

Le Petit Journal

Edito

Geneviève DEMOURES

Présidente de l'association France Alzheimer Dordogne

Bonjour à vous chers adhérents,

Avec le soleil qui revient et l'épidémie qui a bien l'air de reculer nous espérons tous des jours meilleurs. Comme vous le savez notre association n'a pas cessé de se mobiliser auprès de vous, les proches, et auprès des personnes qui vivent avec la maladie. Ce petit journal vous dira tout le dynamisme des bénévoles qui œuvrent au quotidien. Vous y lirez des nouvelles des ateliers, des nouveaux lieux qui se développent toujours au plus près des besoins et des attentes. Et vous lirez l'engagement auprès des mairies et du département comme auprès des professionnels pour faire advenir une société plus inclusive, plus bienveillante, plus fraternelle. Cette épidémie nous a tous fragilisés, interpellés, dans nos comportements et notre appréhension de la vie. Elle a aussi beaucoup questionné le modèle des EHPAD avec les incompréhensions liées aux exigences sanitaires. France Alzheimer, après s'être mobilisé dans la cellule d'écoute et de dialogue éthique, va poursuivre son implication dans la formation des personnels de soins tant en institution qu'à domicile, va poursuivre aussi sa réflexion au plan national sur le fonctionnement des Conseils de la Vie Sociale en établissement, sur la prochaine loi « grand âge » et la réforme de l'APA. Notre association est aussi impliquée dans la recherche tant dans le domaine des neurosciences que des traitements mais aussi sociologique sur les facteurs de risque de la maladie et des outils de prévention.

Vous mesurez le dynamisme qui nous anime mais il nous faut convaincre et être plus nombreux ... je compte sur vous!

Je vous souhaite une bonne lecture et vous donne rendez vous très bientôt pour nous retrouver et reprendre ensemble toutes nos activités.

Très amicalement.

Sommaire

Page 2 | On fait le point

Page 3 | La parole aux bénévoles

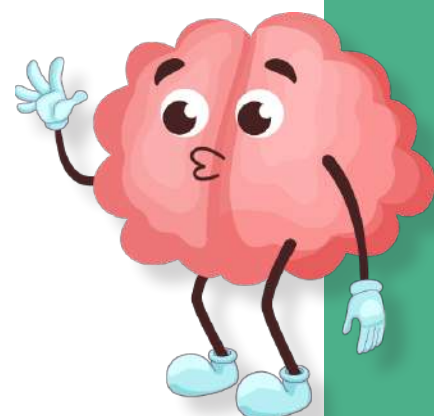
Page 4 | Les ateliers de FA24

Page 5 | Réunions des bénévoles

Page 6 | Signature de la charte «Département aidant»

Page 7 | Réseau anglophone

Page 8 | L'actu FA24



On fait le point

Assemblée générale du 27 Avril

Le mardi 27 à 14h30, les membres de l'Association France Alzheimer Dordogne, se sont réunis en visio conférence en raison de l'épidémie qui ne nous autorise pas à des rassemblements importants et faute aussi de salle pouvant nous accueillir. Un lien a été adressé à tous les adhérents mais nous avons également donné la possibilité de procurations pour celles et ceux qui seraient empêchés.



Une nouvelle manière de s'organiser et de se rencontrer qui a été très concluante ! Vous pouvez demander le compte-rendu de l'assemblée générale par mail.

Comprendre la vaccination

Les vaccins modernes apparus au XX^e siècle ont été une révolution médicale majeure de prévention et ont permis d'éradiquer des maladies graves comme la variole ou d'en limiter sérieusement la propagation comme la poliomyélite, la rougeole ou la grippe.

Un vaccin est un sérum purifié qui contient des particules spécifiques, qu'on appelle antigènes, provenant d'un agent infectieux, microbe ou virus. Une dose optimale est inoculée au patient par une piqûre sous-cutanée ou intramusculaire. Elle va provoquer rapidement et naturellement une réaction ciblée du système immunitaire pour fabriquer les défenses de votre organisme, les anticorps, et toute une armée de globules blancs capables de détruire l'agresseur et surtout de garder en mémoire les informations propres à cette maladie. Vous êtes alors immunisé pour toute votre vie grâce aux rappels à intervalles réguliers, nécessaires dans la plupart des protocoles vaccinaux. Vous voilà protégé, et vous ne pouvez plus transmettre le virus à votre entourage : quand suffisamment de personnes sont vaccinées, il n'y a plus de contamination et l'épidémie prend fin !

