



**FRANCE  
ALZHEIMER**  
& MALADIES APPARENTÉES

**10 AUBE**

## **RAPPORT D'ACTIVITÉS 2020**

**Association France Alzheimer Aube  
37, rue de la Halle  
10400 Nogent Sur Seine**

# Sommaire

<b>Présentation de France Alzheimer Aube</b>	<b>P.3</b>
<b>1) Actions de communication</b>	<b>P.4</b>
<b>2) Actions dédiées aux adhérents de France Alzheimer Aube</b>	<b>P.4</b>
a) Actions convivialités	
b) Envoi de la gazette de France Alzheimer Aube	
<b>3) Actions dédiées aux adhérents de France Alzheimer Aube touchés par la maladie</b>	<b>P.4</b>
a) Entretiens individuels pour les aidants ou les aidés	
b) Sorties culturelles pour les aidants et les aidés	
c) Ateliers de médiation artistique pour les aidants et les aidés	
d) Activité physique pour les aidants et les aidés	
<b>4) Actions dédiées essentiellement aux personnes malades</b>	<b>P.7</b>
a) Halte Relais	
b) Halte Relais itinérante	
c) Atelier de mobilisation cognitive	
d) Groupe d'entraide	
e) Ateliers de peinture	
<b>5) Actions dédiées essentiellement aux aidants</b>	<b>P.9</b>
a) Formation aux aidants	
b) Groupe de parole	
c) Séances de sophrologie	
<b>6) Actions générant un bénéfice pour France Alzheimer Aube</b>	<b>P.11</b>
a) Formation à destination des professionnels	
b) Épicerie Solidaire	
<b>Présentation de la plateforme de répit</b>	<b>P.12</b>
<b>1) Les actions menées en accueils de jour</b>	<b>P.13</b>
<b>2) Actions d'écoute et de soutien aux aidants</b>	<b>P.13</b>
- Entretiens psychologiques à domicile	
- Groupes de parole	
- Café-mémoire	
- Répit à domicile	
<b>3) Actions auprès du couple aidant-aidé</b>	<b>P.16</b>
<b>Les partenariats entre la plateforme de répit et les acteurs locaux en 2020</b>	<b>P.18</b>
<b>Nouveaux projets pour 2021</b>	<b>P.19</b>

### **Membres du Conseil d'administration**

Catherine BURNOTTE-GUÉRIN  
Sébastien FOUCAULT  
Françoise ALLARD  
Sonia VAST  
Laetitia BOMBERGER  
Sylvette COEFFIER

### **Composition du Bureau**

Présidente : Catherine Burnotte-Guérin, orthophoniste.

Trésorière : Françoise Allard

Secrétaire : Sébastien Foucault, directeur de la Résidence de Piney

### **Salariés**

En 2020, l'équipe salariée travaillant pour France Alzheimer Aube et/ou pour la Plateforme de Répit était composée de :

- Une psychologue : Myriam Heinrich (CDI)
- Une Aide-médecine psychologique : Chantal Rodrigue (CDI)
- Une secrétaire : Rachida El Boussaidi (CDI)

### **Bénévoles**

A cette équipe s'ajoutent une vingtaine de bénévoles qui donnent, sans compter, de leur temps et de leur énergie lors des activités organisées. Ils témoignent d'un soutien constant auprès de l'équipe salariée. Ils ont chacun la responsabilité d'une mission définie lors du premier entretien avec la psychologue. En 2020, deux nouveaux bénévoles ont intégré l'équipe.

Les missions des bénévoles sont les suivantes :

- 3 bénévoles font du répit à domicile
- 3 bénévoles co-animent les formations aux aidants avec la psychologue
- 2 bénévoles organisent les sorties pêche-pétanque-détente
- 1 bénévole organise les randonnées
- 3 bénévoles assurent des stands de l'épicerie sociale au profit de l'association
- 1 bénévole assure les ateliers pour les malades lors du groupe de parole des aidants
- 1 bénévole organise les spectacles de danse/ atelier chant/ théâtre
- 2 bénévoles s'investissent dans les ateliers artistiques
- Plusieurs bénévoles participent à l'encadrement des sorties
- une dizaine de bénévoles assurent les lotos organisés au profit de l'association

Les bénévoles ainsi que les salariés se sont retrouvés à deux reprises au cours de l'année pour faire le point sur les missions de chacun et envisager ensemble les nouveaux projets de l'Association. Ces rencontres ont eu lieu au café « Le Calypso » de Nogent-sur-Seine, le 10 mars, 29 septembre.

Des réunions étaient également organisées entre la psychologue et les deux bénévoles intervenant au domicile des bénéficiaires afin de faire des points réguliers sur les situations rencontrées, les difficultés, les nouveaux besoins : 17 janvier, 29 septembre (en plus des transmissions régulières).

### **Adhérents**

Nombre d'adhérents en 2020 : 117 adhérents particuliers et 9 établissements adhérents.

Le montant de la cotisation pour les adhérents particuliers était de 36 €, et celle pour les établissements était de 65 €.

## **1) Actions de communication**

- 20 et 21 octobre : Assises nationales du vieillissement :

France Alzheimer a tenu un stand au cours de ces deux jours. Un programme en lien avec l'actualité sanitaire était proposé aux visiteurs « 2020, une année historique accélératrice d'évolutions et d'innovations ». Au total, 20 conférences ont eu lieu: l'innovation, la réforme et la prévention.

Il y avait également, une quarantaine d'exposants répartis en 6 pôles majeurs : l'habitat, l'hébergement, les services, les innovations, le sport-santé, les aidants / aidés. Ce village du bien vieillir ensemble, était parrainé par Malakoff Humanis.

- 16 novembre : visio-conférence organisée par Malakoff-Humanis pour parler de France Alzheimer Aube et de l'aide aux aidants:

Il s'agit d'une visio-conférence sur le thème de l'aide aux aidants animée par France Alzheimer Aube. Cette visio-conférence a duré 1h30, avec 1h de présentation et 30 minutes de questions-réponses.

