



Bienvenue à notre Fête de Noël



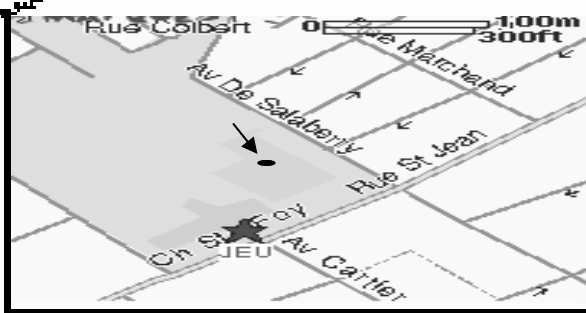
Merci de réserver votre place à l'avance



Centre Lucien-Borne
100, chemin Sainte-Foy
Local 204
Coin côte Salaberry

Vendredi, 8 décembre 2006

Souper à 18 heures



Pour de plus amples informations, contactez-nous :

1, avenue du Sacré-Cœur
Bureau 354 ouest
Québec (Québec) G1N 2W1



LE SURVOL

Épilepsie Section de Québec

Au nom du conseil d'administration

Année 2006, n° 3
Octobre

Chers membres,

Il existe des paroles qui frappent les esprits et portent à la réflexion, mieux encore, à l'action concrète! J'ai toujours en mémoire celles de l'ancien président des Etats-Unis, John-F. Kennedy, qui lançait cet appel au peuple américain et plus particulièrement à la jeunesse américaine : « Don't ask what your country can do for you, but ask what you can do for your country! ».

Le DON de soi au profit des autres. « Ne te demande pas ce que les autres peuvent faire pour toi, mais plutôt ce que toi tu peux faire pour les autres! ».

Comprendre et appliquer ce principe dans sa vie, c'est cesser d'être un enfant pour devenir une personne ADULTE et RESPONSABLE, un exemple pour tous. Comme membre du conseil d'administration de notre association, permettez-moi de saluer une de ces personnes qui a fait du service aux autres une véritable règle de vie : Lise Laverdière.



En fait, l'intérêt de cet énoncé, pour moi, ne réside pas tant dans les valeurs patriotiques du message qu'il véhicule, mais plutôt dans celles, plus profondes, qu'il cache, c'est-à-dire

Michel Drolet, avocat

Avis de recherche pour la Fête de Noël

Une fois de plus cette année le Père Noël a accepté de venir à notre Fête de Noël.

douze ans. Leurs parents peuvent nous joindre à notre bureau au (418) 524-8752.

Le bon « vieillard » à barbe blanche désire distribuer des présents aux enfants sages qui assisteront à cet événement.

Je ferai parvenir au Père Noël la liste de tous les enfants.

Il me demande de rechercher de petits garçons et de petites filles de moins de

Lise Laverdière, C.M.

Directrice générale, E.S.Q.



Fête de Noël

Vendredi, 8 décembre
Centre communautaire
Lucien - Borne

L'ESTIME DE SOI

Les parents exercent une grande influence sur leur enfant pour ce qui est de l'acquisition de l'estime de soi. L'estime de soi demeure peut-être le seul attribut déterminant qu'un enfant puisse acquérir. « L'estime de soi permet à une personne de se fixer des objectifs élevés, de prendre les risques nécessaires à son succès et à sa réalisation, et de persévérer en vue d'atteindre ses objectifs, même lorsque des obstacles se présentent. » (d'après Strixrud, 1988:84).

L'estime de soi naît de la reconnaissance par les parents des sentiments de leur enfant. En revanche, la honte s'installe dès que les parents imposent leur point de vue ou trouvent inacceptables les sentiments de leur enfant. Il importe que les parents prennent garde de réprimander les sentiments de leur enfant.

Pour l'enfant atteint d'un trouble chronique comme l'épilepsie, l'acquisition de l'estime de soi peut poser un défi encore plus grand. Il peut en effet arriver que votre enfant se fasse une image négative de lui-même et qu'il éprouve un sentiment accru d'anxiété et de perte de contrôle en raison de la nature imprévisible des crises.

Au même titre que les parents chez qui les crises peuvent être source d'une foule d'inquiétudes, l'enfant peut avoir à composer avec une multitude d'émotions, notamment la peur, l'embarras, la colère, le défi et l'anxiété. Ces sentiments peuvent s'estomper, puis réapparaître ou fluctuer en durée et en intensité. L'incertitude qui entoure la survenue des crises. La peur des moqueries des autres enfants sont des sentiments qui peuvent persister jusqu'à l'âge adulte.

