlerie Mondor	Loisirs St-Joseph	Gym Les Apprentis Champions
Adresse	950 rue Desranleau est	1385 rue des Cascades	950 rue Desranleau est	3198 rue Girouard ouest
Professeur	Jolène Bélisle	Michel Cloutier	Jolène Bélisle	Steve Choquette
Début - Fin	Du 8 septembre au 15 décembre Relâche 13 octobre	Du 9 septembre au 16 décembre	Du 10 septembre au 17 décembre	Du 11 septembre au 18 décembre
Durée	14 semaines	8 rencontres	15 semaines	15 semaines

Stretching : Diane Houle à ari.hou@hotmail.com au (450) 774-3538
Neuro équilibre : Martine Ruel à martineruel1060@gmail.com au (450) 773-5311
Café rencontre : Michel Cloutier à michel.cloutier27@gmail.com au (514) 941-4216
Boxe adaptée : Pierrette Brière à brierep@cgocable.ca au (450) 774-0079

Pôle de Varennes

	Yoga sur chaise	Club de marche Les vigoureux	Café rencontre
Journée	Les mercredis	Les lundis	Les derniers vendredis du mois
Horaire	10 h 30 à 11 h 30	9 h 30 à 11 h 30	10 h 30 à 12 h 00
Endroit	Édifice des bâtisseurs Salle de danse	Stationnement du Parc de la commune	Édifice des bâtisseurs Salle de danse
Adresse	2022 Place du 350e	Rue Sainte-Thérèse, Varennes	2022 Place du 350e
Animateur	Josseline de Yoga Tout	Jacques Award	Yvan Demers
Début -Fin	Du 24 septembre au 17 décembre	Du 8 septembre au 16 décembre	Du 29 août au 28 novembre

Pour informations: Yvan Demers à yfdemers@gmail.com (514) 812-4870

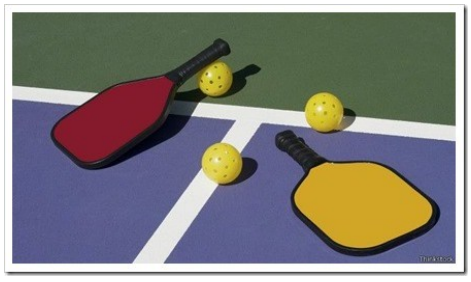
L'innovation des projets à Varennes

<u>Participation au groupe de danse en ligne</u>

Au cours de la session d'hiver, trois participants ont intégré un groupe de danse en ligne pour débutants. Cette activité s'est révélée bénéfique pour la mémoire, le rythme, l'équilibre et la souplesse. Le fait de côtoyer des danseurs ne connaissant pas la maladie a contribué à dissiper certains préjugés et à favoriser la socialisation. Pour ces raisons, nous souhaitons encourager la participation à la danse en ligne lors de la prochaine session pour débutants à l'automne. Dès que l'horaire sera confirmé par la Ville de Varennes vers la fin août, des informations complémentaires vous seront transmises par courriel.

<u>Projet d'initiation au pickleball</u>

Le pickleball offre l'occasion de pratiquer une activité physique ludique. Bien que la performance ne soit pas notre objectif principal, cette discipline favorise l'engagement et le bien-être des participants. L'initiation proposée bénéficiera de l'accompagnement de passionnés du sport. Nous mènerons prochainement un sondage afin d'évaluer votre intérêt pour une séance d'initiation à ce jeu fort populaire auprès des 50 ans et plus.



Un membre de l'équipe de formateurs du Profil maskoutain se distingue

Steve Choquette recevait le 12 juin 2025, au Gala Nomina:
Lauréat *Prix Innovation – Saines habitudes de vie*

M. Choquette offre le cours de boxe dans le pôle maskoutain et les administrateurs le félicitent de cet exploit et le remercient pour son dévouement fort apprécié auprès des membres de ce pôle.

Nouveaux membres au conseil d'administration

Deux nouveaux membres se joignent au conseil d'administration et viennent compléter notre gamme d'expertises. Les administrateur les remercient pour leurs motivation et leur implication dans la poursuite de l'accomplissement de notre mission.