La psychologue et deux bénévoles ont animé cette visio-conférence pour évoquer la maladie d'Alzheimer et sa prise en charge, le rôle d'aidant. Mais aussi pour parler de l'association, de ses missions et de ses bénévoles.

A la suite de cette conférence, Malakoff Humanis s'est proposé de nous aider sur une de nos actions pour le répit des aidants

- 20 décembre 2020 : Un article de journal a été publié dans l'Est-Éclair afin d'évoquer l'impact de la crise sanitaire sur l'activité de l'Association, les conséquences sur le quotidien de ses bénéficiaires, la façon dont nous envisageons la sortie de crise.

## **2) Actions dédiées aux adhérents de France Alzheimer Aube**

### **a) Actions convivialités**

En raison de la crise sanitaire, l'interdiction de rassemblement, et le confinement des EPHAD, nous n'avons pas pu proposer autant d'actions convivialité que les années passées. D'autant plus que les résidents des EHPAD adhérents ne pouvaient pas se déplacer.

Nous avons quand même pu proposer, le 15 septembre, une séance cinéma à Nogent sur Seine, à laquelle est venue 11 adhérents. Le film visionné était « Belle Fille ».

### **b) Envoi de la gazette de France Alzheimer Aube**

En 2020, nous avons publié la onzième édition de notre gazette « A l'aube de nos idées ». Nous y avons abordé les thèmes suivants : les actions mises en place durant la crise sanitaire, le déconfinement et la reprise de certaines activités, les séances de médiation artistique, la journée détente que nous avons organisée à Troyes avec nos bénéficiaires, nous avons également donné la parole aux aidants et aidés de notre plateforme de répit pour qu'ils témoignent de la façon dont ils ont vécu la crise sanitaire, l'isolement, restriction des aides, anxiété générée,...

## **3) Actions dédiées aux adhérents de France Alzheimer Aube touchés par la maladie**

### **a) Entretiens individuels pour les aidants ou les aidés**

Mise à part les entretiens assurés par la psychologue au sein de la plateforme de répit qui recouvre qu'une partie du territoire aubois, la psychologue de France Alzheimer Aube peut se rendre au

domicile des personnes qui le souhaitent sur tout le territoire aubois. Ces entretiens sont moins fréquents que ceux assurés sur la plateforme de répit, mais permettent de conseiller, accompagner les familles, les malades vers des solutions d'aide appropriées et proches de chez eux. Après le premier entretien, un accompagnement de ces familles est réalisé soit par téléphone, ou lors d'entretien de suivi à domicile. L'objectif est que les familles s'inscrivent dans un parcours d'aide adapté à leurs besoins et situations. Ces entretiens peuvent concerner les aidants mais aussi les aidés.

*Tableau 1 : entretiens psychologiques effectués en dehors de la Plateforme de répit en 2020*

Date	lieu	Aidant/aidé	Durée
06/01	domicile	Aidante	2h
14/01	domicile	Aidante	1h30
16/01	domicile	Aidante et Aidé	1h30
21/01	domicile	Aidée	1h30
21/01	domicile	Aidant	1h
22/01	domicile	Aidante et Aidée	1h
22/01	domicile	Aidante et Aidé	1h
23/01	domicile	Aidante	1h
29/01	domicile	Aidant	1h
07/02	domicile	Aidée	2h
19/02	domicile	Aidants et Aidée	1h
04/03	domicile	Aidants et Aidée	1h30
06/03	domicile	Aidante et Aidé	1h30
13/05	domicile	Aidants et Aidée	1h
15/05	domicile	Aidante et Aidée	1h
19/05	domicile	Aidante et Aidé	1h30
19/05	domicile	Aidé	1h
19/05	domicile	Aidante	1h30
09/06	domicile	Aidants	1h30
17/06	domicile	Aidante	1h
25/06	Appel tel.	Aidante	1h
07/07	domicile	Aidante	1h
16/07	domicile	Aidante	1h30
28/07	domicile	Aidante	1h30
30/07	domicile	Aidante	1h
01/08	domicile	Aidant	1h30
27/08	Appel tel.	Aidante	1h
27/08	Appel tel.	Aidante	1h
08/09	domicile	Aidante	1h30
11/09	domicile	Aidant	1h
28/09	domicile	Aidante	1h30
06/10	domicile	Aidant	1h30
09/10	domicile	Aidante	1h30
03/11	domicile	Aidant	1h
12/11	domicile	Aidante	1h30
13/11	Appel tel.	Aidant	1h
13/11	Appel tel.	Aidante	1h
14/11	Appel tel.	Aidante	1h
18/11	Appel tel.	Aidante	1h
26/11	domicile	Aidante	1h
27/11	domicile	Aidante	1h
30/11	domicile	Aidant	1h30
02/12	Appel tel.	Aidante	30 min

07/12	Appel tel.	Aidante	45 min
07/12	Appel tel.	Aidante	1h
07/12	domicile	Aidante	1h
17/12	domicile	Aidante	1h
Sur les 47 entretiens, 33 bénéficiaires ont suivi un ou plusieurs entretien(s)			

#### b) Sorties culturelles pour les aidants et les aidés

Pour la quatrième année consécutive, France Alzheimer Aube a proposé à ses adhérents des visites guidées au musée Camille Claudel de Nogent-sur-Seine. Ce musée met à l'honneur les sculptures de Camille Claudel, et de ses contemporains. Le musée et l'association ont signé une convention de partenariat. Le musée organise gratuitement des visites thématiques à destination des bénéficiaires adhérents de l'association. En 2020, trois visites sur des thèmes différents ont été organisées.

