

BIBLIOGRAPHIE PROCHES AIDANTS

BIBLIOGRAPHY CAREGIVERS



ressources **aide**
soutien **help**
documentation **information**

AÎNÉS ET VIEILLISSEMENT

AGED AND AGING

Bibliothèque de Deux-Montagnes
200, Henri-Dunant
Deux-Montagnes (Québec) J7R 4W6
Tél.: 450 473-2702
Télécopieur: 450 473-2816
biblio@ville.deux-montagnes.qc.ca
www.ville.deux-montagnes.qc.ca/bibliotheque



Répertoire de ressources
documentaires, communautaires et
virtuelles visant à soutenir et à accompagner
les efforts de tous les proches aidants.

Index of documentary, community-based
and virtual resources aimed at supporting the
efforts of and assisting all informal caregivers

BIBLIOGRAPHIE ÂÎNÉS ET VIEILLISSEMENT

BIBLIOGRAPHY AGED AND AGING

DOCUMENTAIRES / NON-FICTION

☺ = pour enfants / for children

Badey-Rodriguez, Claudine. *La vie en maison de retraite [comprendre les résidents, leurs proches et les soignants]*. Paris : Albin Michel, 2002, c2003.

- Bibliothèque municipale de Deux-Montagnes 362.61 B134v

Barreau du Québec. Fondation. *Vous avez des droits, prenez votre place! : juriguide pour les aînés*. Montréal : Éducaloi, 2003.

- Bibliothèque municipale de Deux-Montagnes 362.613 B271v

Baumann, François. *Comment vivre avec un parent âgé : l'aider à rester autonome en le restant soi-même*. Paris : J. Lyon, c2000.

- Bibliothèque municipale de Deux-Montagnes 362.6 B347c

Vos parents âgés sont encore autonomes et lucides. Mais ils deviennent de plus en plus fragiles et ont besoin d'une assistance ponctuelle. Que faire pour les décharger de certaines tâches quotidiennes éreintantes? Ce livre suggère des solutions réalistes à l'aide de cas concrets et d'exemples vécus. [SDM]

Le Bel Âge. *À pleine vie! : le guide complet des boomers*. S.l. : Société en commandite des guides verticaux, c2007.

- Bibliothèque municipale de Deux-Montagnes 362.6 A111

Bergman, Catherine. *« Il faut rester dans la parade ! » : comment vieillir sans devenir vieux*. Montréal : Flammarion Québec, 2005.

- Bibliothèque municipale de Deux-Montagnes 920.0714 B499i

Bien vieillir, un art qui s'apprend tôt. Québec : Publications du Québec, 1990.

- Bibliothèque municipale de Deux-Montagnes 305.26 B588

Ce document est une adaptation du cours "Gérontologie" qui traite principalement du vieillissement. On y aborde aussi d'autres questions connexes: les étapes de la vie, la famille, le couple et la sexualité, le corps et la santé, le cerveau, la retraite. [SDM]

Bondil, Alain. *L'âge d'or de votre corps : manger mieux pour vivre plus longtemps selon l'enseignement du docteur Kousmine.* Paris : J'ai lu, 1996, c1994.

- Bibliothèque municipale de Deux-Montagnes 641.1 B711a

Pour tous ceux qui ont à coeur de vivre longtemps et en bonne forme, ce livre offre des conseils diététiques et des informations sur les maladies, souvent causées par des déséquilibres alimentaires. On présente ensuite des régimes pour guérir ou prévenir ces maladies, complétés par des recettes-santé. [SDM]

Bonsteel, Alan. *Être jeune et le rester.* [Montréal] : Éditions de l'Homme, 2002.

- Bibliothèque municipale de Deux-Montagnes 613.0434 B721e

Une méthode proposée par un médecin généraliste pour conserver la santé le plus longtemps possible. Elle est basée sur de nombreuses années de pratique de médecine familiale: alimentation équilibrée, programme d'exercices, état de santé à différentes phases de la vie. Une médecine préventive pour améliorer le bien-être physique, sexuel et psychologique. [SDM]

Bouillon de poulet pour l'âme des aînés : histoires réconfortantes pour les 60 ans et plus. Montréal : Sciences et culture, c2002.

- Bibliothèque municipale de Deux-Montagnes 305.26 B762

Recueil d'histoires inspirantes qui invitent à "devenir meilleur en vieillissant", à rester jeune de coeur, à célébrer la vie, l'amour, à apprendre encore, à continuer de rêver, etc. [SDM]

Carper, Jean. *Les aliments pour rester jeune.* [Montréal] : Éditions de l'Homme, c1997.

- Bibliothèque municipale de Deux-Montagnes 612.68 C297a

Une journaliste traite du vieillissement et des stratégies alimentaires susceptibles d'en atténuer les effets. [SDM]

Charbit, Patrick. *Soins d'urgence à la personne âgée : des premiers soins à la maison aux urgences médicales : [conforme au programme officiel]*. [Miribel] : Vagnon, 2008.

- Bibliothèque municipale de Deux-Montagnes 618.97 C469s

Charpentier, Michèle. *Priver ou privatiser la vieillesse? : entre le domicile à tout prix et le placement à aucun prix*. Sainte-Foy : Presses de l'Université du Québec, 2002.