Sommaire

À l'école : lutter contre les préjugés.....	3
L'épilepsie : l'une des problématiques les moins.....	4-5
La retraite arrive à grand pas.....	5
Vivre et laisser vivre.....	6
Merci Michel Paradis.....	6
Membresip.....	7

Il est probable que votre enfant ait à se battre contre les croyances populaires et les stéréotypes entourant l'épilepsie. Apprendre à vivre avec ces stéréotypes peut représenter un des plus grands défis de votre enfant. Souvent, l'épilepsie ne devient une maladie qu'à travers les yeux des autres. Transmettez à votre enfant une information adéquate et apprenez-lui les mots qui lui permettront de répondre aux questions qu'on lui pose; cela lui sera d'un immense secours.


Si les parents se sentent à l'aise face à l'épilepsie de leur enfant, celui-ci sera mieux en mesure d'accepter la maladie. Si, pour les parents, l'épilepsie est source de honte ou d'anxiété, il en sera même pour l'enfant. En favorisant l'acceptation et la confiance en soi, on aide l'enfant à faire face à ses propres sentiments et à l'attitude des autres.

En partageant avec votre enfant l'information que vous possédez au sujet de l'épilepsie dans des mots que celui-ci est apte à comprendre, vous contribuerez à dissiper une partie du mystère entourant les crises. L'enfant qui comprend mieux l'épilepsie l'accepte plus facilement. Des parents ont constaté qu'il ne servait à rien de cacher à leur enfant ce qu'était l'épilepsie sous prétexte de le protéger. Souvent les enfants comblent l'information qui leur manque par des renseignements erronés qui peuvent être une source d'inquiétudes non fondées. Ne croyez pas que l'enfant qui ne pose pas de questions n'est pas préoccupé par l'épilepsie.

L'image que votre enfant se fait de lui-même dépend en partie des réactions de sa famille, de ses amis et des professionnels du domaine médical qu'il est appelé à rencontrer. En tant que parent, vous êtes en mesure de sensibiliser les autres. Informer la famille et les amis que les crises ne sont qu'une interruption temporaire dans la journée de votre enfant. Il est important que les autres comprennent que votre enfant est d'abord et avant tout un enfant, à qui il arrive simplement d'avoir des crises.

Suite à la page 3

ÉPILEPSIE SECTION DE QUÉBEC



Épilepsie Section Québec

1, avenue du Sacré-Cœur
Bureau 354 ouest
Québec (Québec) G1N 2W1

Téléphone : (418) 524-8752
Télécopieur : (418) 524-5882

Courriel :
epilepsiequebec@megaquebec.net

L'épilepsie c'est...

L'ensemble des manifestations qui découlent d'un dérèglement temporaire de l'activité électrique du cerveau.

Dans ces conditions, la conscience, les mouvements ou les actions d'une personne peuvent être modifiés pour un court laps de temps.

Mission de l'organisme

Répondre à tous les besoins des personnes épileptiques ainsi qu'aux membres de leur famille aux prises avec la problématique de l'épilepsie.

Ses objectifs :

- Défendre les droits des personnes épileptiques;
- Créer un sentiment de solidarité;
- Promouvoir l'information médicale;
- Démystifier l'épilepsie auprès du grand public;
- Améliorer la qualité de vie des personnes épileptiques;
- Recruter dans notre région les personnes épileptiques, leur famille et toutes autres personnes sympathiques à notre cause.

Demande d'adhésion

Adhérer à Epilepsie Section de Québec est un geste de soutien et de solidarité envers les personnes épileptiques et leur famille.

Formulaire d'inscription

S.V.P. Complétez en lettre enroulée

M. Mme Mlle

Nom : _____

Prénom : _____

Adresse : _____

Code postal : _____

Épileptique Parent Ami(e)

Date de naissance

Année	Mois	Jour
_	_	_

Téléphone

Code	Résidence	Travail
_	_	_

Cotisation annuelle : 5 \$

« S.V.P. PAS D'ARGENT PAR LA POSTE »

S.V.P. Retournez à :
Épilepsie Section de Québec
1, avenue du Sacré-Coeur, bureau 354 ouest
Québec (Québec) G1N 2W1

Les renseignements donnés demeurent strictement confidentiels

Vivre et laisser vivre

Que dire de ces personnes, qui ne cessent de nous empoisonner l'existence, avec leur inquiétude malade. Il serait peut-être temps que ces personnes « inquiètes » décident enfin de couper le « cordon ombilical » et de laisser la personne « prise en garde à vue » vivre ses propres expériences de vie quel que soit son état de santé.