- 24 juillet: il s'agissait d'une visite sur le thème de la relation tumultueuse entre Camille Claudel et Rodin. A cette sortie étaient présents : 5 aidés, 1 aidant, 3 membres de l'équipe de France Alzheimer Aube, et 2 responsables du musée.
- 18 septembre: la visite portait sur le thème de l'Histoire et son interprétation en sculpture : Préhistoire, antiquité, moyenne âge, renaissance. A cette sortie, étaient présents : 5 aidés, 2 aidants, 2 membres de l'équipe de France Alzheimer Aube et 2 responsables du musée.
- 16 octobre: Cette visite s'est fait au sein de l'exposition temporaire proposée par le musée sur le thème du monde du travail : travail de la terre, des mines, forges,... A cette sortie, étaient présents : 7 aidés, 1 aidant, 2 membres de l'équipe de France Alzheimer Aube, et 1 responsable du musée.

#### c) Ateliers de médiation artistique pour les aidants et les aidés

France Alzheimer Aube a proposé à ses bénéficiaires des séances de médiation artistique. Cette activité permet l'expression de chacun. Ces séances ont été animées par Natacha Roche, sculptrice professionnelle et intervenante de l'association « Les amis du musée Camille Claudel ». Il s'agissait de 5 séances de modelage d'une durée de deux heures. Elles se sont déroulées dans l'ancien palais de justice de Nogent s/s. Les participants, principalement des aidés, devaient s'engager pour les cinq séances. Effectivement chacun était amené à réaliser une œuvre personnalisée nécessitant plusieurs étapes de création. Cette année, il s'agissait de créer un buste reprenant les traits de quelqu'un de familier ou pas. La technique était, bien entendu, au second plan face à la création, mais cela a permis aux bénéficiaires de prendre connaissance des spécificités de cette activité : composition de l'argile, création de la barbotine, outillages, empreintes, temps de séchage, cuisson, ajout de pigments,... Après exposition dans certaines vitrines de la ville de Nogent-sur-Seine. Ces sculptures seront rendues à leurs propriétaires.

Ces ateliers de modelage ont beaucoup plu aux bénéficiaires qui se sont montrés particulièrement appliqués. Ils étaient également fiers en voyant les œuvres après cuisson. Certains n'avaient jamais fait de modelage et ces ateliers leur ont donné l'envie de poursuivre individuellement cette activité artistique auprès de l'intervenante.

*Tableau 2 : dates et nombre de présents lors des ateliers de médiation artistique*

Date	Nombre de participants
01/09	5 participants (3 aidées et 2 aidantes)
04/09	4 participants (2 aidées et 2 aidantes)
16/09	5 participants (3 aidées et 2 aidantes)
25/09	4 participants (2 aidées et 2 aidantes)
13/10	3 participants (2 aidées et 1 aidante)

d) Activité physique et de bien-être pour aidants et aidés

France Alzheimer Aube a également proposé en 2020 des séances d'activité physique pour les aidés et les aidants. Nous avons effectuées 5 séances d'une heure et demie au cours desquelles différentes capacités physiques et cognitives ont été sollicitées : la coordination, l'équilibre, le renforcement musculaire, la rapidité, la mémoire,...

*Tableau 3 : dates et nombre de participants lors des séances d'activité physique*

Date	Nombre de participants
07/09	<b>6 bénéficiaires</b>
14/09	<b>3 bénéficiaires</b>
24/09	<b>4 bénéficiaires</b>
05/10	<b>7 bénéficiaires</b>
22/10	<b>5 bénéficiaires</b>
<b>Au total, 11 bénéficiaires ont participé à une ou plusieurs séances</b>	

#### **4) Actions dédiées essentiellement aux personnes malades**

a) *Halte Relais* :

Il s'agit d'une action de soutien, d'écoute, de compréhension et d'échange pour les malades à travers des temps d'activité et de convivialité. Cela permet aussi un temps de répit pour les aidants. Nous organisons ces séances pour un petit groupe afin de permettre un suivi personnalisé de chacun. D'autant plus que ces ateliers s'adressent à des personnes à un stade intermédiaire de la maladie d'Alzheimer, nécessitant pour certains une aide soutenue.

Chaque séance dure 2h, et est organisée une fois tous les 15 jours dans une salle de la commune de Pont-Sainte-Marie.

Cette Halte Relais est parfois une porte d'entrée dans le réseau d'aide aux personnes malades et à leur famille. Cela nous permet d'orienter vers d'autres structures d'aide du secteur troyen lorsque cela est nécessaire (MAIA, REGEMA, ESA, Accueil de Jour, EHPAD). Nous avons accompagné quatre familles dans la démarche d'inscription à l'accueil de jour sur Troyes et ses environs. Ces séances, qui se font de façon régulière, permettent donc un suivi des familles et une adaptation en fonction des besoins.

*Tableau 4 : dates et nombre de présents lors de la Halte Relais en 2020*

Date	Nombre de participants
08/01	1 participante
22/01	1 participante
05/02	2 participants
19/02	2 participants

04/03	3 participants
08/07	3 participants
22/07	3 participants
09/09	2 participants
16/09	2 participants
30/09	3 participants
07/09	3 participants
14/10	3 participants
21/10	3 participants

*b) Halte Relais itinérante*

En 2020, l'Association France Alzheimer Aube a proposé une nouvelle Halte Relais pour les bénéficiaires habitant dans des zones où peu d'actions d'aide sont proposées, des zones dites « blanches ». Effectivement, les secteurs ruraux ont un accès aux services médico-sociaux plus restreint qu'en ville. Cette Halte Relais était itinérante car elle ne s'est pas fait au même endroit à chaque séance. Outre proposer une activité de stimulation, l'objectif était aussi de repérer les personnes du secteur touchées par la maladie, et de les orienter vers d'autres partenaires pouvant intervenir dans ces villages isolés.

Malheureusement, la crise sanitaire ne nous a pas permis d'effectuer un nombre importants de séances.

