



FRANCE
ALZHEIMER
& MALADIES APPARENTÉES



LE PETIT JOURNAL

Ne restez pas seuls face à la maladie !

30 août 2022



Réunion des bénévoles

8 octobre 2022



*Réunion régionale
Angoulême*

20 octobre 2022



*Remise chèque Course des
Garçons de café*

SOMMAIRE

PAGE 2 : L'édito de Geneviève Demoures

PAGE 3 : Conseil éthique : l'arrêté du 18 mars 2022

PAGE 4 & 5 : Retour sur la Journée mondiale 2022

PAGE 6 : La parole aux nouveaux bénévoles

PAGE 7 : Actualité médicale : la recherche avance

PAGE 8 : Une belle année pour France Alzheimer 24 !

PAGE 9 : Zoom sur la Virada dau Parc : le bilan



L'ÉDITO DE *Geneviève Demoures*

Présidente de France Alzheimer Dordogne
Vice présidente de l'Union nationale FA

Bien chers tous,

Voilà le dernier petit journal de l'année et vous allez découvrir que les turbulences du monde n'ont pas eu raison de l'enthousiasme, de la créativité et de la générosité des **45 bénévoles actifs** que compte notre association ! Qu'ils et elles soient remerciés pour cette énergie de chaque jour et cette bienveillance qui accompagne les personnes vivant avec la maladie et leur proches ...aimants !

Les séjours vacances reconduits encore cette année et à venir, les groupes de personnes vivant et parlant de la maladie qui se multiplient, les récentes formations pour les familles ayant leur proches en EHPAD, les nouvelles haltes relai sur le département, le Ping Pong à Périgueux qui vient de commencer, les liens avec les lycéens, et toujours la musicothérapie, les contes à la médiathèque, l'art-thérapie, la gymnastique avec Neuro mouv', les ateliers mémoire, la rencontre avec Silver fourchette, les 2 jardins thérapeutiques, les groupes de parole (dont un en visio) et les cafés mémoire témoignent bien de tout ce que notre belle association propose et vit avec vous tous à travers le territoire.

Bien sûr, l'**Union Nationale** est à nos côtés et nous continuons à nous inscrire dans ce lien de transparence et de partage, bien sûr le département et d'autres financeurs nous permettent de développer de nouveaux projets ; merci à eux et aux professionnels qui nous font confiance.

Enfin, grâce aux **69 municipalités** qui ont déjà signé la « **charte ville aidante** » nous poursuivons les actions de sensibilisation auprès des aides à domicile, des policiers municipaux, des acteurs de la citoyenneté ... et nous allons continuer!

Cette année, après le succès de l'exploit sportif « la Virada dau parc », de celui du bal pop' pour la journée mondiale et encore des cinés débats, nous allons renouveler en septembre la journée mondiale autour du sport, de la danse et de la convivialité.

Enfin, vous lirez que l'Union Nationale France Alzheimer s'est mobilisée sur le sujet de la conduite automobile comme nous l'avons fait sur la limitation des visites en EHPAD.

Nous continuons à écouter et à porter votre parole afin que chacun se sache entendu et reconnu dans une société que nous voulons toujours plus inclusive.

Je vous souhaite une belle année et je compte sur chacun... vous nous êtes précieux !

GENEVIÈVE DEMOURES

CONSEIL ETHIQUE DE FRANCE ALZHEIMER

Avis 1/2022

Maladie d'Alzheimer et conduite automobile :

A propos de l'arrêté du 28 mars 2022

L'arrêté du 28 mars 2022 fixant la liste des affections médicales incompatibles ou compatibles avec la délivrance de permis de conduire a édicté que les troubles cognitifs de la maladie d'Alzheimer et des maladies apparentées entraînaient une incompatibilité avec la conduite automobile « tant que le doute subsiste » : un avis pluridisciplinaire est demandé « sans délai » et une incompatibilité définitive est prononcée « dès le début du stade 3 de l'échelle de Reisberg ».

La maladie d'Alzheimer conduit à plus ou moins long terme à une inaptitude à la conduite automobile. Il en est de même des autres maladies neuro-évolutives approximativement dénommées dans le langage courant « maladies apparentées » alors même que les troubles qu'elles entraînent peuvent être fort différents de ceux de la maladie d'Alzheimer.

