

Dans ce numéro :

Page 1

. Édito

Pages 2 et 3

. Les manifestations sur l'année 2023

Page 4

. Antenne d'Avallon

Page 5

. A Monéteau

Page 6

. Antenne de Sens

Page 7

. Antenne de Tonnerre
. Témoignage
. Brefs commentaires d'un lecteur de Louise Vilaine

Page 8

. L'art-thérapie à l'accueil de jour Le Hameau à Joigny

Page 9

. Séjour Vacances départemental

Page 10

. Journée Mondiale France Alzheimer

Page 11

. Les temps forts des quatre premiers mois de 2024
. Devenir Bénévoles de France Alzheimer 89

Page 12

. Agenda
. Animations et rendez-vous

Édito

L'Espérance...

C'est avec une joie certaine que nous vous présentons ce 58^{ème} numéro de notre journal, « Le Lien », que nous plaçons sous le signe de l'Espérance.

En effet, confrontés à la maladie d'Alzheimer, à laquelle s'ajoute le dur contexte actuel de crises sociétales, climatiques, numériques etc...que nous connaissons, il est bon de garder le moral et de continuer à nous battre tous ensemble contre cette maladie.

A la lecture de ce journal, vous réaliserez combien les témoignages donnés et la narration de nos riches activités démontrent que l'espérance demeure toujours au cœur de nos vies.

De plus, l'originalité de cet exemplaire « 58 » est qu'il ne suit plus l'année civile, mais qu'il relate l'essentiel de toutes nos actions « 2023-2024 » comprises entre deux grands temps forts :

1- Celui de nos Assemblées Générales Ordinaire et Extraordinaire du 1^{er} avril 2023 qui, pour cette dernière, a entériné la modification de nos Statuts et la création d'un Règlement Intérieur, en pleine harmonie avec les Statuts de notre Union Nationale de Paris.

2- Et celui de notre Conseil d'Administration du 23 avril 2024 qui a voté un changement de Présidence, en élisant Jean-Luc Cécile, Président, et Gérard Clémencelle, Vice-Président, en vue d'une gestion commune en véritable « co-présidence ».

Enfin, demeurons, toutes et tous, dans l'esprit du présent journal, en faisant nôtre cette citation de Georges Bernanos : « L'espérance est une détermination héroïque de l'âme, et sa plus haute forme est le désespoir surmonté. ».

Gérard Clémencelle
Vice-Président FA 89

Etre président d'une association, c'est une importante responsabilité. Il n'y a pas de petite association quel que soit le nombre de membres ou le budget. Une association, comme France Alzheimer 89, se situe dans une fédération, dite l'Union, composée d'associations de tous les départements de la métropole et des DOM-TOM. Nous œuvrons tous pour apporter un soutien à nos adhérents en particulier, mais aussi à toutes personnes, qui ont cette maladie ou une apparentée. Ils attendent eux et leur famille, principalement les aidants, des activités, on peut dire aussi des services, qui leur apportent soulagement et bien être. Les animateurs, des spécialistes, associés à des bénévoles, font preuve d'un grand dévouement avec un remarquable sens de l'humain. Ceci est essentiel pour assurer le mieux possible les missions qui sont celles de France Alzheimer. Le conseil d'administration, le bureau et notre assistante salariée ne se ménagent pas pour assurer le bon fonctionnement de notre association France Alzheimer 89. Nous devons assurer le maintien de nos activités avec l'aide de l'Union et plusieurs partenaires. Nous avons plusieurs projets à réaliser. Alors, je ne veux pas décevoir ceux qui m'ont fait confiance en me confiant cette fonction de président, en continuant l'œuvre engagée par Danielle LORROT et assurée ces dernières par Gérard CLEMENCELLE.

Je m'engage solennellement à servir notre association pour assurer sa prospérité.