*Tableau 5 : Dates et nombre de participants à ces séances d'Halte Relais itinérante*

<b>Date</b>	<b>Nombre de participants</b>	<b>Lieu</b>
17/09	2 participants	Saint-Just-Sauvage
08/10	3 participants	Saint-Just-Sauvage
14/10	2 participants	Brillecourt

*c) Atelier de mobilisation cognitive*

Ces séances de mobilisation cognitive sont conçues pour des personnes étant dans un stade débutant de la maladie. Ces ateliers se sont déroulés dans un lieu non médical, la mairie de Sainte-Maure nous a mis à disposition une salle municipale. Le choix du lieu nous a semblé très important pour éviter toute réticence de la part de ces participants ayant de légers symptômes. Le nombre de participants était limité afin d'avoir une attention soutenue pour chacun. L'objectif était de solliciter les fonctions cognitives des participants à travers différents exercices ludiques (mémoire, concentration, rapidité, observation, sollicitation de l'imaginaire, improvisation). Ces séances étaient animées conjointement par la psychologue et l'AMP de France Alzheimer Aube. Ce que nous avons pu constater, c'est une cohésion de groupe qui s'est installée rapidement. Les participants avaient plaisir de se retrouver. Cela leur a également permis d'échanger sur leur maladie, d'exposer leurs inquiétudes... Ce lien entre les participants nous a donné l'idée d'organiser durant l'été une journée détente avec les participants du groupe et leurs conjoints. Cette journée a été entièrement préparée par les bénéficiaires (visite de la cathédrale de Troyes, d'un parc animalier, sortie au restaurant). Le but de cette journée était notamment de mettre en avant qu'il est possible de construire quelque chose tous ensemble, en s'entraidant et en associant les capacités spécifiques de chacun.

*Tableau 6 : Dates et nombre de participants lors des ateliers de mobilisation cognitive en 2020*

<b>Date</b>	<b>Nombre de participants</b>	<b>Date</b>	<b>Nombre de participants</b>
08/01	5 participants	08/07	3 participants
22/01	3 participants	22/07	4 participants
05/02	7 participants	26/08	3 participants



19/02	6 participants	02/09	4 participants
04/03	4 participants	09/09	3 participants
01/07	5 participants	16/09	5 participants
Au total, 7 aidés ont participé			

#### d) Groupe d'entraide

Depuis 2019, nous organisons des ateliers de mobilisation cognitive. Nous avons constaté une cohésion de groupe. Les participants, souvent les mêmes, viennent à ces ateliers pour les activités proposées, mais aussi pour pouvoir se retrouver. Nous avons voulu poursuivre ces séances à travers un groupe d'entraide. Ces séances donnaient la possibilité à chacun de s'exprimer librement sur la maladie, la vie quotidienne, les difficultés qu'il rencontre, les sources de satisfaction et de plaisir...

Tableau 7 : Dates et nombre de participants lors des séances de groupe d'entraide en 2020

Date	Nombre de participants
30/09	2 participants
07/10	3 participants
14/10	3 participants
21/10	5 participants
28/10	5 participants
Au total, 5 aidés ont participé	

#### e) Ateliers de peinture

L'Association, en partenariat avec la résidence ORPEA Europe à Troyes, a proposé au sein de cet EHPAD des ateliers peinture. Ils étaient animés par la psychologue de l'Association.

Les participants étaient pour certains résidents de l'établissement, et les autres bénéficiaires de l'Association, vivant à domicile.

L'objet de ces ateliers était de solliciter la créativité des participants, suivant un thème défini à l'avance, de mettre en avant leurs capacités artistiques, mais aussi de favoriser les échanges entre résidents et bénéficiaires de l'Association.

Il y a eu 6 séances de deux heures, elles ont eu lieu : 22 juin, 20 juillet, 24 août, 8 octobre, 22 octobre, 26 novembre.

### 5) Actions dédiées essentiellement aux aidants

a) *Formation aux aidants* : en 2020, l'association France Alzheimer Aube a proposé, à deux endroits différents, une formation à destination des aidants de proches atteints de la maladie d'Alzheimer ou troubles apparentés. Cette formation est organisée en six modules de 2h30 durant laquelle, la psychologue et une bénévole de France Alzheimer Aube abordent les thématiques suivantes : aspects cliniques de la maladie d'Alzheimer, communication avec le proche malade, les actes de la vie de tous les jours qui posent problème, le rôle d'aidant, les aides humaines, sociales, juridiques disponibles sur le département, l'entrée et la vie en établissement.

Tableau 8 : Formations aux aidants assurées par France Alzheimer Aube en 2020

Lieu	date	Nombre de participants
Résidence Louis Pasteur à Romilly-sur-Seine	20/01	7 participants
	03/02	5 participants
	17/02	6 participants
	02/03	3 participants
	16/03	2 participants
	30/03	2 participants

Salle municipale « Bénard Bodié » à La Chapelle Saint Luc	23/09	5 participants
	07/10	6 participants
	21/10	5 participants
	09/12 (matin)	4 participants
	09/12 (A-M)	4 participants

*b) Groupe de parole à Troyes*

A la suite des formations aux aidants s'étant déroulées au sein de l'EHPAD Korian Pastoria, les participants ont voulu se retrouver régulièrement au sein d'un groupe de parole. C'est la raison pour laquelle tous les mois, nous avons mis en place des rencontres afin de partager le vécu, les difficultés, les avancées, donner des conseils en fonction des situations, aborder une thématique particulière...

Ces rencontres entre aidants sont animées par la psychologue de France Alzheimer Aube, conjointement avec la psychologue de l'EHPAD Korian Pastoria.

*Tableau 9 : Date et nombre de participants au groupe de parole à Troyes*

Date	Nombre de participants
13/01	8 participants
10/02	4 participants
26/10	5 participants

*c) Séances de sophrologie*

Offrir davantage de temps de répit aux aidants, fait partie d'un des quatre axes du nouveau Contrat Local de Santé de la ville de Romilly-sur-Seine. Plusieurs actions seront menées par différents acteurs du secteur afin de répondre aux enjeux de santé public, dès 2019 et jusqu'en 2023. France Alzheimer Aube fait partie des acteurs retenus pour mener une des actions de ce nouveau CLS.

L'association s'est engagée à mettre en place des séances de sophrologie pour les aidants. Cette action est proposée à tous les Romillons s'occupant d'un proche dépendant, quel que soit la pathologie du proche. S'ils le souhaitent, les aidants peuvent venir avec leur proche malade, car un atelier de mobilisation cognitive est assuré parallèlement aux séances de sophrologie par l'équipe de France Alzheimer Aube. Pour optimiser les bénéfices, des séances de deux heures sont proposées tous les quinze jours.

