

ModéKri !

UNE NOUVELLE PRÉSIDENTE QUI MISE SUR LE COLLECTIF

Présidente depuis le 22 avril de France Alzheimer Réunion, **Sandrine Nallatamby** entend poursuivre les actions déjà engagées mais aussi travailler sur de nouveaux axes.

Pouvez-vous vous présenter ?

Sandrine Nallatamby : J'ai grandi à La Réunion jusqu'à l'âge de 20 ans, puis je suis partie en métropole. Je suis revenue lorsque ma maman a été diagnostiquée comme souffrant de la maladie d'Alzheimer. C'est à ce moment-là que j'ai contacté l'association.

Pourquoi avoir accepté la présidence de France Alzheimer Réunion ?

S. N. : J'étais déjà administratrice de FAR, depuis 2022. Dès 2023, Sylvie m'avait parlé de sa volonté de quitter

l'association et m'avait proposé de prendre le relais. Quand elle a annoncé sa démission, il m'a semblé naturel de me présenter. A FAR, j'ai un peu l'impression d'avoir rencontré ma deuxième famille. J'ai tissé des liens avec les aidants, les personnes malades et les bénévoles. J'ai découvert le monde associatif, un univers dans lequel il me plaît de progresser, car il donne du sens à une vie. J'espère pouvoir apporter à l'association mon expertise dans la gestion de budgets et de projets innovants et mettre à sa disposition mes contacts et mon réseau.

Quels sont les projets phares que vous souhaitez développer ?

S. N. : Tout d'abord, je tiens à remercier Sylvie pour le travail qu'elle a mené pendant dix ans. J'aime travailler collectivement et je compte inciter les salariés, les bénévoles, les administrateurs, les aidants, les partenaires à devenir encore plus une force de propositions. Dès le début de mon mandat, j'ai œuvré à la mise en service de **la Halte Relais Itinérante** qui était très attendue par les familles. Elle va de pair avec **la campagne de sensibilisation** que nous sommes en train de déployer.

Sur le court terme, nous allons être très occupés par l'organisation de **la Journée mondiale, le 21 septembre, les Entretiens Alzheimer fin novembre, le projet "Théâtre"** qui va démarrer... Et, à moyen terme, nous allons chercher des locaux pour implanter une MCA dans l'est, pour répondre à un réel besoin.

Et les points faibles sur lesquels vous souhaitez travailler ?

S. N. : Notre talon d'Achille, c'est la communication. On nous connaît mal. On voit bien que, dès que nous les contactons pour leur parler de la Halte Relais Itinérante, les CCAS nous déroulent quasiment le tapis rouge ! De plus, nous devons nous atteler à obtenir le soutien de plus de communes, notamment en leur faisant signer la **"Charte Ville Aidante"**, qui peut aussi être déclinée auprès d'autres structures : commerces, clubs sportifs, etc. Enfin, nous devons multiplier les partenariats avec d'autres associations investies dans le bien-être des personnes âgées, ne pas travailler seuls. Avec le vieillissement de la population réunionnaise, l'association aura de plus en plus à faire pour protéger les aidants. Et elle le fera !



TÉMOIGNAGE

On constate que les gens ont besoin de se confier. On sent parfois de la détresse dans leurs mots et on leur ouvre une porte. Je pense par exemple à cette dame, rencontrée à La Chaloupe Saint-Leu, qui va mettre en place une organisation familiale pour que sa maman puisse participer à des ateliers à la MCA Ouest.

Cécile Lechien, bénévole, intervenante sur la Halte Relais Itinérante



LA HALTE RELAIS ITINÉRANTE COEUR ALZHEIMER PREND LA ROUTE !

La Chaloupe Saint-Leu, L'Etang Salé, Cilaos, Trois-Bassins, Bras-Panon, Le Port, La Possession, Saint-Benoît... Depuis sa première sortie le 22 mai dernier, la Halte Relais Itinérante a déjà réalisé un petit tour de l'île !

