

ENSEMBLE AVEC LES FAMILLES

Editorial

« *Quand je me regarde,
Je me désole,
Quand je me compare,
Je me console* »

Nous, bénévoles de l'Association France Alzheimer 93, avons tous eu un proche atteint d'une maladie d'Alzheimer ou d'une maladie apparentée, et parfois, pour certains, sommes encore engagés dans cet accompagnement au quotidien.

Nous sommes chaque jour ou presque confrontés par téléphone ou dans nos réunions des aidants, à des situations de familles dans une grande détresse, pour des raisons morales, familiales, financières, professionnelles ou autres ou tout à la fois, particulièrement douloureuses, difficiles, complexes...

Ecouter, expliquer, informer, éclairer, orienter, soutenir ... demande du temps et de l'énergie !

Ce petit « adage » au début de cet éditorial, nous aide toutes et tous à conserver notre énergie indispensable à notre engagement bénévole à vos côtés.

Peut-être pourra-t-il aussi vous aider, vous, les familles aidantes et responsables, pour ne pas oublier que vous n'êtes pas seules, que vous pouvez nous appeler, nous rencontrer, participer à nos actions toujours gratuites, entendre une voix qui sait et qui comprend ce que vous vivez....

Ce qui n'est pas le cas de toutes les familles qui ne connaissent même pas notre présence en Seine St Denis depuis presque 30 ans !

Les bénévoles de FA93

SOMMAIRE

- Santé P.2
- Recherche P.3
- Être aidant P.4
- L'espoir P.5
- Protéger p.6
- La conduite automobile P.7
- Les formations des aidants 2020 P.8

RENDEZ VOUS

Page 8

*Pour en savoir plus
sur nos actions
pour les
Aidants familiaux*

L'association recherche

Une secrétaire à mi-temps ayant des compétences en informatique, et en comptabilité, **sous le régime de micro-entrepreneur ou pouvant faire bénéficier l'association d'un mécénat de compétence**

Savoir-faire :

- * Assurer la coordination entre les différents acteurs bénévoles et professionnels de l'association.
- Maîtrise des outils informatique (pack office, internet, base de données Access...)
- Accueil téléphonique

Lieu de travail : Le Raincy

Envoyer CV et lettre de motivation à la Présidente : ollivet@club-internet.fr

Des formations complémentaires gratuites peuvent être assurées au siège de l'Union France Alzheimer à Paris

Mieux vaut prévenir que guérir

Près d'un quart de la population vieillit en bonne santé au-delà de 85 ans, sans problème de mémoire ni troubles cognitifs. Les centenaires sont souvent perçus comme des modèles de « vieillissement réussi ».

Dans le champ de la maladie d'Alzheimer, la prévention cherche tout d'abord à agir sur les facteurs de risque modifiables pour retarder la survenue du déclin cognitif.

En effet, retarder l'apparition de la maladie de 2 ans ou de 5 ans permettrait de réduire respectivement de 20 % et de 50 % le nombre de personnes malades. **En intervenant sur neuf des principaux facteurs de risque modifiables** (faible niveau d'éducation, tabagisme, sédentarité, dépression, hypertension artérielle, obésité, diabète, baisse de l'audition et isolement social), il serait possible de diminuer de 35 % les nouveaux cas...

Les enjeux sont importants !

Les facteurs de risque pour la maladie d'Alzheimer sont beaucoup plus nombreux chez les femmes que chez les hommes, allant de la dépression à la chute du taux d'œstrogènes après la ménopause, en passant par des complications liées à la grossesse ou au nombre d'enfants.

Les symptômes cognitifs et comportementaux sont différents chez les hommes et les femmes.

Le déclin cognitif est plus rapide chez les femmes après un diagnostic de déficit cognitif léger ou de maladie d'Alzheimer.

Les effets des facteurs de risque cérébro-vasculaires, métaboliques et socio-économiques sont différents chez les hommes et chez les femmes.