Néanmoins le contenu de l'arrêté du 28 mars 2022 n'est pas acceptable ni sur le plan scientifique ni sur le plan éthique. En effet il introduit une confusion discriminante entre les troubles cognitivo-comportementaux de la maladie d'Alzheimer (et des maladies apparentées) et les troubles liés aux autres lésions cérébrales. L'arrêté aurait dû se limiter à citer la maladie d'Alzheimer dans la liste étiologique nécessairement incomplète de toutes les causes de lésions cérébrales accidentelles ou pathologiques, stabilisées ou évolutives.

Ce n'est donc pas le diagnostic qui doit entraîner une déclaration d'incompatibilité avec la conduite mais l'évaluation des capacités neuropsychologiques nécessaires à la conduite, pratiquée par des professionnels de santé spécialisés avec des outils correspondant à l'évolution des connaissances et sans imposer le recours obligatoire et automatique à un stade d'une échelle obsolète[1].

Les familles de malades sont convaincues par ailleurs que l'importance sociale de la conduite en termes de maintien à domicile et de bien-être nécessite qu'un accompagnement des malades soit effectué précocement pour les préparer au renoncement à la conduite qui sera un jour nécessaire mais qui doit être anticipé afin de permettre l'adaptation du malade (et de la personne aidante) aux conditions de vie imposées par l'abandon de la conduite automobile. **Seules doivent compter les compétences réelles des malades et le souci commun à tous les citoyens**, y compris les malades et les familles de ne pas mettre en cause la sécurité routière.

Bal Pop' à Chancelade, **23 SEPTEMBRE 2022**

SUD OUEST

Parle de Nous...

« Certes, sur le coup des 18 heures, on pouvait nourrir quelques inquiétudes car il n'y avait pas grand monde... Et puis, petit à petit, les danseurs sont arrivés pour le plus grand bonheur des organisateurs, notamment la présidente **Geneviève Demoures** :

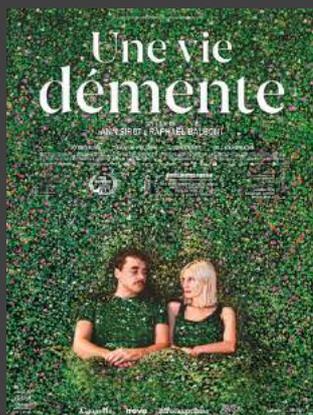
Soutenir les personnes malades et leurs familles, c'est notre motivation première (...). Cette soirée, à Chancelade, a pour but de sensibiliser le plus de monde possible, éviter un certain isolement (...).

Au cours de la soirée, **Soroptimist International Club** de Périgueux a remis un chèque de **250 euros** à l'ordre de France Alzheimer Dordogne.

Si Sylvie affichait beaucoup moins de printemps que son cavalier, Ilbert, bientôt 91 ans, ils se sont trouvés une autre passion commune, l'occitan. Ilbert a adhéré à France Alzheimer il y a plus de dix ans déjà. »



Ciné débat à Bergerac,



A Bergerac, la Journée Mondiale Alzheimer du **21 septembre 2022** s'est concrétisée par un ciné débat. Le cinéma **Grand Ecran** nous avait réservé la grande salle dans le cadre de cette journée de sensibilisation.

Une **quarantaine de personnes** ont découvert le film «**Une vie demente**», entraînant rires et larmes. Notre présidente, Geneviève DEMOURES, a pris la parole après la séance pour parler du film et présenter notre association.

Des échanges conviviaux et fructueux ont eu lieu par petits groupes, autour de Geneviève et des bénévoles de Bergerac. Nous avons pu rencontrer des aidants, des aides à domicile et de nombreux autres professionnels de santé. Un verre de l'amitié est venu conclure cette soirée.

Bergerac pétille, les 100 ans !

