

# Société Alzheimer Society

FÉDÉRATION QUÉBÉCOISE DES SOCIÉTÉS ALZHEIMER  
FEDERATION OF QUEBEC ALZHEIMER SOCIETIES

**COMMUNIQUÉ**  
*Pour diffusion immédiate*

***Faites marcher votre cerveau,  
Il a besoin d'exercice !***

La campagne de sensibilisation du mouvement Alzheimer québécois de 2007 s'appuie sur le travail des chercheurs qui mettent l'emphasis sur les choix que l'on peut faire pour réduire les risques d'apparitions des symptômes de la maladie d'Alzheimer et ainsi maintenir une bonne qualité de vie au fil des ans. En effet, bien qu'il soit impossible de prévenir la maladie d'Alzheimer à l'heure actuelle, il n'est jamais trop tôt ou trop tard pour adopter des habitudes qui maintiendront ou amélioreront la santé générale et en même temps pourrait contribuer à améliorer celle de nos neurones.

Ainsi les 21 sociétés Alzheimer régionales s'attacheront, sur l'ensemble du territoire québécois, à renseigner les personnes atteintes de la maladie et leurs proches sur la manière de préserver leur santé et leur qualité de vie. Elles informeront le grand public au sujet des facteurs de risque de la maladie et sur ce que peuvent faire les personnes de tous âges pour demeurer en santé. Puisque le cerveau se mêle de tout (traitement de l'information visuelle, tactile, émotionnelle, équilibre, langage, etc.) la stimulation cognitive ne peut qu'aider à maintenir notre mémoire active.

Un sondage d'opinion public de Léger Marketing, réalisé au nom de la société Alzheimer du Canada, révèle que la maladie d'Alzheimer est la deuxième maladie qui fait le plus peur au gens en vieillissant. Par ailleurs 52% des québécois ont déclaré connaître une personne atteinte de la maladie d'Alzheimer (un proche, le parent d'un collègue de travail, d'un ami ou d'un voisin, etc.) et 25% d'entre eux ont affirmé qu'un des membres de leur famille était atteint de la maladie.

La maladie d'Alzheimer fait partie du quotidien de beaucoup de personnes. Afin de mettre en action le thème de la campagne de sensibilisation et pour répondre encore davantage aux besoins des personnes atteintes le mouvement Alzheimer québécois organisera en mai une collecte de fonds provinciale sous la forme d'une Marche de la mémoire qui se déroulera dans tout le Québec. « Il faut que chacune des personnes atteintes, ainsi que sa famille, sache qu'elle n'est pas seule, que nous sommes tous concernés et comme tels nous avons tous une place à prendre, un rôle de solidarité à jouer » explique Mme Ross, directrice générale de la Fédération québécoise des sociétés Alzheimer.

-30-

Source : Fédération québécoise des sociétés Alzheimer - [www.alzheimerquebec.ca](http://www.alzheimerquebec.ca)

Contact : Stéphanie Bazot - 514.369.7891 ext.224 - [bazot-fqsa@alzheimerquebec.ca](mailto:bazot-fqsa@alzheimerquebec.ca)