Les personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer sont plus exposées aux traumatismes crâniens

Les blessures à la tête causées par les chutes sont un problème majeur de santé pour les personnes âgées, et le risque de chute est accru chez les personnes atteintes de troubles cognitifs, rappellent des chercheurs finlandais

Ils ont comparé l'incidence (nouveaux cas) de blessures à la tête et de traumatismes crâniens chez des personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer et des personnes sans troubles cognitifs. Les données proviennent du registre national Alzheimer, qui recense toutes les personnes vivant à domicile et ayant eu un diagnostic de maladie d'Alzheimer. Les personnes ayant eu un traumatisme crânien avant les troubles cognitifs ont été exclus de l'étude.

Au total, 67 172 personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer ont été incluses dans l'étude ; chaque personne a été appariée à une personne sans troubles cognitifs et sans traumatisme crânien, du même âge, du même sexe et du même territoire hospitalier.

Les personnes atteintes de troubles cognitifs ont un risque de blessure à la tête accru de 34 % et de traumatisme crânien accru de 49 %.

C'est la première étude établissant l'incidence des blessures à la tête et des traumatismes crâniens chez les personnes atteintes de maladie d'Alzheimer, écrivent les auteurs.

La Société Alzheimer britannique souligne aussi l'intérêt de la prévention des chutes par des programmes d'exercice physique permettant le renforcement musculaire, pour augmenter l'espérance de vie et la capacité fonctionnelle de la personne âgée. Ces blessures peuvent conduire à une perte d'autonomie dans les activités de la vie quotidienne et conduire à un besoin d'hébergement, même au stade léger de la maladie d'Alzheimer.

Source Actualités Alzheimer n°166 – Fondation Médéric Alzheimer

Arrêter les antihypertenseurs double le risque de démences neurologiques et vasculaires. L'hypertension, première cause de mortalité dans le monde, est l'un des facteurs des risques modifiables de la maladie d'Alzheimer, rappellent les chercheurs.

La maladie d'Alzheimer, trop complexe et hétérogène, reste incurable

Rarement maladie aura mobilisé autant de cerveaux et pourtant

Le constat actuel n'a rien de réjouissant : « toutes les pistes que nous avons suivies jusqu'aujourd'hui ont débouché sur des impasses », annonce le Pr Dubois, chef du service des maladies cognitives et comportementales à l'hôpital de la Pitié-Salpêtrière (AP-HP Paris).

Et si les lésions cérébrales étaient les conséquences et non les causes de la maladie ?

Si les chercheurs faisaient fausse route depuis le début ?

Un groupe expert réuni par la Fondation Médéric Alzheimer publie une synthèse des connaissances sur les mécanismes biologiques clés permettant le développement de médicaments dans la maladie d'Alzheimer et les maladies apparentées. Les essais cliniques des 30 dernières années ont échoué par manque de cible claire, étayée biologiquement, chez l'homme, explique le coordonnateur du groupe, le Pr Winblad, directeur du département de neurobiologie de l'Institut Karolinska de Stockholm (Suède).

Les modèles animaux utilisés jusqu'à présent sont trop simples et ne permettent pas de rendre compte de la complexité des mécanismes sous-jacents. La maladie est trop hétérogène et les stratégies thérapeutiques sont jusqu'ici trop simples pour être efficaces.

Depuis 30 ans, la recherche s'est essentiellement focalisée sur la protéine amyloïde.

Pourquoi ? Dans les formes familiales extrêmement rares de la maladie (250 mutations connues, moins de 5 % des cas), qui surviennent avant 55 ans, une mutation génétique est bien à l'origine de l'accumulation de plaques amyloïdes dans le cerveau. Si cette approche monofactorielle de la maladie (une seule cause produit un seul effet) apparaissait séduisante il y a 30 ans, elle est beaucoup trop simpliste : elle ne s'intéresse pas aux formes dites « sporadiques » de la maladie, les plus fréquentes (plus de 95 % des cas), qui sont multifactorielles, avec une forte variabilité individuelle.

Aujourd'hui, les recherches précliniques (avant les essais cliniques chez l'homme) font appel à la biologie moléculaire et à la physiologie cellulaire.