Jean-Luc Cécile
Président FA 89

*Je vous offre comme porte-bonheur ces brins de mimosa en fleurs.
Qu'ils apportent un peu de lumière en ces jours parfois gris d'hiver.*

Annie



Les manifestations sur l'année 2023



1^{er} avril, à Monéteau

Assemblée Générale Ordinaire et
Assemblée Générale Extraordinaire de l'Association

20 mai 2023

A Auxerr'expo, vente de roses jaunes
par Auxerre Phoenix Lions Club
au profit de France Alzheimer 89



9 septembre : Festi Santé
organisé tous les ans par la
Commune d'Avallon

9 septembre à Auxerre
10 septembre à Monéteau
Forum des associations





21 septembre, Paëlla géante
La Résidence Mémoires de Bourgogne, à Perrigny, nous a invité au repas festif organisé au profit de notre association : don de 643 €

30 septembre et 1er octobre, à
Auxerre
Salon des Séniors



06 et 07 octobre à Sens
Nos bénévoles ont participé à La Semaine Bleue organisée par la commune

Décembre
L'EHPAD de Lavau a remis les bénéfices de diverses manifestations pour notre association, montant : 545 €



22 décembre à Avallon
Le CCAS a organisé, au cours du repas des aînés, une tombola en faveur de notre association : don de 719,50 €



Remerciements



Notre Association France Alzheimer 89 remercie vivement tous les établissements, collectivités et personnes qui nous soutiennent par des actions, des prêts de salles, des partages d'informations....

Merci également à tous les bénévoles qui organisent et savent être présents aux manifestations.



Antenne d'Avallon



Dites-le avec des fleurs

Le vendredi 8 décembre 2023, Monique, l'intervenante en art floral, est arrivée aux Genêts, les bras chargés de divers feuillages, branches de houx etc..., pour faire faire de jolies compositions aux patients. C'est toujours un émerveillement pour tous, et une fierté pour chaque patient d'emporter chez soi sa propre réalisation. Les fleurs ont été achetées chez la fleuriste de L'Isle Sur Serein.

Monique a pris RV pour notre plus grand plaisir au printemps 2024. Merci à elle.

Annie



Le printemps des artistes

Le printemps des artistes est une exposition qui donne l'occasion à des artistes amateurs de présenter leurs œuvres, elle est organisée par la ville d'Avallon.

Les patients de l'accueil de jour « les Genêts » ont exposé leurs œuvres réalisées lors des séances d'art-thérapie animée par Anne Procoudine-Gorsky et organisée par France Alzheimer 89.

Une inauguration a eu lieu en présence des familles et de représentants de la ville d'Avallon.

Vanessa



Café Mémoire

En 2023, 9 séances de Café mémoire ont eu lieu : à la Résidence Grégoire Direz à Mailly le Château, Résidence Saint François à Étais la Sauvign et à Sauvigny le bois dans une salle prêtée par la mairie.

Une trentaine de personnes ont pu échanger sur la maladie d'Alzheimer et les maladies apparentées dans une ambiance conviviale.

Vanessa

Témoignage d'un aidant suite à la Journée Mondiale d'Avallon

« Mon épouse atteinte de la maladie d'Alzheimer bénéficie d'une journée d'accueil par semaine aux « Genêts » dans l'espace EPHAD d'Avallon. Nous avons donc été prévenus de l'organisation de la Journée Alzheimer à l'espace Victor Hugo d'Avallon. C'était la première fois que nous participions à ce type d'évènement.

Nous avons été accueillis par les bénévoles de l'Association Alzheimer que nous connaissions par le biais de l'accueil de jour. Mon épouse se retrouvait donc un peu « en pays de connaissance » !

Il y avait également une vingtaine de jeunes de la Maison Familiale Rurale de Toucy en formation aux soins de la personne.

La séance commença, avec une animatrice, par un peu de gymnastique douce assise à l'aide de patins sous les pieds. Les mouvements étaient accompagnés par les jeunes en cas de difficulté des participants. Ensuite un colis ficelé passa de main en main dans un sens puis l'autre : il fallait défaire des nœuds au signal. L'animatrice donna ensuite quelques conseils pour se relaxer.

Pour la suite une chanteuse – pleine de talent – reprit un répertoire connu (y compris des jeunes !) pour le bonheur de tous. Un temps de danse, très encadré par les jeunes, termina l'après-midi avant un goûter préparé par les bénévoles, faisant suite à un petit mot du président de l'Association Alzheimer d'Auxerre venu pour l'occasion.