- Bibliothèque municipale de Deux-Montagnes 362.61 C484p

Chauchard, Claude. *N'attendez pas de devenir vieux-- pour avoir envie de rester jeune!* Paris : M. Lafon, 2003.

- Bibliothèque municipale de Deux-Montagnes 612.68 C496n

Des informations et des conseils pour prévenir le vieillissement: nature et mécanismes du vieillissement, longévité, physiologie cellulaire, pathologies cardio-vasculaires, alimentation, hormones et thérapie hormonale. [SDM]

Chopra, Deepak. *Ageless body, timeless mind : the Quantum alternative to growing old*. New York : Harmony books, c1993.

- Bibliothèque municipale de Deux-Montagnes 612.68 C549a

Cohen, Leah. *Small expectations : Society's betrayal of older women*. Toronto : McClelland and Stewart-Bantam, c1984.

- Bibliothèque municipale de Deux-Montagnes 305.42 C678s

Collange, Christiane. *La deuxième vie des femmes*. Paris : Laffont, c2005.

- Bibliothèque municipale de Deux-Montagnes 305.244 C697d

Un hommage vibrant, émouvant et terriblement optimiste à ces femmes qui ont dépassé la cinquantaine. Ces femmes qui assument un rôle tout à fait essentiel dans notre société au moment de leur "deuxième vie". En aidant les uns et les autres, les ascendants, les descendants, sans oublier le mari, les amis, et tutti quanti... [SDM]

Collange, Christiane. *Toi, mon senior*. Paris : Le Livre de poche, 1998, c1997.

- Bibliothèque municipale de Deux-Montagnes 306.872 C697t

Le sous-titre décrit bien le thème du livre sur la vie de couple après cinquante ans. Principaux points abordés: vie personnelle, vie commune, vie sociale, vie familiale, vie sexuelle. [SDM]

Combaz, Christian. *Éloge de l'âge*. Paris : Fayard, 2001, c2000.

- Bibliothèque municipale de Deux-Montagnes 305.26 C729e

Comment les femmes restent jeunes : comment agir dès aujourd'hui pour paraître plus jeune et vous sentir en pleine forme. Emmaus, Penns. : Rodale Press, c1999.

- Bibliothèque municipale de Deux-Montagnes 613.04244 C734

Publié par les réputés éditeurs de livres de santé Rodale, des conseils pour garder la forme et le tonus, bref pour rester en santé le plus longtemps possible. Lecture très accessible, divisée de façon thématique et alphabétique. [SDM]

Cosby, Bill. *Time flies*. New York : Doubleday, c1987.

- Bibliothèque municipale de Deux-Montagnes 305.26 C834t

Croese, Royda. *Pourquoi les femmes vivent-elles plus longtemps que les hommes?* [Montréal] : Éditions de l'Homme, c1998.

- Bibliothèque municipale de Deux-Montagnes 612.68 C949p

Malgré les progrès de la médecine, les hommes meurent en moyenne sept ou huit ans avant les femmes. Cette espérance de vie limitée s'explique-t-elle par la biologie? D'après l'auteure, il s'agit surtout d'une question d'adaptation. Elle constate que les femmes surmontent plus facilement les crises de la vie, elles savent créer des liens affectifs durables et se montrer à la fois flexibles et résistantes. Cette capacité d'adaptation les aide à vieillir plus sereinement et, semble-t-il, à vivre plus longtemps. [SDM]

Demers, Suzanne. *Trop jeune ou trop vieux : avis sur la situation des travailleuses et travailleurs vieillissants au Québec*. Québec : Conseil des aînés, 2002.

- Bibliothèque municipale de Deux-Montagnes 331.398 D376t

Dépatie, Andy. *De pathétique à athlétique... à 60 ans*. Montréal : Éditions de l'Homme, 2005.

- Bibliothèque municipale de Deux-Montagnes 613.70446 D419d

Désaulniers, Marie. *La vieillesse en cage : poulaillers pour vieux*. Outremont : Publistar, 2005.

- Bibliothèque municipale de Deux-Montagnes 362.61 D442v

Présenté sous un léger déguisement fictif, un récit sur le sort lamentable trop souvent réservé aux personnes âgées dans les centres hospitaliers de longue durée et les centres d'accueil. L'auteure, qui a travaillé de longues années dans de tels établissements, relate pour l'essentiel des faits dont elle a été témoin. [SDM]

Des Rivières, Monique. *Une fin ou un début? : avis du Conseil des aînés sur la retraite*. Québec : Conseil des aînés, 2002.

- Bibliothèque municipale de Deux-Montagnes 305.26 D441u

Dickman, Irving R. *Pour se faciliter la vie : conseils pratiques à la personne âgée aveugle ou en perte de vision qui désire améliorer son milieu de vie*. Montréal : Institut national canadien pour les aveugles, Division du Québec, [1991?]

- Bibliothèque municipale de Deux-Montagnes 362.4 D553m.FL

Doucet, Hubert. *Soigner en centre d'hébergement : repères éthiques*. Montréal : Fides, 2008.

- Bibliothèque municipale de Deux-Montagnes 174.2 D728s

Doress-Worters, Paula B. *The new ourselves, growing older : Women aging with knowledge and power*. New York : Touchstone, c1994.

- Bibliothèque municipale de Deux-Montagnes 305.4 D695n

Dubé, Denise. *Humaniser la vieillesse*. Québec : MultiMondes, 2006.