C'est le dimanche 6 novembre 2022 qu'un groupe de **20 personnes** de France Alzheimer du Bergeracois a assisté au Centre culturel à La Revue de Bergerac qui fête ses 100 ans : **Bergerac pétille !**

Nous avons tous été très heureux d'assister à ce magnifique spectacle, mis en scène par le Cercle Musical de Bergerac : **2h30 de spectacle** en 2 actes, plus de **30 artistes** sur scène, 25 représentations !



Un grand spectacle tout public avec plumes, strass et paillettes. A noter que les danses, chants, sketches, costumes et décors sont conçus et réalisés par des bénévoles. Un après-midi de plaisir et d'émerveillement que nous ne sommes pas prêts d'oublier et nous espérons pouvoir les retrouver dans 3 ans.



DOMINIQUE GIBOUIN

J'ai 63 ans, je suis mariée, maman de deux filles et grand-mère d'un petit Léo qui me remplit de bonheur.

Je suis infirmière de formation, j'ai travaillé de nombreuses années en gériatrie, métier qui m'a passionnée dans la qualité de relation que l'on peut avoir avec les personnes atteintes de maladie d'Alzheimer et autres troubles neurologiques.

J'ai été directrice d'EHPAD pendant 12 ans, j'ai terminé ma carrière en pleine crise COVID. Beaucoup de questions se sont posées à moi quant à la place que l'on donne à la parole des malades et à leur entourage.

C'est donc naturellement, lorsque j'ai pris ma retraite, qu'il m'a semblé évident de donner de mon temps et de mon expérience à France ALZHEIMER et j'y trouve beaucoup de plaisir.



JEAN-MARIE CHAMPION

En 2022, au terme de mon activité professionnelle vécue principalement dans les champs du théâtre et de l'éducation, certaines circonstances et les hasards de la vie m'ont sensibilisé aux changements liés au vieillissement dans ma propre vie et dans celle des autres. J'ai participé à une Formation des aidants dont la pertinence du contenu, la simplicité de l'approche ainsi que la qualité des échanges et des témoignages m'ont permis d'approfondir et d'aiguiser ma réflexion.

Dans l'objectif capital de contribuer à soulager la souffrance, privilégier l'écoute et la parole partagée, pour tenter d'accompagner fertilement les personnes vulnérables et leurs accompagnants car "une personne aidante qui n'est pas aidée elle-même, ne peut pas aider efficacement la personne aidée."



HÉLÈNE CHATEAU

Lors de La Virada au mois de Juin, j'ai eu l'occasion de rencontrer une équipe joyeuse, solidaire, animée d'une grande humanité. Cette générosité m'a enthousiasmée. C'est ainsi que j'ai décidé, cet été, de rejoindre l'équipe des bénévoles de la Dordogne. Je suis heureuse d'adhérer à France Alzheimer et d'apporter ma pierre à l'édifice des aidants-aimants.

Même si, pour l'instant mes disponibilités sont réduites aux soirées ou week-ends, je me sens impliquée et investie.



CHRISTIANE DELSART

Mon mari a été victime d'un grave accident de la route il y a une vingtaine d'années, qui lui a laissé de graves séquelles. Je me suis donc retrouvée propulsée sans préavis, dans le monde des aidants. J'ai compris que la force qui me ferait tenir, il me faudrait la puiser dans mes "semblables". Pour traverser l'épreuve, il m'a fallu nécessairement une main tendue et je l'ai trouvée dans les rencontres de l'association France Alzheimer. J'ai beaucoup reçu, aujourd'hui il est temps que je "renvoie l'ascenseur", je souhaite mettre à la disposition de l'association, les ressources de mon expérience de vie et de mon expérience professionnelle (j'ai exercé les fonctions de Directrice d'institut de rééducation psychothérapeutique. L'accueil et l'écoute des personnes en difficulté et l'animation d'équipe faisaient mon quotidien).





La Fine mouche dans l'aventure de la recherche médicale en France



Par

Francis Join
Médecin généraliste
Bénévole FA Dordogne

J'ai vu un reportage à la télé, il y a un mois, sur une équipe de chercheurs en neurosciences qui ont lancé une expérimentation, bourdonnante, grâce à la drosophile ou "mouche du vinaigre". Elle pond 3000 oeufs par jour. La matière est donc abondante et personne ne va se plaindre de maltraitance animale.