Cette vaccination anti covid est d'autant plus importante pour vos proches que le malade d'Alzheimer ne peut pas comprendre ni supporter les gestes barrières : la distanciation physique et le port du masque. Encouragez donc votre entourage, les aidés et les aidants, à se faire vacciner rapidement, maintenant que nous avons en nombre des vaccins très efficaces et bien supportés. Quand une majorité de la population adulte française sera vaccinée à l'été 2021, on pourra espérer en finir avec cette pandémie.

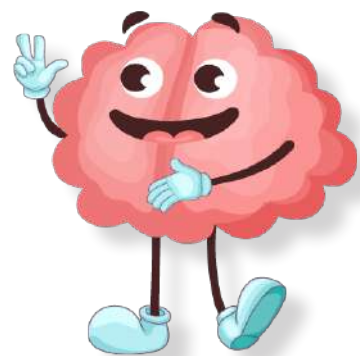
Enfin, garder à l'esprit, qu'un jour les chercheurs trouveront un vaccin efficace contre la maladie d'Alzheimer; les recherches sont en cours.

Le congé proche aidant

Depuis le 2 octobre 2020, le décret instituant le congé proche aidant a été publié. Ce congé s'adresse aux proches aidants salariés pour leur conjoint, leur ascendant/descendant ou celui de son conjoint au quatrième degré, l'enfant dont ils assument la charge ou bien une personne sans lien de parenté avec qui ils habitent ou aident simplement à titre non professionnel.

C'est au salarié d'en faire la demande un mois avant le congé. La durée maximum est de 3 mois mais peut être renouvelé jusqu'à 1 an. Concernant l'indemnisation, elle est fixée à 43,83€ par jour pour une personne en couple et 52,08€ pour une personne seule. Cette somme est versée par la CAF (caisse d'allocations familiales) et les caisses de la mutualité agricole.

La parole aux bénévoles



Coup de coeur
des bénévoles



Ce livre vous est recommandé
par Colette, bénévole France
Alzheimer Dordogne.

« Ma mère ne perd pas la tête. Elle la laisse juste vagabonder de plus en plus ailleurs, dans des contrées étranges, souvent inquiétantes, menaçantes, mais parfois merveilleusement poétiques. » C'est ainsi que Michel Mompontet décrit la maladie de sa mère, Geneviève. Les nombreuses personnes qui l'ont aidée, les stratagèmes employés pour adoucir son quotidien, les moments drôles et surprenants qu'ils ont partagés.. Tout est dit dans cet ouvrage touchant, comme un témoignage des derniers instants entre un fils, sa mère et la maladie d'Alzheimer.

Le 11 février dernier, les bénévoles de Bergerac se réunissaient pour un atelier courrier afin d'envoyer les nouveaux bulletins d'adhésion.



Légende :

Joelle CHANTEBIEN - Martine MEYNARD - Cathy BARRIERE
Nadine CARTOUX - Liana FOURNIER

Les ateliers de FA24

Musicothérapie, sophrologie, groupe de parole... en visio

Malgré l'arrêt des ateliers en présentiel depuis le début de la crise sanitaire, l'association tient à garder le lien avec les malades et leurs aidants et à les accompagner au mieux. C'est pour quoi des ateliers en visio conférence sont organisés. De la musicothérapie, de la sophrologie et des groupes de parole qui s'organisent différemment mais toujours dans la bienveillance et la bonne humeur. Ce sont les participants qui en parlent le mieux !

«J'ai été agréablement surpris par l'animation du groupe de parole en visioconférence. Malgré les appréhensions liées à l'utilisation de cet outil pour engager une dynamique de groupe, cette action en distanciel a contribué favorablement au maintien du lien et au partage d'expérience entre nos adhérents. Leurs encouragements ont témoigné de l'intérêt de notre accompagnement durant ce confinement : « ce groupe est un véritable sas de liberté », ou encore « cela me rebooste pour tenir jusqu'au mois prochain » ont exprimé certains participants. Cette expérience a donné lieu à la rencontre improbable de proches aidants à travers les quatre couleurs du Périgord.»