- Bibliothèque municipale de Deux-Montagnes 155.67 D814h

Evans, William. *Biomarkers : the 10 keys to prolonging vitality*. New York : Fireside Books, 1992.

- Bibliothèque municipale de Deux-Montagnes 613.0438 E92b

Festy, Danièle. *Cent ans de jeunesse : grâce aux compléments alimentaires*. Paris : Presses du Châtelet, 2000, c2001.

- Bibliothèque municipale de Deux-Montagnes 612.68 F418c

Tour d'horizon très complet sur tous les compléments alimentaires qui ralentissent le vieillissement: antioxydants, vitamines, enzymes, acides gras, fibres, minéraux, extraits de plantes. [SDM]

Fontaine, Lucie. *Alors qu'une vie s'achève : guide pratique d'accompagnement des mourants du troisième âge*. Saint-Hyacinthe : Editions JML, 1993, c1992.

- Bibliothèque municipale de Deux-Montagnes 362.175 F678a

Forette, Françoise. *La révolution de la longévité*. Paris : Grasset, 1997.

- Bibliothèque municipale de Deux-Montagnes 612.68 F718r

Des réponses simples aux questions que l'on se pose sur cette révolution. Comment bien vieillir? Qu'est-ce que la médecine prédictive? Pourra-t-on soigner tout le monde? Et dans quelles conditions? [SDM]

Fortin, Christian. *À la poursuite de l'éternelle jeunesse : comment en tirer le meilleur*. Outremont : Publistar, 2006.

- Bibliothèque municipale de Deux-Montagnes 612.68 F742a

Fournier, Jean-Louis. *Mon dernier cheveu noir : avec quelques conseils aux anciens jeunes*. Paris : A. Carrière, 2006.

- Bibliothèque municipale de Deux-Montagnes 305.26 F778m

Réflexions et souvenirs, anecdotes et aphorismes enchassés. L'humour et la sagesse d'un épicurien qui "expérimente" la vieillesse, sonde cet âge de la vie et "commence à savoir savourer l'ordinaire" (p. 76). [SDM]

Friedan, Betty. *The fountain of age*. New York : Simon and Schuster, c1993.

- Bibliothèque municipale de Deux-Montagnes 305.26 F899f

Fries, James F. *Living well : taking care of yourself in the middle and later years*. Cambridge, MA : Da Capo Press, c2004.

- Bibliothèque municipale de Deux-Montagnes 613.0434 F899L

Fuchs, Marie-Françoise. *Questions de grands-parents : comment trouver sa place dans la famille et la société d'aujourd'hui*. [Paris] : EdLM, 2001.

- Bibliothèque municipale de Deux-Montagnes 306.8745 F951q

Écrit par une équipe de grands-mères; une somme de témoignages, d'histoires vécues et de pistes de réflexion rassemblés en trois grandes parties: les mutations sociales du monde d'aujourd'hui; être grands-parents d'adolescents, conseils pratiques pour entrer dans leur monde et les apprivoiser; l'aventure que constitue le vieillissement. [SDM]

Gendron, Marie. *Tout l'amour du monde*. [Montréal] : Libre expression, c1985.

- Bibliothèque municipale de Deux-Montagnes 362.61 G325t

Giroux, Sophie. *Échos de deux générations*. [Montréal] : Le Jour, c1996.

- Bibliothèque municipale de Deux-Montagnes 305.209714 G528é

Un dominicain de 80 ans et une mère de 30 ans échangent sur divers sujets de la vie: le sacré, l'amour, la vie, la mort, la peur de l'engagement, la solitude, etc. [SDM]

Goldberg, Elkhonon. *Les prodiges du cerveau, ou, Comment l'esprit se bonifie avec l'âge*. Paris : Laffont, 2007.

- Bibliothèque municipale de Deux-Montagnes 612.82 G618p

Grafeille, Nadine. *L'amour longtemps : la sexualité des seniors, toutes les réponses*. Paris : Plon, 2006.

- Bibliothèque municipale de Deux-Montagnes 306.70846 G736a

Greer, Germaine. *Le passage : l'expérience de la ménopause*. Paris : Plon ; [Montréal] : Laurédit, c1992.

- Bibliothèque municipale de Deux-Montagnes 618.175 G816c.Fb

"Assumer la ménopause pour en sortir plus forte, tel est l'ambitieux objectif que Germaine Greer propose dans ce livre". [SDM]

Hennezel, Marie de. *La chaleur du coeur empêche nos corps de rouiller : [vieillir sans être vieux]*. Paris : Laffont, 2008.

- Bibliothèque municipale de Deux-Montagnes 155.67 H515c

Henry, Stalla Mora. *The Eldercare handbook : difficult choices, compassionate solutions*. New York : Harper Collins, 2006.

- Bibliothèque municipale de Deux-Montagnes 362.61085 H524e

Hommage à quarante-sept aînés du Québec. Québec : Conseil des aînés, c2000.

- Bibliothèque municipale de Deux-Montagnes 305.26092 H768

Des biographies d'une ou deux pages accompagnées d'une photographie, à propos d'aînés qui se sont illustrés, dont certains sont populaires: Clémence Desrochers, Huguette Oigny, Gilles Pelletier, Alys Robi, Gilles Vigneault. [SDM]

Jaeger, Christophe de. *La DHEA : mythes et réalités*. Paris : Albin Michel, 2001.