*Tableau 10 : Première séance de sophrologie ayant eu lieu en 2020*

Date	Nombre de participants
13/01	6 bénéficiaires (5 aidants et 1 aidé)
27/01	5 bénéficiaires (5 aidants)
10/02	5 bénéficiaires (5 aidants)
17/02	3 bénéficiaires (3 aidants)
09/03	4 bénéficiaires (3 aidants et 1 aidé)
07/09	2 bénéficiaires (2 aidants)
21/09	6 bénéficiaires (5 aidants et 1 aidée)
28/09	4 bénéficiaires (3 aidants et 1 aidé)

05/10	4 bénéficiaires (4 aidants)
12/10	5 bénéficiaires (4 aidants et 1 aidé)
19/10	7 bénéficiaires (4 aidants et 3 aidés)
<b>14 personnes</b> au total ont participé à au moins une des séances	

## 6) Actions générant un bénéfice pour France Alzheimer Aube

- **Lotos** : à St Just, le 28 février

- **Formations à destination des professionnels** : l'association a également organisé une formation à destination des professionnels qui était payante : en effet, nous proposons un catalogue de formations à destination des personnels d'ehpad. En 2020, nous avons organisé une formation à l'ehpad Le Fil d'Argent à Bray Sur Seine, le 21 janvier 2020 sur le thème « La Bienveillance », animée par Fanny Doré-Roth, psychologue sophrologue.

- **L'épicerie solidaire** : tout au long de l'année l'association France Alzheimer Aube a proposé à ses bénéficiaires les produits dont dispose l'association grâce à l'association Dons Solidaire. Ces personnes ont ainsi pu passer commande et être livrés à leur domicile allégeant considérablement leurs courses en grandes surfaces. De plus, ce service leur a permis de faire des économies dans leur budget mensuel puisque les produits sont vendus à bas prix. Cela n'est pas négligeable pour des personnes ayant de petites retraites. D'autre part, les bénéficiaires de l'association ont reçu des cadeaux lors de la fête des mères et à Noël. Cette attention particulière est fortement appréciée.

Finalement, les salariés et les bénévoles de France Alzheimer Aube ont organisé des stands au sein des EHPAD adhérents afin de proposer les produits aux résidents et à leurs familles.

En 2020, les stands épicerie effectués en ehpad :

- 23/01 : Les Flots de l'Orvin à Trainel
- 06/02 : Les Jardins Médicis à Provins
- 11 et 13/02 : Villa du Tertre à St Parres aux Tertres
- 20/02 : Les Géraniums à La Chapelle St Luc
- 07/07 : Le Jardin Fleuri à Pont Sur Seine
- 17/07 : Les Géraniums à La Chapelle St Luc
- 10/09 : Les Flots de l'Orvin à Trainel
- 16/09 : Le Jardin Fleuri à Pont Sur Seine
- 17/09 : Ehpad Ste Bernadette à Ste Savine
- 22/10 : Ehpad Mon Repos à Troyes
- 02/11 : Orpea Europe à Troyes

Epiceries effectuées en salle des fêtes :

- 16, 17 et 18 /07 : Piney
- 7, 8 et 9 /08 : Nogent Sur Seine
- 29/08 : St Just Sauvage
- 11 /10 : Trancault
- 17/10 : La Grande Paroisse
- 14/11 : Ramerupt
- 11, 12 et 13/12 : Nogent Sur Seine
- 19 et 20/12 : Gron

Cette épicerie a donc plusieurs avantages : faire connaître l'association à travers ce service, obtenir un bénéfice financier pour assurer les autres activités de l'association, et permettre à des personnes dans le besoin d'accéder à des produits de qualité peu coûteux.

## Activités de la Plateforme de répit

La Plateforme de répit et d'accompagnement des aidants familiaux de personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer et/ou maladies apparentées, a pour mission de soutenir les aidants dans leur choix du maintien à domicile de leur proche. Pour cela, la plateforme propose différents services en fonction des besoins de chacun. L'objectif est d'éviter l'isolement et l'épuisement. Elle assure une prise en charge coordonnée avec l'ensemble des professionnels impliqués et permet de maintenir, le plus longtemps possible, un lien de complicité entre aidants et aidés.

La plateforme de répit est basée sur les Communautés de Communes de Nogent-sur-Seine, Romilly-sur-Seine et Marigny-le-châtel.

### Les bénéficiaires de la Plateforme de Répit (PFR)

Le nombre de familles suivies en 2020 :

- familles suivies au 01/01/20 : 45
- familles suivies au 31/12/20 : 40
- Arrêt du suivi du malade : 19 (dont 3 décès, 11 placements, 5 orientations vers des partenaires)
- Nouveaux suivis : 14
- Au total, 59 familles ont été suivies sur la plateforme de répit en 2020.

*Tableau 11 : Nombre de bénéficiaires étant inscrits sur la PFR en 2020*

Nombre d'aidés	<b>59</b>
Nombre d'aidants :	<b>71</b>
- Conjoint de la personne aidée	26
- Enfants de la personne aidée	38
- Autres (conjoint des enfants, frère, sœur, petit-enfant...)	7

Les principaux acteurs à l'origine des orientations :

- Gériatres
- Cabinet d'orthophonie
- Assistantes sociales du Conseil Général de Romilly-sur-seine
- Mandataires judiciaires
- Les SSIAD (Service de Soins Infirmiers à Domicile)
- RéGéMa (Réseau Gérontologique et Mémoire de l'Aube)
- Les deux accueils de jour partenaires (GHAM, résidence Louis Pasteur)
- MAIA
- Les familles entre elles
- Les bénévoles de l'association

Les modalités de prise en charge des personnes aidées :

Afin de permettre aux aidants de participer aux actions proposées, nous avons mis en place des modalités de prise en charge des personnes aidées en leur permettant de fréquenter un des deux accueils de jour soutenant la Plateforme de Répit.