T. LABELLE, psychologue FA24

«Après quelques soucis de son, nous sommes arrivées à avoir une connexion impeccable image et son. Nous avons récupéré, grâce à la visio une personne qui habite Vergt. L'ambiance est très conviviale, nous pouvons nous voir et nous parler. Elizabeth (sophrologue) écoute chacune de nous avant le cours et après pour connaître notre ressenti. Les séances se déroulent dans le silence, juste avec la douce voix d'Elizabeth. Les cours de sophro sont très efficaces même en visio et procurent du bien être aux participants. Il faut que ces derniers soient équipés d'un ordinateur ou téléphone portable (il faut bien sur les guider), il est nécessaire d'avoir une bonne connexion.»

Nadine, bénévole FA24

Artothèque de Trélissac

Le 12 avril dernier se tenait la première séance d'art thérapie à l'artothèque de Trélissac. Désormais, tous les lundis de 14h à 16h, cet atelier est animé par Marie-Pierre Borde, art thérapeute. Cette dernière accompagne les participants dans la stimulation et la découverte de leur créativité en les mettant en lien avec des oeuvres qui pourraient les inspirer et par la suite résulter en création individuelle ou collective. À chaque séance, un thème est abordé puis une oeuvre de l'artothèque est sélectionnée pour être finalement étudiée et observée par le groupe. L'artothèque permet aux participants mais également à tous ses visiteurs d'emprunter les oeuvres quelques jours.

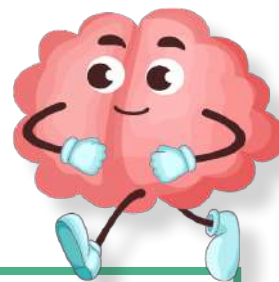
Si vous êtes intéressés, n'hésitez pas à contacter l'association !

Jardins thérapeutiques et partagés

Prochainement ouvriront des jardins thérapeutiques à Périgueux et Trélissac. Ce projet, inspiré du même dispositif déjà installé dans d'autres villes de France par l'union France Alzheimer, permettra aux malades et à leurs aidants de venir jardiner et profiter de cet espace. Cette activité permet de mobiliser les capacités cognitives et sensorielles du malade et de procurer un sentiment de bien-être pour les personnes qui avaient l'habitude de jardiner. Elle favorise également l'autonomie ainsi que le lien social. L'espace sera évidemment adapté aux personnes malades qui pourront y venir à leur guise avec leurs aidants. Nous ne manquerons pas de vous informer sur l'avancement de ces projets !

Depuis le début d'année, les bénévoles de France Alzheimer Dordogne se réunissent pour prévoir la suite et organiser la reprise des ateliers jusque là ralentis en raison de la situation sanitaire.

Des réunions dans la bonne humeur, le partage et l'échange, malgré les restrictions !



Allocution de Geneviève DEMOURES

Présidente France Alzheimer Dordogne
lors de la signature de la charte «Département aidant Alzheimer»
par le conseil départemental de la Dordogne

“ [...] Il est difficile de savoir combien la Dordogne compte de personnes atteintes de ces maladies neuro évolutives auxquelles il convient d'ajouter les proches concernés aussi par l'accompagnement au quotidien ; et cela concerne sans aucun doute bien plus de 10000 personnes en Dordogne car [...] il y a ces personnes en début de maladie non diagnostiquées encore parfois, il y a ceux chez qui on a confondu vieillesse et maladie comme si les troubles de la mémoire étaient un passage obligé de l'avance en âge, et puis il y a ces héros du quotidien, familles aimantes qui, dans le secret des maisons, et jusqu'à l'épuisement pallient sans cesse les difficultés d'une mère ou d'un père, d'un conjoint, dans le respect des loyautés qui les obligent.

Enfin il y a ces magnifiques personnels du soutien à domicile qui dans des conditions de solitude et de précarité incroyable font le mieux qu'ils peuvent sans toujours la formation à laquelle elles auraient bien du bénéfice ni le regard valorisant de la société malgré tous les efforts que peuvent déployer leur encadrement.

[...] Les temps de l'épidémie, qui ont plongé chacun et plus encore les plus fragiles, dans un climat d'incertitude d'isolement et de souffrance au cœur des familles ont fragilisé le tissu associatif; pourtant nous nous sommes adaptés en proposant des entretiens téléphoniques réguliers avec nos bénévoles et les psychologues liés à l'association ; nous avons proposé de programmer les ateliers en visio en attendant des jours meilleurs.