Se sentir emprisonné, c'est impossible de ressentir « l'emprisonnement » comme on aurait une sensation de peine ou de joie. Cette métaphore a comme symbole « la prison » dans notre société, c'est l'expression de plusieurs significations telles que : L'incapacité de se sortir d'une relation pénible ou la peur de blesser l'autre. C'est une sorte de prison de l'esprit. Ouf! « De que c'est que tu dis-là? ». Hé oui, la prison de l'esprit! Mentalement, c'est très lourd pour la personne qui subit « l'emprisonnement » signifiant la liberté perdue à jamais. Comme dirait le « sacripant » de p'tit vieux bonhomme rond à la barbe blanche, le Père Noël : « Ho! Ho! Ho! Pauvre petit, si vous en êtes victime, ne vous laissez pas abattre, puisque votre sentence devrait prendre fin dans les deux tiers de votre peine. Pour les exceptions soyez « tolérant » ou continuez à prier ».

L'inquiétude quant à elle est une opération intellectuelle « complexe »... oui Monsieur, c'est d'empirer une situation présente ou à venir, une situation désagréable et de faire du souci à son endroit. L'inquié-

MERCI MICHEL PARADIS

Que dire de toi ? D'après moi, tu sembles bien dans ta peau, et les personnes bien dans leur peau ont la chance d'aller plus loin que des buts qu'elles se sont fixés. Quand j'ai entendu ton nom la première fois, j'ai dit : « Un avocat pourquoi pas ? ».

Avocat et président d'Épilepsie Section de Québec depuis plus de quinze ans. Tu donnes ton temps, pour une cause que tu crois juste. Aujourd'hui, tu te dis : « Je dois passer le flambeau ». Bravo Michel, tu as fait beaucoup pour nous et pour la société.

tude et la peur sont toutes deux des émotions parallèles consistant à empirer ou à prévoir une situation de vie que l'on ne veut pas envisager ou en souffrir. Le cellulaire lui... à quoi pensez-vous qu'il peut être utilisé? Hé oui, retracer les brebis égarées, si le téléphone cellulaire est en fonction bien sûr. Quant à c'la pourquoi pas leur mettre une clochette dans le cou... « GPS ».

Bon ! Finies les folies, calmons-nous un brin le « pompon »! L'inquiétude sert à nous informer sur le présent. En effet, c'est une situation actuelle qui nous projette à l'anticipation d'une situation à venir. C'est une perception de l'imagination sur des expériences douloureuses de la vie qu'on n'aimerait pas vivre ou revivre. Bon! Fin de l'extrapolation, il est maintenant temps de dire la vérité. Hé oui ! Je vous promets, ça ne fera pas mal! C'est de prévoir les difficultés qu'une personne pourrait affronter au présent et les difficultés dans sa future vie. Je vous en prie, laissez-le respirer le pauvre, donnez-lui un peu d'air, il va venir avec une peau couleur « bleu encre »... comme un martien.

L'emprisonnement et l'inquiétude sont tous deux des expériences importantes, pourvu qu'elles soient vécues avec modération. Oui! Oui! Oui! Ainsi, les deux parties s'en porteront mieux.

Pierre-Luc Breton

Présent à chaque activité malgré des horaires très chargés, entre deux allers-retours dans des villes et des pays de rêves comme Paris, Moscou, l'Italie et l'Inde.

Tout ce que nous souhaitons maintenant c'est de conserver notre place dans ton cœur et tes pensées. Je te dis bonne chance pour tes projets futurs.

Georges Boucher

À L'ÉCOLE :

LUTTER CONTRE LES PRÉJUGÉS

Si les enseignants et les dirigeants d'une école connaissent mal l'épilepsie, vous serez peut-être obligé de défendre les droits de votre enfant. Il a un droit légal d'aller à l'école, que ses crises soient maîtrisées ou non. Si votre enfant n'a aucune difficulté d'apprentissage importante, sa place est dans une classe régulière, non en classe spéciale. Votre enfant a également le droit de participer aux activités sportives de l'école.

Dans une telle situation, vous pourrez être tenté de na pas avertir l'école que votre enfant est atteint d'épilepsie, surtout lorsque ses crises sont bien maîtrisées. Une telle décision ferait cependant comprendre à votre enfant que l'épilepsie est quelque chose à cacher, une source de honte — sans compter qu'une crise éventuelle pourrait provoquer un tumulte et aggraver l'incompréhension.

Les enfants peuvent être cruels. Votre enfant devra parfois subir les attaques, les moqueries ou les préjugés de ses camarades de classe. Parce que votre enfant veut simplement « être comme les autres », il peut se sentir isolé et rejeté par ses pairs.