- Bibliothèque municipale de Deux-Montagnes 615.364 J22d

Un gériatre et gérontologue français veulent rétablir les faits en ce qui concerne cette hormone, trop rapidement considérée comme une cure de jeunesse. Après un premier chapitre sur le vieillissement, il définit la nature, les effets et la législation actuelle de cette substance. [SDM]

Joseph, James A. *Variez les couleurs dans votre assiette : mangez santé*. [Montréal] : Éditions de l'Homme, 2004.

- Bibliothèque municipale de Deux-Montagnes 613.26 J83v

"Combinant leur savoir sur le vieillissement et la nutrition, un chercheur et un médecin nous expliquent l'importance des aliments colorés dans une saine alimentation et nous montrent qu'il est possible de prévenir des maladies liées à l'âge les plus répandues grâce à un menu haut en couleur. [...] cet ouvrage présente le programme Manger en couleurs et propose pas moins de 75 délicieuses recettes allant de l'entrée au dessert." (cf. quatrième de couverture). [SDM]

Kavet, Herbert. *You know your over 40 when...* Watertown, MA : Ivory Tower, c1992.

- Bibliothèque municipale de Deux-Montagnes 305.26 K21y

Kenny, James Andrew. *Elder care : coping with late-life crisis*. New York : Prometheus books, c1989.

- Bibliothèque municipale de Deux-Montagnes 306.874 K36e

Kra, Siegfried J. *Aging myths : reversible causes of mind and memory loss*. New York : McGraw Hill, c1986.

- Bibliothèque municipale de Deux-Montagnes 618.9768983 K89a

Krotz, Larry. *Midlifeman : a book for guys and the women who want to understand them*. Toronto : McClelland and Stewart, c2000.

- Bibliothèque municipale de Deux-Montagnes 305.244 K93m

Laforest, Jacques. *Au-delà des illusions : les aînés et la foi*. [Montréal] : Fides, 2007.

- Bibliothèque municipale de Deux-Montagnes 248.85 L167a

Laforest, Jacques. *Gérontologie appliquée : les professionnels de la vieillesse*. Montréal : Hurtubise HMH, 1997.

- Bibliothèque municipale de Deux-Montagnes 362.6 L167g

Au-delà des approches et méthodes propres à chaque discipline, il y a place à une intervention gérontologique qui soit commune à tous les professionnels et aidants, qui oeuvrent auprès des personnes âgées. Le livre traite des conditions concrètes de la pratique professionnelle auprès des gens âgés, en s'appuyant sur plusieurs exemples et histoires de cas. [SDM]

Laforest, Jacques. *Introduction à la gérontologie : croissance et déclin*. LaSalle : Hurtubise HMH, 1989.

- Bibliothèque municipale de Deux-Montagnes 362.6 L167i

La gérontologie et la vieillesse selon une approche interdisciplinaire. Autres chapitres: l'atteinte de l'intégrité, crise d'identité, crise d'autonomie, crise d'appartenance. [SDM]

Landry, Marie-Claire. *La créativité des aînés : un paradoxe plein d'avenir*. Montréal : Logiques, 1994.

- Bibliothèque municipale de Deux-Montagnes 305.26 L262c

La créativité n'est pas un privilège réservé aux jeunes. L'auteure, professeure à l'Université du Québec à Montréal, invite les aînés à maintenir la communication avec leur entourage, à vivre pleinement, à choisir des sentiers inédits, à découvrir leur créativité. [SDM]

Ledoux, André. *Le bénévolat auprès des malades et des aînés : savoir pour mieux aider*. Boucherville : Éditions de Mortagne, c2007

- Bibliothèque municipale de Deux-Montagnes 361.37 L474b

Ledoux, André. *Vivez mieux, vivez plus vieux : guide pour une vie en santé*. Boucherville : Éditions de Mortagne, 2006.

- Bibliothèque municipale de Deux-Montagnes 613.0438 L474v

Lefrançois, Richard. *Les nouvelles frontières de l'âge*. [Montréal] : Presses de l'Université de Montréal, 2004.

- Bibliothèque municipale de Deux-Montagnes 305.26 L495n

Psychologue à l'Université de Sherbrooke, l'auteur présente une synthèse des questions que pose à la société le vieillissement accru de la population. Il aborde la question de la vieillesse sous des angles multiples (biologique, démographique, social, psychologique, etc.) dans un livre à la fois savant et très abordable qui constitue "une véritable anthropologie du vieillissement". Cinq parties: Portrait sociodémographique des sociétés sénescentes - Portrait biologique de la vieillesse - Enjeux et défis des sociétés sénescentes - Défis et ressources des personnes aînées - Les contours du vieillissement sociétal. [SDM]

Lescop, Marguerite. *Nous, les vieux : dialogue sur la vie et ses choses*. Saint-Laurent : Fides, 2006.

- Bibliothèque municipale de Deux-Montagnes 113.8 L626n

Marmoreo, Jean. *The new middle ages : women in midlife*. Toronto : Prentice-Hall of Canada, c2002.

- Bibliothèque municipale de Deux-Montagnes 613.04244 M352n

Michaud, Annie. *La réalité des aînés québécois*. Sainte-Foy : Publications du Québec, 2001.