Dans les 10 ans à venir, elles cibleront les déterminants moléculaires des facteurs de risque et des facteurs protecteurs. Avec l'espoir d'identifier, peut-être, des cibles pour de futurs médicaments.

L'horizon thérapeutique reste très éloigné malheureusement ...

*Source Actualités Alzheimer n°166 –
Fondation Médéric Alzheimer*

Attention : ce n'est pas parce que le médecin vous fait une ordonnance

Certains médecins, pour convaincre, à juste titre, les aidants familiaux de mettre en œuvre des actions au bénéfice de la personne malade et de son aidant, vont rédiger une « ordonnance » :

- D'accueil de jour
- D'aides à domicile
- D'activités physiques adaptées ; Etc.

Toutes ces actions sont bien au bénéfice du « patient » mais ne sont pas prises en charge par votre assurance maladie ni votre mutuelle !

Ne sont pris en charge à 100% par l'assurance maladie (sous réserve que le médecin traitant en ait bien fait la demande auprès de l'assurance maladie) que les interventions

- D'un kinésithérapeute
- D'un orthophoniste

- D'une équipe ESA à domicile (Equipe Spécialisée Alzheimer)
- D'une infirmière libérale de ville
- D'un service de soins infirmiers à domicile (SSIAD).

Attention :

La prise en charge partielle du tarif de l'accueil de jour par un financement de l'APA (Aide Personnalisée à l'Autonomie attribuée par le Conseil Départemental) ne peut pas être faite en utilisant les chèques CESU du même conseil départemental, destinés exclusivement à payer des auxiliaires de vie à domicile.

L'accueil de jour doit faire l'objet d'une demande de financement spécifique.

Être aidant ...

Dans un monde parfait, nos proches feraient leurs besoins à l'heure de passage des aides professionnelles et nous, aidants, nous pourrions rester les accompagnants bienveillants, respectueux de leur pudeur.

Dans un monde parfait, les assistantes sociales ne seraient pas débordées par un nombre toujours croissant de dossiers en souffrance, les textes de lois ne changeraient pas chaque semaine et nous aurions accès à la bonne information au bon moment. Les services sociaux instruiraient nos demandes dans un délai raisonnable.

Dans un monde parfait la notion du rôle des aidants serait incluse dans toutes les formations sanitaires et sociales, à tous les niveaux.

Seulement voilà, nous ne sommes pas dans un monde parfait.

Il y a toujours 1 aidant sur 3, conjoint âgé, qui meurt avant son proche aidé. De là à penser que c'est d'épuisement, de stress, de manque de sommeil, d'avoir trop tardé pour assurer son suivi médical, faute de quelqu'un pour veiller sur son proche malade ...

Il y a de plus en plus de besoins en terme d'aides à domicile, les familles peuvent de moins en moins les financer, nos proches vieillissent et sont de moins en moins autonomes, les enveloppes globales s'amenuisent. Les aides qui interviennent auprès de nos proches ne sont toujours pas formées, leurs horaires sont toujours fractionnés, leurs salaires dérisoires, et quand on se sent à ce point méprisé, maltraité et si peu reconnu, il y a des risques certains pour devenir à son tour maltraitant... enfin disons que c'est un facteur de risque supplémentaire.

Un dossier d'aide déposé auprès de la MDPH met au mieux 6 mois pour être instruit, et un dossier APA entre 4 et 6 mois. Qui prend le relais et assure l'intérim ?

Être aidant et conserver son emploi relève de l'exploit. Alors être aidant, conserver son emploi et ne pas voir son taux de stress tutoyer les sommets, là c'est de l'utopie.

Être aidant et conserver son emploi, c'est aussi accorder une confiance illimitée à l'aide à domicile qui va passer pour lever/laver/alimenter/coucher/changer notre proche. C'est stresser parce

qu'on n'est jamais sûr qu'elle passe, qu'elle soit à l'heure, que ce soit la même que d'habitude, qu'elle connaisse la maison, la place des objets usuels, la routine de notre proche, que notre proche la reconnaisse et lui ouvre la porte, bref qu'aucun de tous ces écueils ne se produise pour que tout se passe bien.

