

A L'AUBE DE NOS IDEES

Le journal de liaison des adhérents de France Alzheimer Aube

Association loi 1901 – Siège social : 37 rue de la Halle, 10400 NOGENT-SUR-SEINE – Tél : 03.25.21.89.16. – Email : francealzheimeraubes@hotmail.fr

Bulletin interne de liaison et d'information – n°2 – Octobre 2015

TEMOIGNAGE DE M. C.

M. C. nous offre une touchante vision de la maladie de sa femme atteinte d'Alzheimer. A travers ces mots, s'exprime la souffrance de l'être aimé.

Ne me demandez pas de me rappeler
N'essayez pas de me faire comprendre
Soyez gentil. Laissez-moi me reposer
Faites-moi savoir que vous êtes toujours avec moi
Tenez ma main, ne me laissez pas
Je suis triste, malade et perdue
Tout ce que je sais, c'est que j'ai besoin de vous
Ne perdez pas patience avec moi
Ne criez pas, ne pleurez pas, mais restez près de moi
Je n'y peux malheureusement rien de ce qui m'arrive
Même si j'essaie d'être différente
Je suis désolée, je n'y arrive pas
Rappelez-vous toujours que j'ai besoin de vous
Même si je ne le montre pas, je vous aime
Que je suis en permanence dans un épais brouillard
Et que le meilleur de moi est parti à jamais
Ne m'abandonnez pas et ne perdez pas courage
Restez à mes côtés. Aimez-moi toujours jusqu'à
La fin de ma vie.



SOMMAIRE

Témoignage.....	1
Événement.....	2
La quête nationale	
Partenariat.....	2
Dossier.....	3
Groupe de parole	
Actions.....	4
Pédalons pour Alzheimer	
Agenda.....	4

Site internet

www.francealzheimer-aube.org

Facebook

www.facebook.com/francealzheimeraubes

Tous mobilisés contre la maladie d'Alzheimer !

Comme l'an passé, au cours du mois de septembre, l'Association France Alzheimer Aube a organisé une quête dans plusieurs endroits du département.

Cette action a été mise en place par l'Union des Associations France Alzheimer. Le but est de susciter une participation active du grand-public lors de la Journée Mondiale Alzheimer, le 21 septembre. Cette démarche se déroule à l'échelle nationale puisque nombreuses sont les associations départementales qui choisissent de mener cette action.

Les bénéfices ainsi récoltés dans notre département seront reversés à France Alzheimer Aube.

Effectivement, l'Association assure divers services sur tout le département aubois et envisage de nouveaux projets. Les gains de cette action pourraient, par exemple, permettre de financer des actions convivialité. Il pourrait s'agir de concert, pique-nique, pièce de théâtre... Ces moments partagés avec les bénéficiaires de l'Association sont très appréciés. Ils permettent, pour un temps, de mettre de côté la maladie et favorisent une relation de complicité entre « aidants » et « aidés ».



Pour mener à bien cette action plusieurs temps forts étaient prévus.

Le samedi 19 septembre, l'équipe de France Alzheimer Aube s'est rendue à l'entrée des centres commerciaux de Troyes, Géant-Casino et Carrefour (l'Escapade), afin d'assurer une quête et des stands d'information.

Puis le dimanche 20 septembre, une quête fut assurée à la sortie de l'église de Nogent-sur-Seine.

Enfin, finalement durant toute la semaine du 21 au 30 septembre des troncs de collecte ont été

accessibles au comptoir de différents commerçants des communautés de commune de Nogent-sur-Seine, Romilly-sur-Seine et Marigny-le-Châtel.

En clair, cette action a deux objectifs. D'une part, elle nous permet de récolter des fonds pour l'Association ; d'autre part, elle nous permet d'être visible, et susciter la curiosité des aubois quant aux missions de notre association.

Myriam Heinrich

PARTENARIAT

Nouveauté : un projet commun entre le musée Camille Claudel et l'association France Alzheimer Aube

Le musée Camille Claudel et l'Association France Alzheimer Aube initie un projet pour proposer différentes séances au musée incluant un parcours à travers les collections.

Un travail de réflexion est actuellement en cours entre l'équipe de France Alzheimer Aube et les médiateurs du musée afin de définir le contenu des séances. L'objectif est d'accueillir des personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer en leur proposant une offre culturelle adaptée à leurs besoins.

Ces séances seront conçues dans un esprit d'échange et de plaisir accompagnant la découvertes des œuvres des collections.

L'objectif de ce projet est de faciliter l'accès à la culture aux bénéficiaires de l'association. Ces derniers sont nombreux à apprécier l'art. L'avantage de la collection qui sera exposée est sa diversité thématique : Camille Claudel, sa vie, son œuvre, l'atelier de Rodin, la danse, les métiers de la sculpture, l'histoire de l'art... Ces visites thématiques et conviviales permettront à coups sûr de raviver certains souvenirs.

L'équipe du musée de Camille Claudel

Le groupe de parole : de la parole qui tue à celle qui sauve

Les aidants de la Plateforme de Répit se retrouvent une fois par mois pour un groupe de parole. Cette rencontre à lieu tous les premiers jeudis de chaque mois de 14h à 16h dans la salle Ambroise Croizat mise gracieusement à notre disposition par la mairie de Romilly-sur-Seine. Ces groupes de parole sont animés par une psychologue de l'association France Alzheimer Aube. Il est possible de venir à cette réunion avec la personne atteinte de la maladie d'Alzheimer. En effet, une aide-soignante est sur place pour prendre en charge les aidés et pour leur proposer des activités adaptées.