- Bibliothèque municipale de Deux-Montagnes 305.26 M622r

Michaud, Annie. *Vivre et vieillir en santé : guide pratique*. Sainte-Foy : Publications du Québec, 2004.

- Bibliothèque municipale de Deux-Montagnes 613.0438 M622v

Michaud, Nancy. *À l'aube d'une nouvelle génération : [guide de santé et de sexualité pour les personnes au mitan de la vie]*. Outremont : Quebecor, c2004.

- Bibliothèque municipale de Deux-Montagnes 613.0434 M622a

"Nancy Michaud nous explique, dans des termes simples, tous les changements physiques, psychologiques et sexuels dus au vieillissement normal de l'organisme. Elle nous décrit les troubles associés à la ménopause et à l'andropause, et les multiples solutions que nous proposent la médecine traditionnelle ainsi que diverses médecines douces." (cf. quatrième de couverture). [SDM]

Millet-Bartoli, Françoise. *La crise du milieu de la vie : une deuxième chance*. Paris : O. Jacob, 2002.

- Bibliothèque municipale de Deux-Montagnes 155.66 M653c

Réflexion sur cette période cruciale de l'âge adulte (40-50 ans) où nous prenons conscience que le temps est désormais compté. Moment de doutes et de remises en cause, le mitan de la vie est souvent une période de crise, on commence à regarder en arrière, à dresser le bilan de notre passé. Que la réussite ou l'échec prédomine, c'est le temps de faire la paix avec soi-même ou réactualiser ses projets de vie: bifurquer par un autre chemin ou continuer sur la même route. [SDM]

O'Donnell, Jill. *The Canadian retirement guide : a comprehensive handbook on aging, retirement, caregiving and health : how to plan and and pay for it*. Toronto, Insomniac press, c2004.

- Bibliothèque municipale de Deux-Montagnes 332.02401 O26c

Olievenstein, Claude. *Naissance de la vieillesse*. Paris : O. Jacob, 2000.

- Bibliothèque municipale de Deux-Montagnes 155.67 O46n

Longue méditation sur le sens du vieillissement. C'est sur ce glissement, ce passage que l'auteur s'interroge. "Non pas avec les instruments de la démographie, de la sociologie ou de la biologie,... mais à travers des sentiments, des sensations, des émotions, pour tenter de cerner ce que vieillir veut dire" (cf. p. 8). [SDM]

Oz, Mehmet. *You staying young : the owner's manual for extending your warranty*. New York : Free Press, 2007.

- Bibliothèque municipale de Deux-Montagnes 613.2 O99y

Pallardy, Pierre. *Mon code de vie : santé, jeunesse, harmonie*. Paris : Pocket, 2006, c2005.

- Bibliothèque municipale de Deux-Montagnes 613 P164m

Pittalis, Marie. *Je suis vieille-- et j'aime ça! : petit traité de savoir-vivre à l'usage de celles qui refusent la sacralisation du jeunisme*. Grolley : Hébien, 2007.

- Bibliothèque municipale de Deux-Montagnes 155.67 P688j

Proulx-Sammut, Lucette. *Son andropause mieux comprise, mieux vécue*. Montréal : Édimag, c1993.

- Bibliothèque municipale de Deux-Montagnes 616.693 P968s

Après avoir écrit un livre sur la ménopause, l'auteure présente les caractéristiques du vieillissement chez l'homme par rapport à quatre types de changements: physiques, psychologiques, sexuels, sociaux. [SDM]

Rosenfeld, Isadore. *Live now, age later : proven ways to slow down the clock*. New York : Warner books, 1999.

- Bibliothèque municipale de Deux-Montagnes 613 R813L

Rueff, Dominique. *Hormones végétales : mode d'emploi*. Genève : Jouvence, c2000.

- Bibliothèque municipale de Deux-Montagnes 618.175 R919h

Rutman, Gisèle. *Oubliez votre âge... il vous oubliera*. [Paris] : Flammarion, 2001.

- Bibliothèque municipale de Deux-Montagnes 155.67 R981o

Samson, Alain. *Une nouvelle carrière à la retraite*.
Montréal : Transcontinental inc., c2003.

- Bibliothèque municipale de Deux-Montagnes 331.398 S193u

Guide pratique destiné aux personnes à la retraite qui désirent retourner sur le marché du travail. Il présente les réalités actuelles du monde du travail, aide à surmonter les préjugés concernant les travailleurs âgés, aide à préciser les besoins à combler et les aspirations, précise les épreuves à franchir pour obtenir un emploi. [SDM]

Smith, Steve. *Red Green's duct tape is not enough: a humorous guide to midlife*. New York : Hatherleigh press, c2002.

- Bibliothèque municipale de Deux-Montagnes 814.54 S661r

Soins infirmiers aux aînés en perte d'autonomie : une approche adaptée aux CHSLD. Saint-Laurent : ERPI, 2006.

- Bibliothèque municipale de Deux-Montagnes 618.97 S683

Destiné aux étudiants en soins infirmiers, ce volume aborde les thèmes majeurs de la pratique infirmière auprès des aînés en perte d'autonomie. Six parties: Problèmes de santé chroniques - Problèmes de santé aigus - Programmes préventifs et programmes thérapeutiques - Symptômes psychologiques et comportementaux de la démence - Programmes de promotion de la qualité de vie - Les défis pour les CHSLD. [SDM]

Tapp-McDougall, Caroline. *The complete Canadian eldercare guide : expert solutions to help you make the best decisions for your loved ones*.
Mississauga : John Wiley & sons, c2004.

