

# Communiqué de presse

## *Pour diffusion immédiate*

### DES CAPSULES VIDÉOS POUR LE MAINTIEN D'UN CERVEAU EN SANTÉ

**Gatineau, le 21 septembre 2023** – Qu'est-ce que Michel Forget, Shirley Théroix et Julius Grey ont en commun à part d'être des personnalités québécoises connues? Il semble que les années n'ont pas de prise sur eux! En effet, chacune, à sa façon, a adopté certaines habitudes qui s'avèrent gagnantes pour la santé de leur cerveau.

#### Journée mondiale de la maladie d'Alzheimer

En cette journée thématique, notre établissement vous invite à découvrir les idées inspirantes de ces 3 personnalités, commentées par Sylvie Belleville, neuropsychologue et chercheuse au Centre de recherche de l'Institut universitaire de gériatrie de Montréal (IUGM). Nées d'une idée de Hélène L'africain, infirmière territoriale du Plan Alzheimer pour la région de l'Outaouais (PARO), ces capsules vidéos ont été conçues par et pour les professionnels de la santé et des services sociaux dans le but de sensibiliser notre population par des gestes simples et des moyens concrets. C'est grâce à la collaboration de l'IUGM du CIUSSS du Centre-Sud-de-l'Île-de-Montréal que l'idée de départ a pu aboutir à la réalisation de ce matériel.

#### Des messages de prévention

La maladie d'Alzheimer est une maladie neurodégénérative dont l'impact sur la société québécoise est considérable et qui s'accroît dramatiquement à cause du vieillissement de la population. L'urgence d'agir est maintenant reconnue au niveau international. Selon l'OMS, la maladie d'Alzheimer constitue une des principales causes d'incapacités chez les personnes âgées dans les pays à revenu élevé. Les impacts sur les personnes proches aidantes et les familles sont nombreux. D'après les chiffres de la Fédération québécoise des Sociétés d'Alzheimer, d'ici 15 ans, on prévoit une augmentation de 66 % des personnes vivant avec un trouble neurocognitif au Canada; ce qui représente environ 260 000 Québécois, et 8 300 personnes en Outaouais. À l'heure actuelle, il n'existe toujours pas de traitement curatif mais les recherches démontrent que des actions concrètes peuvent être posées pour protéger la santé de notre cerveau. C'est toute l'idée de ces capsules vidéo.

Découvrir les conseils et gestes simples à adopter

[Visionner la capsule complète](#) (25 minutes sur YouTube)



- 30-

**Pour plus de renseignements :**

**Services des relations médias**

Centre intégré de Santé et de Services sociaux de l'Outaouais

07.relations\_medias@ssss.gouv.qc.ca

Téléphone : 819 966-6583