Mais c'est aussi enchaîner plusieurs journées en une, le travail salarié, celui de la maison, sans compter les nuits aux multiples réveils lorsque notre proche est désorienté et/ou malade.

C'est aussi cumuler les soucis de deux domiciles lorsque notre proche a gardé le sien.

Être aidant c'est aussi voir ses perspectives de carrière stoppées net, parce que personne n'accorde sa confiance au travail à un collaborateur qui part en courant à 10mn d'une réunion importante parce que son proche est aux urgences.

Dans le monde du travail, un collaborateur qui a un problème est un collaborateur qui pose problème. C'est d'ailleurs pour cette raison, que la plupart des aidants taisent leur situation au responsable et aux collègues,

Être aidant c'est faire tout ça et bien plus encore. C'est remplir des kilos de dossiers, écrire des kilomètres de pages, de lettres, de relances, faire les photocopies d'attestations, de certificats médicaux, passer des heures au téléphone à se faire balader de bureau en bureau, raconter sa situation à des dizaines d'inconnus, se battre pour faire reconnaître nos droits et ceux de notre proche. C'est passer des heures au téléphone à la recherche d'un kiné qui intervient à domicile, C'est faire l'impasse sur les vacances et les week-ends parce que la maladie ou le handicap, eux, ne prennent pas de vacances.

Être aidant c'est tout ça et bien plus encore.

C'est assurer une présence bienveillante auprès de notre proche, c'est le rassurer quand il est anxieux, le soulager quand il a mal, c'est s'assurer constamment de son confort et de sa sécurité, **c'est avoir le souci de l'autre avant le nôtre.** Au détriment de notre santé, de notre confort ou de notre sommeil. Au détriment de notre vie de couple, de notre vie de famille, de notre carrière.

Extraits du témoignage d'une aidante pour

Agevillage.com

Joy For All : Chat peluche interactif

Ce compagnon interactif peut bouger sa tête et son corps, ronronner, ouvrir et fermer les yeux, lever sa patte, ouvrir la bouche ...

Grâce à ses capteurs intégrés, ce chat interactif réagit aux mouvements et au toucher, tels que les caresses et les câlins, presque comme les vrais chats que votre proche malade connaît et aime.

Il été conçu pour apporter du réconfort, de la compagnie et du plaisir aux personnes âgées en leur permettant de recréer des moments de complicité avec un animal de compagnie sans les inconvénients liés à la responsabilité envers un véritable animal !

Mais attention : pour des personnes malades désorientées, ce chat interactif est suffisamment réaliste pour que certaines pensent que c'est un vrai, et justement craindre ... d'être obligées de s'en occuper !

Destiné à apporter compagnie et plaisir, il peut donc, parfois entraîner confusion et craintes.

En EHPAD, il est recommandé alors de l'utiliser en groupe avec une animatrice.

Sur Amazon, son prix est d'environ 100 €

L'espoir

L'espoir est au cœur du « concept de rétablissement »...

Rétablissement qui se comprend comme un processus dont le but n'est pas de redevenir « comme avant », mais comme une façon de vivre, une attitude et une façon de relever les défis de la vie de tous les jours avec la maladie.

Comment ne pas se trouver enfermé, dès l'annonce diagnostique, dans une logique de dépendance, d'invalidité et de chronicité qui nous prive de notre capacité d'agir, de penser et d'inventer.

C'est dans cet esprit que l'association FA93 vous propose de participer gratuitement à ses nombreuses actions : formations des aidants, cafés mémoire, groupes de soutien, après-midi convivialité, sorties, concerts.

Ce journal trimestriel et notre site Internet www.francealzheimer.org/seinesaintdenis, vous permettent d'être toujours informés des différentes actions prévues.