## 1) Les actions menées en accueils de jour

La psychologue de France Alzheimer Aube accompagne les aidants familiaux dans cette démarche d'orientation vers l'accueil de jour en répondant aux questions des familles et en préparant les « aidés » à l'interaction de groupe. Elle est présente lors de la première journée d'accueil de jour pour s'assurer que chacun trouve sa place au sein du groupe.

*Tableau 12 : Nombre de bénéficiaires orientés vers l'un des deux accueils de jour en 2020 par France Alzheimer Aube.*

Accueil de jour	Nombre de personnes orientées par France Alzheimer Aube
Résidence Louis Pasteur	4
G.H.A.M de Nogent sur seine	1

### Interventions de France Alzheimer Aube au sein des deux accueils de jour (ADJ)

L'équipe de France Alzheimer Aube propose des ateliers réguliers au sein des deux accueils de jour. Il est effectivement essentiel pour l'équipe d'échanger avec les partenaires sur les bénéficiaires de la plateforme de répit. D'autre part, France Alzheimer Aube organise des après-midi « convivialité » entre les deux ADJ permettant aux animatrices et aux bénéficiaires de se retrouver.

A cela s'ajoutent, des réunions entre partenaires de la plateforme permettant de faire le point sur les mois passés et envisager les projets à venir. Ces réunions se font en présence des responsables du GHAM et de la résidence Louis Pasteur, ainsi que des psychologues des deux structures, de l'IDE de Louis Pasteur, de la psychologue et de la secrétaire de France Alzheimer Aube.

*Tableau 13 : Actions mises en place par France Alzheimer Aube au sein des deux ADJ en 2020*

mois	Date	lieu	Intervenant FA10	activité
janvier	21/01	Residence Louis Pasteur	Réunion entre partenaires de la plateforme de répit	
février	05/02	GHAM	bénévole	Atelier masques de carnaval
	14/02	Salle des Beaumonts à Nogent-sur-Seine	Rencontre entre ADJ pour un challenge cognitif	
	18/02	Invitation de l'accueil de jour de la résidence Louis Pasteur au cinéma		
	25/02	Residence Louis Pasteur	AMP FA10	Atelier masques de carnaval
octobre	08/10	GHAM	Point sur les bénéficiaires de l'accueil de jour	
	13/10	Résidence Louis Pasteur	Point sur les bénéficiaires de l'accueil de jour	

## 2) Activités proposées par la Plateforme de Répit

### Actions d'écoute et de soutien aux aidants :

- Entretiens psychologiques à domicile :

La psychologue de France Alzheimer Aube rencontre les bénéficiaires de la Plateforme de répit lors d'entretiens individuels réguliers. Ces entretiens se font la plupart du temps au domicile des bénéficiaires mais ils peuvent, au cas échéant, se dérouler dans la salle de consultation de France Alzheimer Aube. Il s'agit d'un accompagnement personnalisé qui tient compte des situations

spécifiques à chaque bénéficiaire.

Il s'agit d'offrir aux aidants un accompagnement dans la prise de décisions, et la mise en place de solutions d'aides. Cela donne également la possibilité aux aidants d'exprimer leurs inquiétudes et/ou leurs difficultés à faire face au quotidien et adapter leur comportement à celui de leur proche malade.

Ces entretiens de suivi sont également proposés aux « aidés » isolés, ils permettent de s'assurer que les aides mises en place sont appropriées aux besoins évolutifs du malade.

*Tableau 14 : Nombre d'entretiens psychologiques menés en 2020:*

Mois	Nombre d'entretiens réalisés			
	Total	Aidants	Aidés	Aidants-Aidés
Janvier	19	2	10	7
Février	10	1	6	3
Mars	38	29	6	3
Avril	40	37	3	0
Mai	22	7	9	6
Juin	21	2	10	9
Juillet	8	0	7	1
Août	3	1	1	1
Septembre	3	1	1	1
Octobre	8	0	5	3
Novembre	36	1	25	10
Décembre	17	2	9	6
<b>TOTAL</b>	<b>225</b>	<b>83</b>	<b>92</b>	<b>50</b>

- Groupes de parole :

Les aidants de la Plateforme de Répit se retrouvent une fois par mois lors d'un groupe de parole. Cette rencontre a 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.

Le but recherché lors de ces rencontres est de permettre à chacun de s'exprimer sous le regard bienveillant des autres participants. Les valeurs partagées par tous sont : écoute, respect, non-jugement, discrétion. Ainsi un climat de confiance est créé, permettant d'exprimer ouvertement les souffrances, les doutes, les incompréhensions, les inquiétudes, mais également les réussites.

A la suite de ces deux heures, souvent fortes en émotion, nous terminons par un goûter. La dynamique de groupe est très importante. Bien souvent des liens se créent entre les participants qui prennent plaisir à se retrouver de façon régulière.

Pour permettre à tous les aidants de pouvoir venir, une prise en charge des malades est assurée par une bénévoles de l'association. Elle propose une animation adaptée à chacun.

*Tableau 15 : Nombre de participants lors des groupes de parole de 2020*

Date	Nombre d'aidants	Nombre d'aidés pris en charge	Total
09/01	11	2	<b>13</b>
06/02	8	0	<b>8</b>

05/03	3	0	<b>3</b>
02/07	2	1	<b>3</b>
03/09	8	2	<b>10</b>
01/10	2	1	<b>3</b>
16 bénéficiaires ont participé à une ou plusieurs séances			

- Café-mémoire

Ces rencontres ont lieu au café Mayol à Romilly sur seine, tous les derniers mercredi de chaque mois de 14h à 16h. Ces réunions d'informations sont ouvertes à tous, malade, aidant, professionnels, ou toutes autres personnes intéressées par la thématique abordée.

Chacun des cafés-mémoire traitent d'un thème différent ayant toujours un lien avec la prise en charge à domicile d'une personne atteinte de la maladie d'Alzheimer.