"Pour l'instant, nous nous concentrons sur une phase de communication : nous contactons les CCAS de l'île, nous nouons des partenariats avec d'autres caravanes, du GIP SAP ou de la CRC par exemple, nous nous greffons à des journées dédiées aux seniors... Nous nous faisons connaître des médiateurs de quartiers, des élus, des professionnels de santé qui travaillent sur le terrain comme à Cilaos, à l'invitation du CPTS ReSo", explique Gilbert Nallatamby, coordinateur du projet.

Les objectifs s'avèrent à la fois cruciaux et multiples : identifier les familles isolées concernées par la maladie et cerner leurs besoins ; recruter des bénévoles qui pourront devenir des référents de proximité ; sensibiliser le grand public ; encourager les aidants à déléguer pour pouvoir se reposer et se faire plaisir... "Nous voulons donner la possibilité aux familles des écarts qui ne peuvent pas se déplacer de profiter de ce que nous proposons dans nos MCA, dans les bas : musique, bien-être, activités physiques adaptées, médiation cognitive et artistique, etc. C'est ainsi que Roselyne a animé des ateliers de relaxation à La Chaloupe Saint-Leu et que Véronique a initié 8 personnes à la "sophrogym" à l'EHPAD Lanave, au Port", reprend Gilbert Nallatamby.



Soigneusement aménagé, le fourgon floqué aux couleurs de l'association offre un espace chaleureux permettant des entretiens en toute discrétion. Sous son auvent qui se déplie vers l'extérieur, une table est prévue pour accueillir les curieux ou organiser des ateliers.

"Depuis que la Halte Relais Itinérante a été lancée, elle est très sollicitée. Nous n'avons malheureusement pas forcément les moyens de satisfaire toutes les demandes. Aujourd'hui, nous nous appuyons sur des bénévoles et surtout sur des aidants désireux de redonner un peu de ce qu'ils ont reçu de l'association", remarque Gilbert Nallatamby. Il n'en reste pas moins que le planning de la Halte Relais Itinérante se remplit chaque jour un peu plus.

Vie Associative...

DES INDICATEURS DANS LE VERT

-----Lors de la dernière assemblée générale du 13 avril à l'hôtel Les Aigrettes (Saint-Gilles), l'expert-comptable a conclu que France Alzheimer Réunion est une "association saine financièrement et gérée de façon optimale" ! Comptant 261 adhérents et épaulée par 30 bénévoles (un effectif toujours insuffisant), FAR a multiplié les actions en faveur des aidants et des personnes malades en 2023 avec 6 groupes de paroles (291 participants), 154 entretiens individuels, 2 formations pour les aidants, des dizaines d'ateliers (socio-esthétique, relaxation, ateliers d'écriture, musicothérapie, art thérapie, médiation cognitive, activités physiques adaptées, médiation équine) dans les MCA mais aussi 230 séances de stimulation cognitive à domicile et plusieurs sorties de convivialité... Autant d'indicateurs motivants !

un Bureau remanié

Le bureau de l'association est désormais composé de :

- Sandrine Nallatamby (présidente),
- Dr Jean Pierre Serveaux (1er vice-président),
- Dr Stéphane Renaud (2ème vice-président),
- Dr Gérard d'Abbadie (3ème vice-président),
- Daniel Bélon (trésorier),
- Idalie Nourry (trésorière adjointe)
- Cécile Lechien (secrétaire).

Merci

« un grand merci à tous nos bénévoles pleinement impliqués dans la vie de notre association et dans nos projets »

Araucan

"C'est un dragon qui se réveille au gré de ses humeurs ; c'est du miel chaud qui nous met en extase ; c'est un coulis pimenté ; c'est un rêveur des profondeurs ; fatigué, il se rendort. Qui est-ce ?"

Ce portrait araucan (du nom des devinettes en cinq touches posées par les Araucans à Robinson Crusoe) a été imaginée par les participants aux ateliers d'écriture qui se sont tenus de mars à mai à la MCA Ouest. Le 1er lecteur qui nous enverra, par mail, la clé de cette énigme gagnera une surprise qui lui sera remise lors de la prochaine journée mondiale.



Activités...