- Bibliothèque municipale de Deux-Montagnes 362.6 T174c

Trudel, Martine. *Mes parents vieillissent : mode d'emploi*. Sainte-Angèle-de-Monnoir : Les Éditeurs réunis, 2008.

- Bibliothèque municipale de Deux-Montagnes 362.6 T866m

Vézina, Jean. *Psychologie gériatrique*. Montréal : G. Morin, 2007.

- Bibliothèque municipale de Deux-Montagnes 155.67 V597p

Synthèse des connaissances actuelles concernant la psychologie gériatrique. L'ouvrage aborde douze thèmes parmi les plus représentatifs: l'aspect démographique ainsi que les attitudes et stéréotypes envers les personnes âgées; les changements sensoriels (vue et audition); la sexualité; l'intelligence; la mémoire; la personnalité; le bien-être; les transitions (mort du conjoint, retraite, relogement, maladies); la solitude; la dépression; le suicide; les désordres cérébraux (démence, confusion). [SDM]

Weil, Andrew. *Vieillir en pleine santé : [comment rester jeune dans son corps et dans sa tête]*. Paris : Presses du Châtelet, 2007.

- Bibliothèque municipale de Deux-Montagnes 612.67 W422v

Weisbord, Merrily. *Nous, demain : vie, amour, sexualité et vieillissement*. Montréal : VLB, 1994.

- Bibliothèque municipale de Deux-Montagnes 305.26 W426.FL

Un livre rassurant, bien écrit, qu'il faut lire et méditer. L'auteure, à travers de nombreuses recherches et entrevues, nous fait découvrir ce que signifie vieillir. Divisé en quatre chapitres (beauté, mémoire, identité, sexualité) et augmenté de notes, de références, ce livre regorge d'anecdotes personnelles, de commentaires positifs et de réflexions d'un optimiste de bon aloi. Les recherches, note l'auteure, montrent que le cerveau peut se développer pendant toute la vie, la santé de 88 % des personnes de plus de 65 ans est bonne, les relations amoureuses et sexuelles sont une part importante de 97 % des personnes âgées, seulement 5 % des gens vont souffrir de la maladie d'Alzheimer. Il s'agit bien là d'un livre rassurant. [SDM]

ROMANS / FICTION

☺ = pour enfants / for children

Bordes, Gilbert. *Juste un coin de ciel bleu : roman*. Paris : Laffont, 2006.

- Bibliothèque municipale de Deux-Montagnes BORD

Vingtième roman de l'auteur. Clotilde, une jeune fille de onze ans confiée à une grand-mère revêche, se joint à un vieil aveugle atrabilaire et à son ami alcoolique qui ont décidé de se rendre à Lourdes dans l'espoir d'un miracle. C'est le début d'un périple qui les mettra à l'épreuve mais qui est aussi fait de belles rencontres, "de rêves et d'amitiés, de vérité" (selon l'éditeur). Cette Clotilde aurait-elle été mise par Dieu sur le chemin des deux comparses pour les éprouver ou pour les aider? [SDM]

Charlebois, Jean. *Elle-Aime : roman*. Montréal : Les Heures bleues ; Vénissieux : La Passe du vent, 2007.

- Bibliothèque municipale de Deux-Montagnes CHAR

Introspection, soliloques et fantaisies langagières caractérisent ce roman-puzzle que l'éditeur qualifie de "tragicomique". Résumer l'oeuvre, qui suscite certaines réserves, serait passer à côté de son originalité. Disons seulement que Louis-Marie (Elle-Aime) est fou de Paruline et qu'il a un éditeur pour "copain de longue date" (le "rééditeur"). La virtuosité ludique de Jean Charlebois peut égarer certains lecteurs. [SDM]

Courtemanche, Gil. *Une belle mort : roman*. [Montréal] : Boréal, 2005.

- Bibliothèque municipale de Deux-Montagnes COUR

Lors d'une réunion de Noël, une famille fait face à l'imminence de la mort. Le grand-père, un homme jadis autoritaire, sournois, violent et détestable, souffre du Parkinson rigide. Pour son bien, on lui interdit plusieurs aliments, alors que la nourriture est son dernier plaisir. Le fils de ce dernier croit qu'il serait préférable d'abrégier les souffrances du vieillard, mais son avis n'est pas unanimement partagé. Un roman engagé qui pose une réflexion sur le fait de "prolonger la vie [d'une personne] à son extrême limite, sans respect pour la dignité humaine" (E. Paquin), en le privant de tous les plaisirs et du même fait, de toute raison de survivre. Après le succès mondial d'«Un dimanche à la piscine de Kigali», Courtemanche propose ici un récit plus intime et personnel dans lequel il "plaide d'une certaine manière pour l'euthanasie" (N. Petrowski). [SDM]

Fehlner, Paul. *Chien et chat*. Toronto : Scholastic, c2007.

- Bibliothèque municipale de Deux-Montagnes I FEHL ☺

Une collection de courts récits de 25 à 60 mots destinés à l'apprentissage de la lecture. Sous ce titre, un très vieux chien et un très gros chat mettent la maison sens dessus dessous, bien qu'ils soient incapables de se faire du mal mutuellement. -- Un récit simple, animé d'amusantes aquarelles qui révèlent le chaos de leur poursuite sans que rien ne le présage dans le texte. Tous les mots du texte sont regroupés sous forme de liste sur la première page. [SDM]

Frank, Dorothea Benton. *The land of Mango Sunsets*. New York : William Morrow, 2007.