Vous pouvez l'aider en :

- Étant attentif aux craintes de votre enfant;
- Parlant avec lui des façons de contrer les préjugés;
- L'encourageant à participer à des activités scolaires ou communautaires;
- L'outillant pour expliquer l'épilepsie de façon que les autres enfants puissent le comprendre.

Source :

Brochure LES ENFANTS ET L'ÉPILEPSIE
CE QUE LES PARENTS DOIVENT SAVOIR

Les conseils qui suivent reflètent certaines considérations particulières dont les parents d'un enfant épileptiques doivent tenir compte :

- Parlez de l'épilepsie avec votre enfant et encouragez-le à jouer un rôle actif dans la prise en charge de ses crises;
- Encouragez et soutenez les efforts que déploie votre enfant pour apprendre, explorer et expérimenter de nouvelles situations de façon à ce qu'il ait confiance en lui-même. Résister au désir impérieux de surprotéger votre enfant. La surprotection signale en effet à l'enfant qu'il est un incapable et qu'il ne devrait pas être laissé à lui-même;
- Ayez des attentes réalistes. Prenez garde de fixer des objectifs inatteignables qui ne feraient qu'engendrer de la frustration et un sentiment d'échec. À l'opposé, faites attention de ne pas réduire les attentes à un niveau tel que votre enfant doute de votre confiance en lui;
- On ne devrait pas prendre les sentiments à la légère. En vous montrant accueillant à l'égard des sentiments de votre enfant, vous favorisez l'ouverture de ce dernier. Pour votre enfant, l'épilepsie demeure une source de questionnements et de préoccupations;
- Soyez attentif aux pensées et aux idées de votre enfant. Les enfants ont besoin de sentir que leur discours est important, entendu et apprécié;
- Comme votre enfant risque de se sentir différent, il importe de renforcer son sentiment d'appartenance à la famille et de l'aider à trouver des façons d'expliquer ses crises d'épilepsie aux autres;
- Les crises ne constituent qu'un aspect de la vie de votre enfant; concentrez-vous sur tout ce que celui-ci a droit à offrir;
- Assurez-vous que votre enfant comprenne bien qu'il n'est pas responsable de ses crises.

Source :

Votre enfant et l'épilepsie
Brochure d'information à l'intention des parents

L'épilepsie :

l'une des problématique les plus anciennes et les moins connues

Qu'avaient en commun Jules César, Tolstoï, Einstein et Napoléon? Bien sûr, c'était des hommes intelligents qui ont marqué leur époque. Mais tous étaient également atteints d'un dérèglement de l'activité cérébrale du cerveau, l'une des plus vieilles problématiques connues. Longtemps craint, toujours méconnu, ce dérèglement a connu toutes sortes d'appellations et les explications entourant son origine ont souvent été associées à des phénomènes surnaturels, mais aujourd'hui, on nomme ce syndrome ou encore ce symptôme, selon les écoles de pensée des neurologues, l'épilepsie.

L'épilepsie, ou trouble épileptique, touche pas moins de 300 000 Canadiens et Canadiennes, soit 1 % de la population du pays. Ce n'est pas un état permanent, comme un handicap, et ce n'est pas une maladie, car on ne naît pas avec, sauf dans de rares cas. En effet, l'épilepsie apparaît dans 75 % des cas avant l'âge de 18 ans, dans 55 % des cas avant l'âge de 10 ans et dans 44 % des cas avant l'âge de 5 ans. Et elle frappe n'importe qui à n'importe quel âge. Elle résulte parfois d'un choc physique, comme un accident ou une chute de la bassinette, ou apparaît sans cause apparente.

Heureusement, les études effectuées au fil des ans ont permis de démystifier ce phénomène intracranien et de nombreux médicaments ont été mis au point, non pas pour guérir de l'épilepsie, car on l'a déjà dit, ce n'est pas une maladie, mais à tout le moins contrôler les crises. Celles-ci sont de divers types, allant de la perte de conscience et des tremblements convulsifs à de simples absences qui durent quelques secondes. Généralement, les crises ne durent qu'une minute. Mais l'état de mal épileptique, une série de crises, peut durer plus longtemps.

Si la science a évolué, les mentalités sont quant à elles récalcitrantes. Les personnes épileptiques sont encore souvent mises de côté, jugées, et leur famille mal informée de la manière de les aider à traverser leurs crises. C'est pourquoi depuis 1980 un organisme voit à répondre aux besoins des personnes épileptiques, ainsi qu'aux membres de leur famille.