L'accueil de jour LE PATIO offre un nouveau service aux personnes accueillies

Pour certaines personnes malades, vivant à domicile, il n'est pas toujours facile pour les aidants familiaux d'organiser un rendez-vous dans un salon de coiffure en ville. Et pourtant, c'est important pour eux-mêmes et pour leurs proches, de conserver une apparence soignée et agréable malgré les conséquences de la maladie.

C'est pourquoi l'accueil de jour Alzheimer, LE PATIO propose depuis peu un nouveau service aux personnes accueillies : celui d'une coiffeuse.

Pour cela, une coiffeuse expérimentée vient 1 fois tous les 2 mois environ, et propose aux personnes accueillies de **se faire coiffer à moindre coût.**

Le jour de venue de la coiffeuse est le lundi uniquement.

Les personnes désireuses de profiter de ce service n'ayant pas le lundi comme jour d'accueil au PATIO pourront en bénéficier en venant et repartant avec leur proche aidant.

Ses tarifs sont les suivants :

- Shampoing-coupe-brushing 29€
- Shampoing-coupe-brushing-couleur 46€
- Shampoing-coupe homme 15€

Sur rendez-vous et réservé aux personnes accueillies à l'Accueil de jour LE PATIO aux Pavillons s/s Bois.

Protéger les personnes malades, vulnérables

La maladie, le handicap, un accident peuvent altérer les facultés d'une personne et la rendre incapable de défendre ses intérêts. En conséquence, vous pouvez saisir le juge des tutelles qui peut décider d'une mesure de protection judiciaire (sauvegarde de justice, curatelle, tutelle...) par laquelle une autre personne l'aide à protéger ses intérêts. La protection doit être la moins contraignante possible, et en priorité être exercée par la famille.

Qui peut saisir le juge des tutelles ? La demande d'ouverture d'une mesure de protection judiciaire peut être présentée au juge des tutelles par les personnes suivantes : le majeur à protéger lui-même - le conjoint - le partenaire de pacs ou le concubin avec qui il fait vie commune - un parent ou allié - une personne entretenant avec lui des

liens étroits et stables

A qui s'adresser ? Au Tribunal d'Instance de la résidence habituelle de la personne à protéger. Votre demande doit préciser l'identité de la personne à protéger, ainsi que les faits qui conduisent à solliciter une telle mesure, **et être accompagnée d'un certificat médical circonstancié rédigé par le médecin choisi sur une liste établie par le procureur de la République**. Cette liste est disponible dans les tribunaux de grande instance et tribunaux d'instance

Lorsque aucun proche n'est en mesure d'assumer la mesure de protection, ou lorsqu'il y a mécontentement familial, **le juge nommera un professionnel mandataire judiciaire et la famille n'aura plus droit de regard sur les décisions prises**.

La carte mobilité inclusion - CMI

Remplace l'ancienne carte d'invalidité Elle est au format d'une carte bancaire, munie d'une photo et infalsifiable. Elle devrait être délivrée en principe plus rapidement.

Cette nouvelle carte se décline en 3 versions selon le degré de perte d'autonomie, mais qui peuvent éventuellement se combiner :

La mention Priorité pour les personnes ayant un taux d'incapacité inférieur à 80% mais pour lesquelles la station debout est pénible ;

La mention Invalidité pour les personnes ayant un taux d'invalidité égal ou supérieur à 80% ;

Et la mention Stationnement pour les personnes souffrant d'un périmètre de marche réduit.

Personnes de 60 ans et plus :

remplir un imprimé spécifique CMI délivré par le Conseil Départemental, accompagné d'un certificat médical de moins de 6 mois, adressés à la Maison Départementale des Personnes Handicapées (MDPH) de Seine St Denis 7/11 rue Erik Satie - 93000 Bobigny

N.B. Les personnes évaluées en GIR 1 ou 2 devraient en principe bénéficier d'une attribution automatique.

Personnes de moins de 60 ans

Obtenir la reconnaissance d'invalidité de 3ème catégorie par le médecin de la MDPH.