La mouche, possède un cerveau qui présente dans chaque hémisphère une petite zone appelée hippocampe, centre important du stockage de la mémoire, comme chez l'homme, toutes proportions gardées et ne faites pas les gros yeux (de la mouche) !

A partir de l'étude de son génome, ils ont pu "bricoler" les gènes responsables de l'activité de l'hippocampe, afin de priver ces mouches d'une partie de leur mémoire reproductible dans leur descendance et travailler avec des séries de mouches dites "Alzheimer", identifiées par un témoin facilement repérable.

Ils ont procédé aux expériences suivantes : Deux lots séparés, un de mouches normales N, l'autre de mouches malades A, sont stimulées exactement de la même façon. Une plongée dans une ambiance de couleur verte, suivie de l'administration d'une alimentation sucrée et ceci de façon répétée. Vous suivez toujours !!??

Ensuite, les 2 lots de mouches N et A sont rassemblés et lâchés dans un même tube transparent qui à quelque distance se divise en T. Une branche se termine dans une zone verte, l'autre branche reste incolore jusqu'à sa fin. Au bout d'un certain temps, de vol aléatoire, les mouches N vont toutes se diriger vers la zone verte et les mouches "Alzheimer" vont continuer d'errer indifféremment dans les tubes, comme des malades, les pauvres, car elles ont perdu la mémoire du réflexe pavlovien qui structure l'association couleur verte = récompense sucrée. Pas folles les mouches !!

Conclusions : → les régions de l'hippocampe sont un centre essentiel de la mémoire
→ des perturbations génétiques, mais pas seulement, doivent être prises en compte dans la survenue de la maladie. Pour autant cela ne veut pas dire que la maladie soit forcément héréditaire (elle l'est parfois).

Les chercheurs vont poursuivre leurs investigations dans ce sens et d'autres voies prometteuses. Actuellement, des futurs traitements sont testés en études cliniques avancées (phase IV). Espérons que certaines aboutissent rapidement.

UNE BELLE ANNÉE POUR FA24 !

17 et 18 juin



La Virada dau Parc (Page 9)

Du 27/09 au 01/10



Sejour Vacances départemental LA ROCHELLE



Repas du 24/11/2022 avec les participants



Nous avons entendu parler de ce séjour et nous l'attendions avec impatience, comme on attend un cadeau, comme on attend une rencontre, comme une montée d'escalier vers un hypothétique plaisir...

Mon épouse et moi-même avons été heureux de rencontrer des couples qui se sont révélés sympathiques, chaleureux, sachant rire et sourire. Une mention bien à La Fayette, très bien à son personnel et très bien pour la cuisine. La température parfois limite a été vite oubliée. Les sourires eux ne s'oublient pas !

Mon avis sur ce séjour ? Ce sera un avis personnel bien sûr, mais je crois qu'il sera aussi le ressenti des autres participants. L'organisation ? Sans faille, avec une utilisation optimale du temps disponible et un choix judicieux des lieux à visiter. Ceci suppose une connaissance profonde de la région et c'est le cas.

Dominique, Marie-Claude et Annie ; les connaître mieux, en d'autres lieux ne déçoit pas, bien au contraire ! Souriantes, attentives, compétentes, bravo mesdames !!! Personnellement, je suis prêt à vous rencontrer pour de nouvelles aventures. Une mention spéciale à notre Association, et à sa Présidente.

Claude et Alain



Ateliers culinaires à Bergerac

A l'occasion de la semaine nationale de la dénutrition et en partenariat avec **Silver Fourchette** France Alzheimer organisait en **octobre et novembre dernier** des ateliers culinaires dans la ville de Bergerac.



SILVER
Fourchette



Le succès des Haltes relais !





LE BILAN DE *Patrick Heyer*

Les **17 et 18 juin derniers** s'est tenue la Virada dau parc au profit de France Alzheimer Dordogne. Retour sur cette expériences avec Patrick Heyer.