Témoignage de M. GRIL Max

Le groupe comme multitude d'individus hagards, égarés, désemparés devant une réalité qui les dépassent et les broient apporte un temps de répit, une pause dans la déferlante du temps qui passe et nous échappe comme la personne aimée, chérie dans ses moments d'égarements et de ses errances.

Solidarité, partage, soutien du groupe qui le temps de son existence éphémère permet l'échange, de mettre des mots sur les maux, et surtout la rencontre de l'autre, dans sa sincérité, sa singularité, son unicité, sa liberté à être, qui fait écho en moi et me révèlent les parties oubliées, négligées, auxquelles je n'ai su ou pu porter attention.

Les dénis, les non-dits, les blessures mal guéries remontent à la surface, au travers de mes émotions et du trouble qui m'envahit à l'écoute de mon double qui raisonne en moi et m'interpelle.

« Parce que c'était lui, parce que c'était moi », est bien ce lien invisible qui me relie à l'autre et forme, ici et maintenant un autre soi qui me rassure et me reconforte.

Je fais en sorte que la rencontre de l'autre ne se produise pas en vain.

Je terminerais mon propos par cette phrase de Kant :

« Agis de telle sorte que tu traites l'humanité aussi bien dans ta personne que dans tout autre, toujours en même temps comme une fin, et jamais simplement comme un moyen ».

Témoignage d'une aidante

C'est un temps qui peut être attendu par les aidants qui ont accumulé parfois beaucoup de difficultés et de souffrances.

Chacun repart avec une information, un conseil ou un encouragement. Les groupes de parole permettent aux aidants d'avancer dans leur prise de décision, de clarifier une situation.

Moment d'échange, d'écoute, de partage où chacun peut intervenir librement.

Un après-midi à ne pas manquer !

Des thèmes pour guider la parole des aidants

Certains groupe de paroles sont libres de thème, d'autres permettent de traiter d'un sujet précis en fonction des besoins du groupe.

Ainsi la psychologue de France Alzheimer Aube a déjà pu aborder des points sensibles tels les points suivants :

- ❖ Le sentiment de culpabilité
- ❖ Faire face aux changements
- ❖ La relation avec l'entourage
- ❖ L'anticipation
- ❖ Le sentiment de honte
- ❖ Le deuil blanc
- ❖ La gestion des émotions

Après chaque discussion mêlant gravité et émotions, une collation permet de clôturer la séance agréablement. Une des aidantes se fait même un point d'honneur d'égayer cette fin d'après-midi avec ses pâtisseries.



Du sport pour sensibiliser sur Alzheimer

« Pédalons pour Alzheimer » est une opération nationale qui permet d'associer le sport à la santé. En effet, il est reconnu qu'une activité physique régulière ralentit l'évolution de certaines maladies, telle qu'Alzheimer.

Afin de mener à bien cet événement, un partenariat a été mis en place entre France Alzheimer et la Fédération Française de Cyclotourisme et chaque département avait à charge d'organiser localement son opération. Dans l'Aube, l'enthousiasme de MM Choiselat et Odin, président de la FFCT et président du Vélo Club Sancéen, a donné un élan particulier à cette action. Le samedi 30 mai 2015, le partenariat entre l'Association France Alzheimer Aube et le Vélo Club Sancéen a porté ses fruits. France Alzheimer Aube a été conviée à un événement annuel du club : « Les Ballades Sancéennes ». Un parcours de 109 km, dont le départ et l'arrivée étaient situés à Saint-André-les-Vergers, et durant lequel les cyclotouristes ont pu « mouiller leur maillot » pour leur santé et celle de leurs proches. Pour l'occasion, ils ont pu arborer un badge au nom de l'opération « Pédalons pour Alzheimer ». Ils étaient accueillis et ravitaillés à mi-parcours par les organisateurs du Vélo Club Sancéen vêtus de chasubles aux couleurs de France Alzheimer.

A l'arrivée, les sportifs pouvaient se rendre sur le stand de France Alzheimer Aube tenu par Claire et Marine, tout sourire pour répondre aux questions. De la

documentation sur la maladie et l'association étaient à leur disposition, ainsi qu'une urne pour des dons. Après un tel effort, peu était enclin à discuter



M. Odin, Marine et Claire entourés des sportifs

longuement sur la maladie ; ceux qui s'arrêtaient au stand montraient autant d'intérêt que de bonne volonté sur le sujet.

La plupart cependant se sont montrés généreux par le biais de dons.

Claire Damel et Marine Piteux

Le Vélo Club Sancéen se situe à Saint-Julien-les-Villas et organise des randonnées cyclotouristes tout au long de l'année. Vous pouvez retrouver leurs actualités sur leur blog : <http://vcs.blogg.org/>.

AGENDA

Les Cafés-Mémoire

28 OCTOBRE 2015

La nutrition des personnes âgées et sur la corrélation entre alimentation et maladies neurodégénératives.

25 NOVEMBRE 2015

Le rôle du neuropsychologue au sein de la consultation-mémoire

Foire Saint-Simon

25 SEPTEMBRE 2015

FA Aube tiendra un stand dans le village associatif.

Comédie musicale

28 SEPTEMBRE 2015

La chorale La Clé des Chants vous transportera au fil de leurs aventures musicales au théâtre de Nogent-sur-Seine.

Lotos

21 NOVEMBRE 2015 à partir de 19h
A la salle polyvalente de Saint Aubin

28 NOVEMBRE 2015 à partir de 19h
A la salle polyvalente de Trainel