Organisme en santé

Épilepsie section de Québec est née de la volonté d'un groupe de travailleurs de l'Hôtel-Dieu-du-Sacré-Cœur-de-Jésus de Québec, où sont accueillies les personnes épileptiques depuis la fin des années 1700 par la communauté religieuse. À la tête du groupe, le Dr. Pierre-Yves Langevin, secondé par des professionnels, comme Louis Dorion et Jacques Gingras, tous deux avocats de formation.

L'organisme a bien connu des années difficiles, mais depuis 10 ans, date à laquelle Me Michel Paradis est devenu président du conseil d'administration et Lise Laverdière, C.M., directrice générale, l'organisme se porte beaucoup mieux. Le duo a su, supporté par le travail des 11 membres du conseil d'administration, et principalement de Roland Trudelle, membre depuis au moins 20 ans et aidé d'une solide équipe de bénévoles, faire preuve d'ingéniosité pour redresser la barre de l'organisme et continuer à offrir ses précieux services aux personnes épileptiques.

Les objectifs d'Épilepsie section Québec sont de créer un sentiment de solidarité, de maintenir un support psychosocial et favoriser l'estime de soi, de promouvoir l'information médicale, de démystifier l'épilepsie auprès du grand public, d'améliorer la qualité de vie des personnes épileptiques et de recruter, dans la région, les personnes épileptiques, leur famille et toute autre personne sympathique à la cause. On dénombre aujourd'hui plus de 250 membres de Portneuf à Charlevoix, et de Québec à la Gaspésie.

Suite à la page 5

Pour y arriver, de nombreux services sont proposés dans divers domaines : vie associative (comité de parents, soirée d'information, etc.), activités sociales (sorties de quilles, fête de Noël, etc.), édition du journal Le Survol, ainsi qu'écoute et orientation pour les membres qui en éprouvent le besoin. Épilepsie section Québec est situé au 1 avenue du Sacré-Cœur, bureau 354 ouest, à Québec et pour communiquer avec eux il suffit de composer le 524-8752 ou par Internet à epilepsiequebec@megaquebec.net.

Défense des droits

Épilepsie section de Québec est l'un des membres fondateurs d'un regroupement de 25 organismes

de promotion de personnes handicapées, le ROP 03. Ce regroupement a pour mission de promouvoir et de défendre les droits des personnes handicapées auprès, entre autres, des instances gouvernementales. Puisque l'épilepsie est considérée comme une limitation organique, on peut alors parler de handicap. Pour en connaître davantage sur le regroupement. Il suffit de visiter le site Internet à l'adresse www.rop03.com.

Source :

Journal *Le Soleil*

Dimanche, le 4 juin 2006

LA RETRAITE ARRIVE À GRAND PAS

L'heure de la retraite a sonné pour moi et sera effective à compter du 31 octobre 2006. C'est en 1985 que France Picard, directrice générale de l'Association québécoise de l'épilepsie, me demanda de faire du bénévolat au sein d'Épilepsie section de Québec. Par la suite, on m'a sollicitée en tant que membre du conseil d'administration sous la présidence du regretté D' Georges Patry que plusieurs d'entre vous ont bien connu. Quatre années plus tard, le poste de directeur, devenu vacant m'a été attribué. Dès ce jour, j'ai mis toute mon énergie et mon cœur à donner à notre organisme une crédibilité auprès des instances gouvernementales et de nos « subventionneurs ». Un des premiers mandats et toujours actuel est de démystifier ce qu'est l'épilepsie auprès de la population en général et de « sortir de l'ombre » les personnes qui doivent jour après jour vivre avec... Pour cela, nous devons maintenir nos programmes en ce sens.

C'est maintenant le temps pour la relève de continuer d'assurer à nos personnes épileptiques et leur famille, une qualité de vie à laquelle elles ont droit. La personne qui sera choisie sera assurée de mon soutien et de mes connaissances afin de favoriser son intégration au poste le plus rapidement possible.

En terminant, je voudrais remercier chacune, chacun d'entre vous qui m'avez soutenue tout au long de ces années. Les succès, le travail accompli ne sont jamais l'œuvre d'une seule personne, mais bien de plusieurs collaboratrices et collaborateurs ainsi que des membres du conseil d'administration qui ont cru en moi, soutenue et motivée à toujours me dépasser.

Chers membres, chaque fois que je vous ai sollicités, vous avez toujours participé avec enthousiasme dans les activités sociales, culturelles et sportives. Je garderai des souvenirs inoubliables de chacune et chacun d'entre vous.

Lise Laverdière C.M.
Directrice générale,
ESQ.