Les interventions sont assurées par des professionnels spécialisés dans le domaine abordé. Lors de ces interventions, il y a un temps de transmission de connaissances et un temps pour les questions ou les exercices pratiques.

Ces rencontres permettent à chacun d'interagir avec les professionnels en dehors du contexte conventionnel des rendez-vous en face à face. Effectivement, tous se passe dans une ambiance de simplicité et de convivialité.

*Tableau 16: Dates et thématiques des cafés-mémoire de 2020*

Date	Thématique	Intervenants
29/01	Le Relayage	Monsieur Piedfert, directeur de l'EHPAD d'Arcis
26/02	Toucher-massage	Mme Marie-Luce Rouvreau, gérontopraticienne
29/07	Art-thérapie	Mme Heinrich, psychologue de France Alzheimer Aube
28/10	Soins des pieds	Mme Coupé, podologue

*Tableau 17 : Nombre de participants lors des cafés-mémoire de 2020*

Mois	Intervenant	Accompagnants FA10	Professionnels	Aidés	Aidants	Personnes extérieures	Total
janvier	1	3	2	2	4	2	<b>14</b>
février	1	3	3	1	2	1	<b>11</b>
juillet	1	1	0	2	1	0	<b>5</b>
octobre	1	1	0	1		1	<b>4</b>
<b>Au total 22 personnes ont participé à un ou plusieurs café-mémoire</b>							

- Répit à domicile:

La principale activité de l'Aide-médico-psychologique est : le répit au domicile. En effet, après une sollicitation de la psychologue de France Alzheimer Aube, elle se déplace au domicile des familles, afin d'offrir du temps libéré aux aidants en restant auprès de l'aidé.

Le répit à domicile doit être considéré comme une solution de transition entre l'isolement vécu par le couple aidant-aidé et la solution d'accueil de jour. Cela permet une préparation progressive. Plusieurs activités sont proposées au malade selon ses envies et ses capacités. Un retour est toujours donné aux aidants en fin d'activité.

*Tableau 18 : Nombre de répits effectués par l'AMP en 2020*

Mois	Nombre de Répit	Nombre de malades concernés
Janvier	36	20
Février	28	18
Mars	15	14
Avril	confinement	confinement
Mai	14	8
Juin	33	19
Juillet	22	15
Août	12	6
Septembre	22	15
Octobre	25	16
Novembre	13	12
Décembre	31	14
<b>Au total, ces 251 répits ont bénéficié à 28 aidés et leurs aidants</b>		

### 3) Actions auprès du couple aidant-aidé :

Nous organisons des sorties culturelles (musée, expositions, ateliers d'artisans...), de détente (restaurants, pique-nique, cinéma, rencontres intergénérationnelles, loto...), des sorties sportives (randonnées, séances de gymnastique, piscine), des ateliers créatifs (peintures, décorations d'objet, mosaïque...) et également des ateliers de mobilisation cognitive.

Les activités et sorties se font en fonction des goûts des bénéficiaires et de leur mobilité.

Pour toutes sorties ou activités nous prenons en charge le transport des personnes qui ne peuvent pas se déplacer.

Ces différentes sorties ont plusieurs bénéfices recherchés : rompre l'isolement et la routine, créer du lien social, stimulation des fonctions préservées, favoriser les moments de complicité entre aidant et aidé, favoriser la construction d'un lien de confiance avec les encadrants professionnels, partager un moment de convivialité qui éloigne pour un temps les tensions liées à la maladie... Ces activités ont donc un véritable enjeu thérapeutique.



Tableau 19 : Sorties effectuées en 2021

Date	intitulé	nombre de participants	aidants	aidés	membre FA10	nombre de personnes transportées
07-janv	Café débat	7	1	4	2	3
14-janv	Séance piscine	9	3	4	2	3
16-janv	Marche nordique	2	1	1	0	0
23-janv	Marche nordique	2	1	1	0	0
23-janv	Atelier théâtre	8	0	6	2	6
28-janv	Danses en lignes	16	3	10	3	9
30-janv	Marche nordique	2	1	1	0	0
04-févr	Séance piscine	7	2	3	2	2
06-févr	Marche nordique	3	1	2	0	0
07-févr	Atelier peinture	11	0	8	3	8
12-févr	Activité intergénérationnelle	9	0	6	3	6
13-févr	Marche nordique	2	1	1	0	0
18-févr	Séance cinéma	23	4	16	3	10
20-févr	Marche nordique	3	1	2	0	0
27-févr	Atelier de mobilisation cognitive	18	1	13	4	14
03-mars	Séance piscine	9	2	3	4	2
30-juin	Séance piscine	3	0	2	1	2
03-juil	Café débat	8	0	6	2	6
09-juil	Dictée	5	0	3	2	3
21-juil	Séance piscine	3	1	1	1	1
23-juil	Sortie détente	27	8	14	5	9
30-juil	Visite de la roseraie	15	3	7	5	7
08-sept	Sortie piscine	5	0	2	3	2
10-sept	Sortie détente	33	8	18	7	13
15-sept	Sortie cinéma	14	1	10	3	9
06-oct	Sortie piscine	5	1	2	2	2
09-oct	rencontre à la bibliothèque	14	2	9	3	8
27-oct	rencontre littéraire	7	0	4	3	4
Au total, 49 bénéficiaires ont participé à une ou plusieurs sorties organisées sur la plateforme de répit en 2020						