Au siège de l'association et dans les MCA, aidants et aidés peuvent participer à un large éventail d'activités. Focus sur les ateliers de relaxation.

« Votre peau est un peu comme un barrage sur lequel s'exercent les pressions de la vie. Lors de nos séances à la MCA Nord et à la MCA Ouest, j'ouvre des vannes pour libérer des tensions, grâce à tout un éventail de techniques : automassages, maîtrise du souffle, touchers sur des points précis du visage, des mains ou des pieds, etc. J'apprends aux aidants à revenir vers eux avec leurs cinq sens, à traduire les ressentis que leur peau leur communique, à canaliser leurs émotions... Ils renouent avec leur ikigai (philosophie japonaise du bonheur centrée sur ce qui donne envie de se lever le matin) et peuvent ainsi redonner de l'énergie aux personnes qu'ils aident. »

Roselyne Soba, praticienne d'ikigai

Musicothérapie

Atelier "cairns"

Jeux

Création de jardin zen

Sophrologie

Collage

Goûter dansant

Continuez à profiter de la vie !

MAISON DE LA BRODERIE

Une heure et demie de blocage sur la route, pour cause de chute de pierres, n'a pas terni l'enthousiasme des participants à la sortie concoctée par Dolaine.

Blanco, responsable de la MCA Sud, le 19 avril à Cilaos. Au menu : visite de la Maison de la Broderie, du village et de ses boutiques puis déjeuner gourmand Chez Lucan.

DANSE EN SALLE

L'atelier zumba s'étant arrêté l'an dernier, Dolaine Blanco (MCA Sud) a exaucé le vœu d'aidants et d'aidés de continuer à danser. Un jeudi par mois depuis mars, elle leur enseigne un bout de chorégraphie à la salle pavée de Terre Sainte (prêtée par la mairie de Saint-Pierre).

En mai 2023, des jeunes du lycée La Salle Saint-Charles (à Saint-Pierre) avaient reçu dans leurs classes le Dr Jean-Marc Eychène entouré d'étudiants en deuxième année de médecine. Sensibilisés, des élèves de Bac Pro Vente ont organisé le 25 février un dîner dansant, dont les bénéfices ont été reversés à France Alzheimer Réunion. Cette soirée qui a réuni 400 convives a été émaillée par une remise de trophée à ces lycéens et à leur directrice, Karine Deguigné



CINE DEBATS

MauRéfilms a proposé à FAR d'intervenir en tant que partenaire lors de la projection du film franco-belge Colocs de choc au Ciné Cambaie le 6 juin, au Ciné Grand Sud le 11 juin et au Ciné Lacaze le 14 juin. Chacune de ces séances a été prolongée par des débats animés par des bénévoles et administrateurs de l'association.

SPECTACLE VOLCANIQUE

Cité du Volcan, pique-nique partage sur l'aire de l'Horloge à Bois Court, spectacle de chant donnée par la compagnie Mille et une façons... Une cinquantaine d'adhérents de l'ouest et du sud de l'île se sont régalés le 29 février à l'occasion d'une sortie de convivialité.

BOÎTE À SOUVENIRS

Instant de grâce... La personne malade ferme les yeux, pioche un objet dans la boîte à souvenirs garnie par son aidant.e., le regarde... "Et là, les souvenirs, parfois, réémergent", commente Dolaine Blanco, qui encourage de temps à autre un binôme aidant/aidé à tester la boîte à souvenirs.



SORTIES CULTURELLES

Financées par l'Union dans le cadre des projets "Art et culture", les sorties culturelles ont permis à des dizaines d'aidants et d'aidés de découvrir des joyaux saint-paulois : "Mon idée consistait à allier art, histoire et bols d'air frais", précise Cécile Lechien.