Nos vies sont jalonnées d'épreuves... L'éducation parfois nous aide à en braver certaines, à les dépasser et pour d'autres nous devons les affronter sans y être préparé, comme la maladie. Face à toutes ces épreuves, l'être humain peut se découvrir de réelles capacités d'adaptation et de résilience. Et cela peut paraître masochiste, que certaines personnes rajoutent à ces épreuves de la vie, des défis d'ordre physique ou mental, mais dans quel but ?

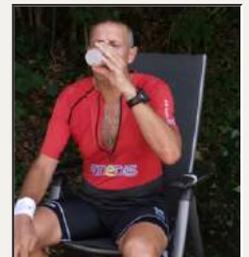
Je peux et je sais, entendre et comprendre que l'on trouve cela inutile et déraisonnable. Je n'aime pas souffrir, personne n'aime souffrir et j'aime mon corps, que je connais, écoute et prépare avec soin. Cela n'est ni une fuite, ni un exutoire, ni de l'auto-flagellation, je ne me punis pas pour soigner un quelconque traumatisme.

Tout cela ne correspond pas à ma vérité, je ne cherche pas le pourquoi, je suis cette vibration, cet appel intérieur, ce besoin et cette envie pour transformer le souhait en défi.

Chacun choisit son outil pour faire son voyage en pleine conscience, à l'extérieur comme à l'intérieur. J'utilise l'effort et non la souffrance, ceci n'est assurément ni inhumain, ni extraordinaire, ni un exploit, seulement un voyage avec comme véhicule mes jambes et mon cœur, que je prépare méticuleusement pour espérer me transporter vers la meilleure version de moi-même, à travers mes failles et mes faiblesses.

On ne ressort pas indemne de ces voyages, ils bousculent nos convictions, déstructurent nos habitudes, nous rapprochent de notre véritable identité, non sans générer des conflits intérieurs. C'est dans notre nature, nous luttons contre des évidences qui se révèlent et cela nous irrite, nous déstabilise, peut nous plonger dans une sourde colère. Mais à l'issue, nous pouvons savourer une forme profonde de paix, qui se diffuse doucement.

Nous avons été **les premiers à faire la Grande Boucle** en non-stop et nous l'avons fait pour aider France Alzheimer à mener ses missions, pour parler de toutes les richesses du Parc et pour rappeler qu'une activité physique adaptée et régulière est essentielle pour notre santé. J'espère, que tous ensemble nous avons atteint nos objectifs.



NOUVELLE ACTIVITÉ CHEZ FA24

"Ping Alzheimer"



Depuis quelques mois, une activité **ping-pong** est proposée dans la commune de **Coulounieix-Chamiers** aux couples aidants/aidés. Encadrée par un référent titulaire d'une formation fédérale sport, cette activité permet une **pratique sportive douce**. Le ping-pong permet également d'**entretenir les fonctions cognitives** en stimulant l'attention et la coordination, contribuant ainsi au ralentissement de la maladie.

Le **mercredi** de **10h à 12h**, Salle spécifique **Pierre Pousse**  Plus d'informations : **05 53 27 30 34**

AGENDA

- **Formation des aidants au Bugue** : du 20/01/2023 au 03/03/2023
- **Formation des aidants à Bergerac** : du 22/02/2023 au 22/03/2023
- **Formation des aidants en EHPAD à Terrasson** : du 13 au 27/01/2023
- **Journal d'un ultra-trailer** : A La Filature (à confirmer), le 18/02/2023
- **Ciné-débat** : Boulazac, le jeudi 15/12/2022 à 20h
- **Ciné-débat** : Nontron, le lundi 09/01/2023 à 20h30



Toutes nos félicitations à Elodie pour la naissance de Noé le 22 novembre dernier !

Pendant l'absence d' Elodie, Sandra a rejoint l'association pour la remplacer.



NOS PENSÉES :

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



AUX NOUVEAUX ADHERENTS ET/OU DONNATEURS :

Nous remercions chaleureusement les donateurs et nos 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.

Merci !



Facebook

ASSOCIATION FRANCE ALZHEIMER DORDOGNE

2 Rue Emile Counord - 24100 BERGERAC

Tél : 05 53 27 30 34

Email : contact24@francealzheimer.org

Site : www.francealzheimer.org/dordogne

Page Facebook : France Alzheimer Dordogne



Notre site