## Les partenariats entre la plateforme de répit et les acteurs locaux en 2020:

1. Le centre de loisirs de Nogent-sur-Seine : nous nous rendons à plusieurs reprises au centre de loisirs pour une activité intergénérationnelle. Ces différentes rencontres sont organisées lors de réunion entre l'équipe de France Alzheimer Aube et la responsable du centre de loisirs. Nous envisageons les thématiques ensemble et partageons les frais (matériels, gouter). Ces sorties sont particulièrement appréciées par certains bénéficiaires de le PFR et également les enfants.
2. La paroisse de Nogent-sur-Seine : les prêtres nous mettent à disposition une salle au presbytère pour nos différents ateliers artistiques qui ont lieu une fois par mois. Il s'agit d'une grande salle accessible aux personnes en fauteuils. Des toilettes sont également à proximité de la salle. Ce partenariat nous permet d'avoir toujours la même salle, nos bénéficiaires ont maintenant l'habitude de s'y rendre.
3. Le musée Camille Claudel : une convention entre le musée et l'association France Alzheimer Aube a été signée dans le but de permettre aux bénéficiaires de l'association de profiter de visites guidées thématiques.
4. Les cinémas de Nogent-sur-Seine et Romilly-sur-Seine : une fois tous les deux mois, nous organisons une sortie cinéma en alternant entre Nogent-sur-Seine et Romilly-sur-Seine. Les responsables de ces deux cinémas sont à l'écoute de nos besoins : ils font en sorte de nous proposer des films qui correspondent aux goûts de nos bénéficiaires, ils nous accordent si besoin des séances privées. Ils nous réservent également un espace pour le gouter après la séance.
5. Les différentes associations de services d'aides à domicile : nous gardons des liens étroits avec L'ADMR, Sous Mon Toit, Confiez-nous, ... avec qui nous échangeons régulièrement au sujet des bénéficiaires de la PFR, dans le but de coordonner la prise en charge proposée aux familles.
6. Les municipalités telles que la mairie de Romilly-sur-Seine, de Nogent-sur-Seine. La mairie de Romilly-sur-Seine, nous met à disposition la salle *Ambroise Croizat* ou de *La Bourse du Travail* pour les groupes de parole. La mairie de Nogent-sur-Seine nous accorde le théâtre pour les spectacles organisés pour les adhérents et les bénéficiaires de la PFR ainsi que pour les formations professionnelles.
7. Fournisseurs de l'épicerie : ces partenariats permettent à France Alzheimer Aube d'offrir lors de certaines occasions (fêtes de fin d'année, fête des mères,...) des cadeaux aux bénéficiaires de la plateforme de répit. Ces attentions sont toujours appréciées.
8. Siel Bleu : une fois par mois une animatrice sportive assure une séance de gymnastique auprès des bénéficiaires de la plateforme de répit. Nous menons également en partenariat avec cette association une action commune sur la thématique « du bien vieillir » en proposant aux participants des séances de sport (assurées par Siel Bleu) et des séances de mobilisation cognitive (assurées par France Alzheimer Aube)
9. Le Lions club qui accorde une aide financière à l'Association France Alzheimer Aube chaque année.

10. La piscine de Romilly-sur-Seine qui facilite l'organisation de nos séances à la piscine en nous proposant du matériel adapté et en s'adaptant aux besoins de nos bénéficiaires.
11. La bibliothèque de Nogent-sur-Seine, qui nous aide à organiser des séances de lecture devant les enfants du centre de loisir.
12. La bibliothèque de Villenaux La Grande qui anime au profit de nos bénéficiaires une après-midi thématique lors de la semaine bleue.
13. Le CCAS de Pont Sainte Marie qui nous a aidés dans la mise en place d'une Halte Relais en nous mettant à disposition une salle, et participant à la communication autour de cette action.
14. La direction de l'EHPAD Korian Pastoria qui nous accueille lors des sessions de formation aux aidants.
15. Les maires de La Chapelle-Saint-Luc et de Sainte Maure nous ont accordé une salle respectivement pour la formation des aidants et les groupes d'entraide.

### Nouveaux projets pour 2021

- Nouvelle Halte Relais à Aix-en-Othe, Estissac :

France Alzheimer Aube va proposer une demi-journée d'atelier thérapeutique aux personnes touchée par la maladie d'Alzheimer sur le secteur d'Aix-en-Othe, Estissac qui est une zone « blanche » où très peu d'actions de répit sont proposées

- Jardin thérapeutique :

En 2021, nous allons proposer la réalisation d'un jardin thérapeutique. Cette action se fera en partenariat avec un EHPAD, Bois Lancy à Saint-Maurice-aux-Riches-Hommes. Certains résidents et bénéficiaires de France Alzheimer Aube participeront régulièrement à cette action. Le but est la sollicitation des fonctions cognitives des participants, la mise en avant des capacités des personnes, les échanges, et passer un moment de convivialité.

- Séjour-vacances :

Après cette période de crise sanitaire éprouvante, qui a mis à rude épreuve le moral de nos bénéficiaires, aidants comme aidés, nous voulons proposer un séjour-vacances au Morvan qui permettra de se retrouver, passer un moment de partage, participer à des excursions, prendre un bol d'air.

- Séance de médiation animale :

Nous savons que le contact avec les animaux (cochon d'inde, chat, chien, chinchilla,...) est particulièrement apprécié des personnes touchées par des troubles cognitifs. Les animaux captent l'attention des bénéficiaires, les apaisent, peuvent faire appel à des souvenirs.

- Proposer des séances de sophrologie sur le secteur de Troyes :

Les aidants ayant à assurer la prise en charge quotidienne de leur proche à domicile, ont tendance à ne plus penser à eux et à leur santé, leur proche étant devenu leur priorité.

Redonner du temps libre, permettre des temps de détente, recentrer les aidants sur eux-mêmes est une des missions prioritaires de l'Association. C'est la raison pour laquelle, nous voulons proposer des séances de sophrologie aux bénéficiaires que nous suivons sur le secteur de Troyes.

Nous proposons déjà des séances de sophrologie sur le secteur de la plateforme de répit depuis deux ans (Romilly-Nogent)

- Développement de l'Éducation Thérapeutique du Patient :

France Alzheimer Aube va mettre en place, en partenariat avec un ensemble de professionnels du secteur médico-social, un programme d'éducation thérapeutique destiné aux malades et à leurs proches. Le but de ce programme est de permettre les échanges sur la maladie, l'acquisition de nouvelles connaissances pour mieux gérer la maladie. Ce programme se découpe en 4 étapes : un diagnostic éducatif, un contrat d'éducation, des séances d'apprentissage, une évaluation.