Grotte du peuplement, cimetières marin et des esclaves le 11 mars ; musée Ti Train Lontan le 29 avril ; Lazaret de La Grande Chaloupe le 22 mai ; musée de Villèle le 12 juin ; débarcadère et bâtiments historiques de Saint-Paul le 8 juillet

BIEN ETRE A L'HOPITAL

L'association a obtenu un budget du Fonds Santé Solid'R lui permettant d'offrir 42 séances de bien-être à des patients des services de gériatrie, de neurologie et d'orthopédie au CHU Nord et au GHER Est. Patricia et Roselyne, qui interviennent régulièrement pour l'association, proposent ces pauses relaxantes depuis juin et jusqu'à décembre. "C'est génial, on vient un peu comme le Père Noël. Les malades oublient les perfusions, les odeurs... Ils se réapproprient leur corps, prennent du plaisir avec leurs cinq sens", se félicite Roselyne.



Textes d'Edith Gignoux



Après deux sessions (d'août 2023 à février 2024, puis de février à avril 2024), les ateliers de médiation équine ont repris le 19 juillet sous une nouvelle forme. "Chaque séance s'étale sur une matinée, une fois par mois, pour offrir une immersion plus profonde dans le monde du cheval, sans exclure le fait de monter, explique Cécile Lechien, coordinatrice de cette action. De plus, les groupes (4 couples aidants/aidés lors de chaque atelier) ne sont plus figés, de manière à ce que plus de personnes puissent profiter de cette activité. Enfin, les ateliers se déroulent désormais aux Ecuries du Maïdo." Stéphanie de

l'association **EQUI&COMPAGNIE** a en effet accepté de se délocaliser. Elle partage la même philosophie (combinant la bientraitance animale et le bien-être humain) avec Zélie, la responsable des Ecuries du Maïdo. "Si nous avons tenu à renouveler cette action, c'est parce qu'elle porte ses fruits : des liens de complicité se tissent entre les personnes malades et les chevaux. L'une des aidées a par exemple retrouvé l'envie d'assumer des responsabilités. Quant aux aidants, ils apprécient de voir leurs proches se comporter différemment", se réjouit Cécile.



Agenda...

21 septembre 2024



Journée mondiale Alzheimer

Cette année, la Journée mondiale, le 21 septembre, sera parrainée par Frédéric Crocquevieille, une référence dans le milieu de la course à pied. De quoi peut-être vous inspirer et vous inciter à vous inscrire à la marche (de 6 km) ou à la course (de 12 km) qui seront organisées dans la forêt de l'Etang-Salé.

La manifestation, concoctée en collaboration avec Sport Pro et CALS SUD, se tiendra en effet dans le parc du Blue Bayou. Sous les arbres de cet écrin verdoyant, vous

pourrez vous informer mais aussi profiter d'animations (musique et danse) et d'ateliers (relaxation, socio-esthétique, sophrogym). On nous susurre aussi qu'un groupe d'aidants prépare une surprise ! Mais chut ! De plus, des bus seront prévus pour rallier le site.

Cette journée, qui bénéficie du soutien de la Région Réunion, de la ville de L'Etang-Salé et du groupe Leclerc, sera également l'occasion d'inaugurer officiellement la Halte Relais Itinérante.



ENVOYEZ VOS CONTRIBUTIONS
PHOTOS, ÉCRITS, TÉMOIGNAGES
contact974@francealzheimer.org

Deux dates à bloquer : les Entretiens Alzheimer Initiés par la Fondation pour la Recherche sur la maladie d'Alzheimer, sont programmés les après-midis du :

Le 29 novembre 2024 à l'amphithéâtre bioclimatique de l'Université de La Réunion, à Saint-Denis
Le 30 Novembre 2024 Théâtre Luc Donat du Tampon.

Le dimanche précédent (24 novembre), les Foulées Mac'Zheimer attireront les sportifs solidaires aux Makes à l'invitation du Rotary Club de Saint-Louis La Ravine.

ACCUEIL, ÉCOUTE,
PERMANENCE

Un seul numéro
02 62 94 30 20

France Alzheimer Réunion
26 bis, rue des écoliers
97490 SAINT-CLOTILDE
Du lundi au vendredi
de 8h30 à 15h30

Nos Maisons Cœur Alzheimer :
Nord (Sainte-Marie)
Ouest (Le Port)
Sud (Saint-Pierre)