Nicole Mercier

Administrateur de Parkinson Montérégie

Après un début de carrière dans le milieu des affaires, Mme Mercier a rejoint le réseau collégial où elle a œuvré à la Formation continue et aux services aux entreprises de même qu'à la direction du Service de développement international. Son parcours témoigne d'une grande capacité d'adaptation et du respect des valeurs d'autrui. Élue comme administratrice ou présidente de divers comités provinciaux et nationaux, elle réalise des mandats innovants, tant au Québec qu'à l'international. Fondatrice et directrice générale de Management stratégique Athéna Inc., elle mène des missions de consultation depuis 2018.

Son expérience en gouvernance et en gestion de projets ajoutée à son réseau de relations professionnelles favorisera l'essor de Parkinson Montérégie pour le mieux-être de ses membres et de leurs proches aidants.

Après une carrière internationale dans l'ingénierie et la construction à titre de gestionnaire au sein d'une société de renommée mondiale, Michel Cloutier s'est consacré au développement communautaire et à la gouvernance d'organismes à but non lucratif. Son parcours témoigne d'une grande capacité d'adaptation, d'un leadership reconnu et d'un engagement constant à relever des défis pour le mieux-être collectif.

Michel Cloutier

Administrateur de Parkinson Montérégie

Au cours de la dernière décennie, il a exercé les fonctions de gestionnaire principal du Club Informatique Vrais Branchés de Longueuil (CIVBDL). Il siège depuis une année au comité des communications de la Table de Concertation Alliance Aîné·es (TCAA) et membre du nouveau comité de fracture numérique de l'agglomération de Longueuil. Il agit également comme responsable du pôle maskoutain des services Parkinson Montérégie. Son implication vise à soutenir l'innovation, l'inclusion et la qualité de vie des membres et de leurs proches, mettant à profit son expérience en gestion et son réseau pour favoriser l'essor des organismes communautaires.

Demande de PSOC

Le Conseil d'administration du 4 juillet a entériné la demande de financement de notre mission globale dans le cadre du programme de soutien aux organismes communautaires (PSOC). Grâce à ce financement récurrent, nous fondons beaucoup d'espoir de poursuivre notre évolution grâce à du personnel permanent au service du plus grand nombre de personnes atteintes de la maladie et de leurs proches aidants.

Vous avez des questions ou des suggestions pour améliorer nos communications avec vous, n'hésitez pas à nous contacter, car votre bien-être nous tient à cœur.

MESSAGE IMPORTANT

Les membres du conseil d'administration réunis en assemblée le 6 mars 2025 ont adopté une politique de confidentialité et de protection des renseignements personnels conformément à la Loi 25.

La protection de vos données est notre priorité

Parkinson Montérégie accorde la plus grande importance à la confidentialité, à la sécurité et à la protection des renseignements personnels de ses membres.

Nous nous engageons à traiter ces informations avec la plus grande attention conformément à la Loi 25 en vigueur, car mériter votre confiance est au cœur de nos priorités.

Quand vous faites un don ou communiquez avec Parkinson Montérégie, vous consentez à ce que nous recueillions et utilisions seulement vos renseignements personnels nécessaires pour :

- Vous identifier et maintenir à jour vos coordonnées;
- Administrer vos dons, émettre des reçus de dons et traiter des questions afférentes à vos dons;
- Assurer le respect des lois et obligations fiscales.

Aucune action n'est requise de votre part.

Vous pouvez en tout temps retirer votre consentement à la collecte, à l'utilisation et à la communication de vos renseignements personnels. Vous pouvez aussi demander la rectification et l'accès à vos documents.

Si vous souhaitez en apprendre davantage, notre politique de confidentialité et de protection des renseignements personnels est disponible en communiquant avec le président du conseil d'administration, M. Richard Trudeau au: (514) 943-7583

Bon été et au plaisir de vous revoir!

Richard Trudeau
Président du Conseil d'administration
Parkinson Montérégie
Juillet 2025