La mention "stationnement pour personnes handicapées" sur la CMI permet à la personne qui en est titulaire ou à son accompagnateur d'utiliser gratuitement et sans limitation de durée, toutes les

Pour vos déplacements : les services de PAM 93

PAM 93 est un service de transport collectif, ayant passé un marché public avec le conseil départemental, et destiné aux personnes à mobilité réduite.

Pour y avoir accès :

Détenir la carte CMI mention invalidité, (égale ou supérieure à 80%) et résider en Seine St Denis

Le transport de l'accompagnateur si nécessaire est gratuit à la condition de fournir un certificat médical.

Tous les renseignements sur le site : www.pam93.info ou par téléphone 09 88 99 93 93

Par mail : contact@pam93.info

L'arrêt de la conduite automobile : témoignage

« Lorsque le neurologue nous a annoncé la maladie d'Alzheimer de mon mari, je me suis tournée vers l'association France Alzheimer de mon département, heureusement toute proche. Parmi les informations que les bénévoles m'ont donné au fur et à mesure de nos rencontres mensuelles, j'ai été alertée sur les difficultés et la responsabilité de la conduite automobile pour une personne malade. J'étais donc très attentive à sa conduite, tout en ne pouvant pas faire grand-chose, car mon mari, comme beaucoup d'hommes, était très « accroché » à son volant !

Par deux fois, en manœuvrant en marche arrière dans notre jardin, il a violemment heurté le mur. Visiblement, il ne pouvait plus faire face à cette manœuvre plus compliquée à évaluer et contrôler que la marche avant. J'ai su à ce moment là qu'il me fallait faire quelque chose : je suis donc allée à l'accueil de notre Mutuelle pour l'informer de la maladie de mon mari qui, bien entendu, refusait énergiquement d'arrêter de conduire. Ainsi nous avons pu continuer à être couverts par notre assurance.

C'est moi qui ait dû dire une « demi vérité », ou un « demi mensonge », pour qu'il arrête de con-

duire, lorsque j'ai constaté les accrochages multiples avec le portail d'entrée. J'avais trop peur qu'il soit responsable d'un accident bien plus grave que des ailes froissées.

C'était l'été et je lui ai demandé de prêter sa voiture climatisée à notre fille qui en avait besoin pour travailler dans de meilleures conditions. Ce n'était qu'un pieux mensonge, mais j'ai estimé qu'il était temps de le faire puisque de lui-même il refusait d'arrêter et se mettait en colère chaque fois que je le suggérais.

N'ayant plus sa voiture sous les yeux, il était moins tenté, et puis j'ai gagné du temps en disant que notre fille en avait toujours besoin..... il y a bien eu quelques tentatives de prendre ma propre voiture, mais je pense qu'il a du se sentir en difficulté car il n'avait pas l'habitude de la conduire, puis il n'en a plus parlé

Je pense que c'est être responsable que de DIRE la maladie à sa compagnie d'Assurances ou sa Mutuelle car il s'agit bien là de la sécurité des autres. Mais pour mon mari, il fallait bien que j'aménage un peu la vérité pour la rendre acceptable !

Germaine

Un essai clinique sauvage, aux confins du charlatanisme et de la dérive sectaire

L'Agence nationale de sécurité du médicament (ANSM) a interdit un essai clinique sauvage, mené illégalement avec des molécules aux effets inconnus, sur au moins 350 personnes atteintes de la maladie de Parkinson ou de la maladie d'Alzheimer. Cet essai était mené par une structure baptisée Fonds Josefa, dont le vice-président, professeur de médecine, est déjà très contesté par la communauté médicale.

Outre cette décision de police sanitaire, l'ANSM a saisi le pôle santé du parquet de Paris.

Procéder à un essai clinique sans autorisation est passible de 15 000 euros d'amende et d'un an de prison, sans compter les éventuelles peines prévues par le code pénal.

L'expérimentation consistait à appliquer aux patients des patchs contenant deux molécules, la valentone et le 6-méthoxyharmalan. Ces molé-

cules sont proches de la mélatonine, hormone fréquemment utilisée pour mieux dormir.