La commande de masques inclusifs qui permettent de voir le visage ce qui est si important pour les personnes qui souffrent de difficultés de reconnaissance est arrivée et nous allons les distribuer aux familles et aux bénévoles. Et puis à la demande de l'ARS, et en partenariat avec l'espace éthique régional France Alzheimer a créé une cellule d'écoute et de dialogue éthique afin d'apaiser les tensions entre les familles et les directions d'EHPAD autour de la limitation des visites

Mais il nous faut aller plus loin, et avec vous nous allons continuer à faire entendre la voix de ceux qui souffrent, de ceux qui doutent, de ceux qui s'épuisent, de ceux qui n'ont plus le choix, qui ne savent plus comment rester les acteurs de leur vie. [...] À faciliter les modalités de transport depuis le domicile pour lutter contre l'isolement qui aggrave la pathologie. À permettre à chacun de trouver sa juste place dans une société plus fraternelle, bienveillante et solidaire.

Nous ne pouvons rien faire les uns sans les autres et nous sommes très heureux de cette charte que le département et ses services signent à nos côtés après les maires qui l'ont déjà ou vont le faire aussi [...]. ”

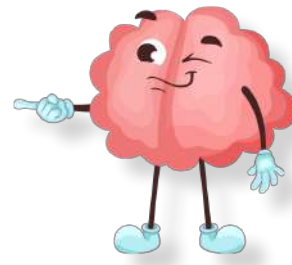


La Dordogne devient le deuxième département en France à signer la charte «Département aidant Alzheimer».

Réseau anglophone

*Antonella et son aide à domicile
Antonella and her home-care worker*

Isabelle Karl-Fouillaret



Antonella has been a widow for 20 years, she has learned to live alone, to arrange, fix, paint and even change a tap. When there is no man in the house, you can have a hard time to be respected, she says. Maybe she's right. How many times did she ask the landlord to fix the garage door and the windows? He never comes. She knows she's an old lady and when you're a certain age, you don't matter anymore, that's what she sadly thinks. However, she can count on increasingly heavy bills. When you have a non-insulated house, you have to pay the full price to be warm. And as she gets older, Antonella is cold.

For a few days now, Antonella has a home-care worker.
- I don't need anyone !

For Antonella, this help is intrusive. The younger has to pretend she doesn't hear when Antonella is mumbling :
- She touches my stuff, I don't know where they are anymore. I already cleaned.

Yes, Antonella had cleaned her house a long time ago, since she has Alzheimer.. What is time in sickness. The stains on her clothes, the dirty stove, the cat's mischiefs on the couch have been invisible for a long time now, she needs two foreign hands to make her little house cleaner.

Antonella knows it, don't act surprised ! She who loved books doesn't read anymore, she turns on the tv without watching it so that the noise can break the silence of her days. It all makes her angry, a certain sadness for those who don't want to admit to their loved ones that they need those helping hands.

The home-care worker sometimes feels like crying when she hears Antonella speaking with a provocative language but she works for her good with the patience that honors her. Tomorrow, the bitter and sick woman might be softer and they will drink coffee together. Antonella will tell her about her life and the home care worker will finally smile.

Antonella est veuve depuis 20 ans, elle a appris à vivre seule, à arranger, bricoler, peindre et même changer un robinet .Quand il n'y a plus d'homme à la maison, on a du mal à se faire respecter dit-elle ! Elle a peut-être raison, combien de fois elle a demandé à son propriétaire de venir réparer la porte du garage et les fenêtres, il ne vient jamais, elle sait qu'elle est une vieille dame, à partir d'un âge certain on ne compte plus, c'est ce qu'elle pense tristement.En revanche, elle peut compter sur des factures de plus en plus lourdes .Quand on a une maison sans isolation, on doit payer le prix fort pour avoir chaud, et son âge avançant, Antonella a froid .

Antonella qui a depuis quelques jours une aide à domicile .
- J'ai besoin de personne !

Pour Antonella, cette aide est intrusive, la jeune femme doit faire la sourde oreille quand Antonella marmonne :
- Elle touche mes affaires après je ne sais plus où elles sont, j'ai déjà fait mon ménage.