- Bibliothèque municipale de Deux-Montagnes FRAN

Garcia Marquez, Gabriel. *Mémoires de mes putains tristes*. Paris : Grasset, 2005.

- Bibliothèque municipale de Deux-Montagnes GARC

Garcia Marquez, Gabriel. *Memories of my melancholy whores*. New York : Alfred A. Knopf, 2005.

- Bibliothèque municipale de Deux-Montagnes GARC

Genuist, Monique. *La petite musique du clown : récit*. Sudbury : Prise de parole, 2005.

- Bibliothèque municipale de Deux-Montagnes GENU

La narratrice retrace les dernières années de ses parents malades (il a tendance à boire et elle perd la tête, par moments) jusqu'à la mort de sa mère. Cadre: une ville de la Meuse (France). Un récit minutieux, lucide (les parents ne sont pas idéalisés), d'une tendresse retenue, touchant (la vieillesse est un naufrage), sans doute autobiographique. [SDM]

Isenberg, Jane. *Death in a hot flash* (large print). Waterville, Maine : Wheeler, 2002.

- Bibliothèque municipale de Deux-Montagnes M ISEN

Latulippe, Martine. *Petit Thomas et monsieur Théo*. Saint-Lambert : Dominique et compagnie, 2007.

- Bibliothèque municipale de Deux-Montagnes J LATU ☺

McKee, David - *Elmer et tante Zelda*, Paris : Le Cherche midi, 2008.

- Bibliothèque municipale de Deux-Montagnes I MACK ☺

Une gérontologue se voit confier un garçon de neuf ans atteint de progeria. Alors qu'aucun traitement ne semblait pouvoir venir à bout de sa maladie, voilà que subitement son corps commence à subir des métamorphoses qui vont les amener à fuir tous deux vers le Mexique. Un thriller médical, à la frontière de la science-fiction, sur les thèmes de l'immortalité et du vieillissement, de l'évolution et des métamorphoses possibles de l'être humain. [SDM]

Marienské, Héléna. *Rhésus : roman*. Paris : P.O.L., 2006.

- Bibliothèque municipale de Deux-Montagnes MARI

Provocateur et satirique, ce récit à multiples facettes se situe dans une maison de retraite où persiste une sexualité parfois loufoque. [SDM]

Michener, James. *Recessional*. New York : Random House, c1994.

- Bibliothèque municipale de Deux-Montagnes MICH

Michener, James. *Recessional (audiobook)*. New York : Random House audio publishing, c1994.

- Bibliothèque municipale de Deux-Montagnes MICH

Mills, Claudia. *Marcia vous maquille*. Paris : Bayard jeunesse, 2008.

- Bibliothèque municipale de Deux-Montagnes MILL

Marcia Faitak, treize ans, anticipe la rentrée scolaire, qu'elle effectue avec quelques kilos en trop hérités de l'été sédentaire auquel l'a contrainte sa cheville plâtrée. Comment pourra-t-elle séduire le bel Alex avec ce qu'elle considère comme d'énormes bourrelets? Pour ajouter à son découragement, Madame Williams, sa professeure d'éducation civique, annonce que tous ses élèves devront s'impliquer dans un projet de service à la communauté. Ainsi, Marcia est affectée à la maison de retraite du quartier, où elle devra maquiller les vieilles dames. Son seul réconfort est qu'Alex fait également son stage dans cet établissement. Toutefois, à sa grande surprise, l'adolescente se prend peu à peu d'affection pour les dames qu'elle côtoie. Les visites qu'elle leur rend, en combinaison avec les cours de dessin qu'elle suit en option, lui font bientôt réaliser que la véritable beauté vient de l'intérieur. -- Un roman narré d'un ton léger et convenu, qui véhicule toutefois de saines valeurs et procure un moment de détente distrayant. On suit avec plaisir les péripéties de l'attachante héroïne, qui met en lumière, par son art et son grand cœur, la beauté qui se cache derrière les rides des personnes âgées, dont la vie n'a pas toujours été facile. [SDM]

Roszak, Theodore. *L'enfant de cristal : une histoire de la vie enfouie*. Paris : Le Cherche midi, 2008.

- Bibliothèque municipale de Deux-Montagnes ROSZ

Roy, Yvon. *Le fantôme de madame Dumouchel : un conte des Hautes-Laurentides*. [Laval] : Lauzier jeunesse, 2006.

- Bibliothèque municipale de Deux-Montagnes I ROY ☺

Depuis le décès de son mari, madame Dumouchel vit seule avec ses nombreux animaux. Un jour où elle lit justement un bouquin traitant de revenants, elle a la surprise de constater que les pâtisseries ont disparu de la cloche à gâteau. Son défunt époux est-il de retour? Ou ses ingénieux animaux prêts à tout afin de satisfaire leur gourmandise? -- Un texte abondant aux illustrations voisinant la bande dessinée. [SDM]

Szabó, Magda. *La ballade d'Iza*. [Paris] : V. Hamy, 2004, c2005.