En France, la mélatonine est inscrite depuis 2011 sur la liste des substances vénéneuses destinées à la médecine humaine, mais la réglementation autorise la commercialisation de compléments alimentaires apportant moins de 2 mg de mélatonine par jour. En raison des nombreuses interactions possibles entre la mélatonine et certains médicaments, il est recommandé, en cas de traitement médicamenteux, de ne pas utiliser ces compléments alimentaires contenant de la mélatonine sans l'avis d'un médecin.

Les patchs utilisés étaient vendus au prix de 1 500 euros.

*Source Actualités Alzheimer n°166
Fondation Médéric Alzheimer*

FRANCE ALZHEIMER 93

Correspondance
17 Bd de l'Ouest
93340 LE RAINCY

01 43 01 09 66

francealzheimer93@gmail.com
www.francealzheimer.org/seinesaintdenis/

Adhérer à FA93

Il ne s'agit pas que de « payer une cotisation ».

Adhérer, c'est aussi faire partie d'un mouvement réunissant des familles et des bénévoles, tous concernés, pour mieux défendre les personnes malades et leurs aidants et bénéficier de toutes les actions mises en œuvre par FA93 dans notre département

Adhésion : 35 €

A l'ordre de FA93

A adresser : 17 Bd de l'Ouest - 93340 Le Raincy



**FRANCE
ALZHEIMER**
& MALADIES APPARENTÉES
93 SEINE-SAINT-DENIS

Vivre au quotidien avec Alzheimer

*Un guide pour les proches
écrit par Benoit Selingue,
neuro-psychologue, qui a ani-
mé pour FA93 de nombreuses
formations des aidants fami-
liaux avant de partir dans l'est
de la France !*

Edition De BOECK

*En librairie et en version nu-
mérique sur Amazon.*

Nos prochaines formations gratuites des aidants familiaux En 2020

Aubervilliers : les samedis

11 et 25 janvier, 1er et 15 février, 14 et 21 mars 2020

De 10h à 12h30 - Foyer Ambroise Croizat

166 Avenue Victor Hugo

Noisy le Grand : les samedis

1er, 8 et 29 février, 14 et 28 mars, 4 avril 2020

De 10 h à 12h30 - Maison des associations

111 Piazza du Mont d'Est

D'autres formations sont en cours de finalisation

Renseignements et inscriptions 01 43 01 09 66

Les ateliers de relaxation de FA93 Pour les aidants et les personnes malades

L'association FA93 organise dans 2 EHPAD de notre département, des ateliers de relaxation :

À Tremblay : Le Moulin Vert - 7 place Albert Thomas
le 2ème et le 4ème jeudi de chaque mois de 14h30 à 15h30

À Villemomble : Les Cèdres - 30 bis avenue de la station
Le 2ème lundi de chaque mois de 14h à 15h.

En projet dans 2 autres EHPAD :

À Drancy : Villa Beausoleil - 12 rue Louis Delplace

A Rosny sous bois : Le Tulipier - 16 rue Marcelin Berthelot

Ces ateliers, destinés aux personnes malades accueillies et à leurs aidants, sont également ouverts aux personnes malades vivant à domicile et à leurs aidants.

« L'atelier proposé permet une détente aussi bien physique (souplesse, coordination) que psychique (diminution de l'agitation) et une stimulation de la mémoire immédiate et procédurale.

Les familles guident leur proche, participent aux mouvements proposés et bénéficient elles-mêmes également de cet atelier ».

Florine Psychologue Clinicienne

Toutes les précisions par téléphone, ou sur notre site

Christiane, vice présidente de FA93 pendant de longues années, jusqu'en 2012, nous a quittés ...

Epouse d'un malade jeune, elle avait fait toute sa carrière comme infirmière à l'hôpital de Montfermeil.

Elle était partie trouver la sérénité à Cabourg, jolie plage de Normandie, plus paisible que notre Seine St Denis...

C'est avec une grande peine que notre association lui a dit adieu le 3 octobre dernier en l'Eglise Notre Dame du Raincy.