Oui Antonella a fait son ménage il y a belle lurette, depuis qu'elle souffre d'alzheimer, qu'est ce que le temps dans la maladie ! Les tâches sur ses vêtements, la gazinière encrassée, les bêtises du chat sur le canapé sont depuis longtemps du domaine de l'invisibilité, elle a besoin de deux mains étrangères pour rendre sa petite maison plus propre.

Antonella le sait, ne soyez pas étonnés ! Elle qui adorait les livres ne lit plus, elle allume la télé sans la regarder juste pour que le bruit casse le silence de ses journées. Et ce constat rend Antonella colérique, une forme de tristesse pour ceux qui ne veulent pas avouer à leur entourage qu'ils ont besoin de ces fameuses mains de plus. L'aide à domicile a parfois envie de pleurer en entendant Antonella dont le langage est provocant, mais elle œuvre pour son bien avec la patience qui l'honore. Demain cette femme acariâtre à cause de la maladie sera peut-être plus souple et elles boiront un café ensemble, Antonella racontera sa vie et l'aide à domicile sourira enfin.

L'actu F24

AGENDA



Séjours vacances

Saint Geniès du 04/10 au 09/10
La Rochelle du 28/09 au 02/10



Formation des aidants

St Astier du 18/11 au 16/12
Bergerac du 22/11 au 20/12
Lalinde du 4/10 au 8/11
Brantome du 19/11 au 17/12
Trélissac du 15/10 au 12/11



Journée mondiale Alzheimer

21/09 Périgueux
22/09 Piegut Pluviers et Lalinde
23/09 La Coquille, La Chapelle
Faucher et Tamnies
24/09 Chancelade, Rouffignac St
Cernin de Reilhac, Champcevinel
27/09 Excideuil



Groupe de parole

La Coquille - une fois par mois, de
14h à 16h, à partir du 05/10

France Alzheimer en Nouvelle Aquitaine

DEUX-SÈVRES

74 rue Alsace Lorraine
79000 Niort
05 49 77 82 19

CHARENTE

6 Allée du Champ Brun
16000 Angoulême
05 45 67 06 91

CHARENTE MARITIME

116 Cours paul Doumer
17100 Saintes
05 46 92 25 18

GIRONDE

52 rue des Treuils
33000 Bordeaux
05 56 40 13 13

VIENNE

10 rue Fief des Hausses
86000 Poitiers
05 49 43 26 70

PYRÉNÉES ATLANTIQUES

116 avenue du Tonkin
64140 Lons
05 59 04 41 09

LANDES

12 rue de la Ferté
40100 Dax
05 58 98 80 88



HAUTE-VIENNE

1 rue André Massager
87000 Limoges
05 55 01 38 52

CORRÈZE

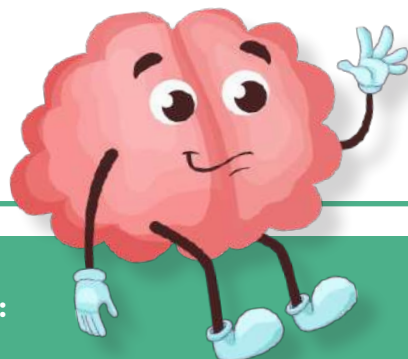
50 rue du Colonel Vaujour
19100 Brive la Gaillarde
05 55 17 70 76

CREUSE

37 rue de Verdun
23110 Evaux-les-Bains
05 55 82 83 26

LOT ET GARONNE

55 bis avenue de la Marne
47520 Le Passage
05 53 47 90 67



NOS PENSEES :

C'est avec beaucoup d'émotion que nous avons appris que certains adhérents et amis nous avaient quittés. Nous assurons à leurs proches toute notre sympathie. Nous leur renouvelons nos sincères condoléances.

NOUVEAUX ADHERENTS ET/OU DONNATEUR :

Nous remercions chaleureusement les donateurs et les nouveaux membres pour leur soutien. Vos dons nous permettent d'être toujours aussi mobilisés au quotidien. Un grand merci aussi aux personnes et associations culturelles ou sportives qui en plus de nous offrir des sommes très généreuses, nous permettent, en nous parrainant, de créer du lien indispensable pour présenter nos actions.

L'association sera fermée du 9 au 13 août inclus

Association France Alzheimer Dordogne
2 rue Emile Counord - 24100 BERGERAC
Tél : 05 53 27 30 34

Email : alzheimer.dordogne@orange.fr | Site : www.francealzheimer.org/dordogne
Page Facebook : France Alzheimer - Dordogne