- Bibliothèque municipale de Deux-Montagnes SZAB

Une jeune femme héberge sa mère, veuve récente, sans tenir compte de ses désirs et de ses goûts. [SDM]

Wells, Rebecca. *Ya-Yas in bloom*. New York : Harper Collins, c2005

- Bibliothèque municipale de Deux-Montagnes WELL

ORGANISMES
AÎNÉS ET VIEILLISSEMENT

ORGANISATIONS
AGED AND AGING

Centre de santé et des services sociaux du Lac-des-Deux-Montagnes

Soutien à domicile, hébergement et ressources du milieu

520, Boul. Arthur-Sauvé

Saint-Eustache (Québec) J7R 5B1

Téléphone : 450 473-6811

Télécopieur : 450 473-6966

Site Internet : www.moncsss.com

CLSC Jean-Olivier Chénier

29, Chemin d'Oka

Saint-Eustache (Québec) J7R 1K6

Téléphone : 450 491-1233

Télécopieur : 450 491-3424

Prévention téléphonique Écoute aux aînés

64, 11^e avenue

Sainte-marthe-sur-le-lac (Québec) J0N 1P0

Téléphone : 450 472-7161

Association des bénévoles du CSSS du Lac des Deux-Montagnes

520, boul. Arthur Sauvé

Saint-Eustache (Québec) J7R 5B1

Téléphone : 450 473-6811 poste 2006

Association des bénévoles du CHSLD VIGI DM

Téléphone : 450 473-5111 poste 308

Comité d'aide alimentaire des Patriotes

95, rue Principale

Saint-Joseph-du-lac (Québec) J0N 1M0

Téléphone : 450 472-9469

Meals on Wheels

Téléphone français : 450 473-7301
Téléphone anglais : 450 473-4021
Courriel : Sandy2mts@hotmail.com

Dépannage Saint-Agapit /Centre d'aide AGAPÉ

202, Henri-Dunant
Ville de Deux-Montagnes (Québec) J7R 4W6
Téléphone : 450 473-7450
Courriel : Depannage.agapit@hotmail.com

Centre d'action bénévole / Artisans de l'aide

184, rue Saint-Eustache, local 108
Saint-Eustache (Québec) J7R 2L7
Téléphone : 450 472-9540
Courriel : info@cabartisans.org

Coopérative Bon ménage des Basses Laurentides

775, Boul. Curé-Boivin
Boisbriand (Québec) J0N 1H0
Téléphone : 450 979-2372

Centre d'hébergement et de soins de longue durée Deux-Montagnes

580, 20^e avenue
Deux-Montagnes (Québec)
Téléphone : 450 473-5111

Ligne d'info abus aux aînés

1-888-489-2287

Tel-Aînés, un service d'écoute pour les 60 ans et plus et les aidants naturels

Tél. : 514-353-2463
<http://www.tel-ecoute.org/services.htm#tel-aines>

4 Korner's Family Resource Center

1906, Chemin d'Oka

Deux-Montagnes (Québec) J7R 1N4

Téléphone : 450 974-3940

Site Internet : www.4kornerscenter.org

AGIR

Gardiennage, idées, ressources

Téléphone : 514 804-3443 / 514 866-9803

INTERNET
AÎNÉS ET VIEILLISSEMENT

INTERNET
AGED AND AGING

**Antenne universitaire du troisième âge de l'Université de Sherbrooke,
Couronne Nord**

www.usherbrooke.ca

Renseignements : Francine Leduc

Téléphone : 450 435-6058

**AQDR - Association québécoise de défense des droits des personnes
retraitées et préretraitées**

www.aqdr.org

Association québécoise de gérontologie

<http://www.aqq0312.org/>

Centre d'hébergement et de soins de longue durée

<http://www.rsss15.gouv.qc.ca/reseau-etab.htm>

Dossier « Personnes âgées »

Public Health Agency of Canada

<http://www.canadian-health-network.ca/servlet/ContentServer?cid=1048161679943&pagename=CHN-RCS%2FPage%2FGTPageTemplate&c=Page&lang=Fr>

Site du Réseau canadien de la santé donnant des renseignements pour aider les 55 ans et plus à se garder actif et en forme.

Dossier « Logement adaptés : aînés autonomes (LAAA) »

Home Adaptations for Senior's Independance(HASI)

http://www.cmhc-schl.gc.ca/fr/co/prai/praifi_004.cfm

Site d'information sur le programme Logements adaptés : aînés autonomes (LAAA) offrant une aide financière aux propriétaires-occupants et propriétaires-bailleurs pour leur permettre d'apporter d'adaptations légères au domicile afin de faciliter l'autonomie des personnes âgées à faible revenu.

Les programmes aux aînés et le soutien à domicile

Programs and Services for Seniors

www.55ans.info.gouv.qc.ca/fr/index.asp

FADOQ - Mouvement des Aînés du Québec

<http://www.fadoq-quebec.qc.ca>

Site offrant des activités et des services pour contribuer à l'amélioration de la qualité de vie des personnes aînées.

Information sur la santé

www.passeportsanté.net

Troubles et maladies, nutrition, etc.

Ministère de la famille et des aînés

www.mfa.gouv.qc.ca

Toutes les publications, les formulaires et les programmes d'aide pour les aînés.

Services Québec – citoyens

<http://www.aines.info.gouv.qc.ca/fr/index.asp>

Programmes et services pour les aînés.