Pour nous cette expérience a été très bénéfique même si mon épouse n'en a qu'un souvenir lointain aidée par les photos qui nous ont été transmises. Nous avons particulièrement apprécié l'implication très forte de ces jeunes tous très motivés. Nous avons pu échanger avec quelques-uns d'entre eux : ils ont un véritable projet de vie de service aux aînés.

Merci encore aux bénévoles et à toutes les personnes impliquées dans la réalisation de ce bel après-midi. Pour l'aidant que je suis l'aide apportée a été très appréciée. A bientôt pour la prochaine ! »

JP A.

A Monéteau



Le Café Musical

Toutes les deux semaines, le mercredi après-midi, un rendez-vous important nous réunit rue des Mésanges à Monéteau.

Nous nous retrouvons, musicothérapeute, pianiste, aidés, aidants et bénévoles, autour d'un « café musical ».

Dès 14 heures notre petite salle se remplit et après quelques mots de salutation et de bienvenue, nous nous plaçons autour de la table, par affinité mais aussi en tenant compte de l'aide que les bénévoles devront apporter à certains aidés.

Notre atelier débute toujours par une petite gymnastique de respiration, puis Sylvia notre musicothérapeute distribue, à chacun des participants, le texte des paroles de la première chanson que le groupe va interpréter.

La première note est donnée par Pierre notre pianiste qui aura la gentillesse d'adapter l'interprétation musicale des partitions à l'interprétation vocale des participants. L'essentiel en musique n'est-ce pas l'accord de la mélodie avec les paroles ?

Et c'est parti pour huit mélodies choisies dans un répertoire de chansons anciennes et populaires.

Rapidement une impression de bien-être se lit sur les visages des participants. On constate même qu'au fil de nos rendez-vous, des aidés plutôt taciturnes, lors de leurs premières participations au « café musical », se mettent à fredonner quelques paroles ou à frapper dans leurs mains avec rythme. Quelle meilleure satisfaction pour l'équipe d'animation !

Il est reconnu aujourd'hui que la musique et le chant peuvent permettre aux malades atteints de la maladie d'Alzheimer d'apprendre et de se souvenir. Leur mémoire musicale continue à fonctionner. Au-delà, la musique a un effet positif sur leur comportement. Ils sont stimulés et communiquent davantage.

Le « Café musical » leur permet de sortir de leur mutisme et exerce un effet apaisant. Il est déjà l'heure de nous séparer, alors nous terminons notre atelier par une chanson spécialement réécrite par Sylvia, sur l'air du « Temps des fleurs »

« Au café musical, c'qu'on vit est primordial »

Avant de se quitter, nous prenons ensemble un petit goûter et nous nous promettons de nous revoir dans 2 semaines.

Sylvie



Halte-Relais

La Halte-Relais de Monéteau, c'est toujours un moment de convivialité où chacun se sent bien. Les aidants peuvent accompagner leurs proches ou disposer de leur après-midi. Les activités sont variées et ludiques. Ateliers manuels, chant, danse, pâtisserie, gymnastique, art floral... C'est aussi un temps d'échange et de soutien avant ou après l'activité. Les bénévoles sont récompensés par les sourires des participants.

Jeannine

Formation des aidants

La formation est proposée pour toutes les personnes aidantes : époux, épouse, enfants, amis. Cela se passe en matinée sur 4 samedis, ils sont indispensables pour les aidants et leur famille. Ces rencontres permettent de mieux comprendre la maladie et aident à l'accompagnement de son proche. C'est souvent difficile de s'inscrire, mais le résultat est très positif pour tous les participants. Ecoute, conseils et soutien sont dispensés par le binôme formé : psychologue et bénévole.

Jeannine



Antenne de Sens



Après une reprise difficile en raison de l'épidémie de COVID, nous comptons maintenant une vingtaine de personnes inscrites à nos après-midis détente et avons organisé trois sessions de formation des aidants en 2023.

Deux groupes de parole réunissent une quinzaine de participants et de nombreux entretiens individuels ont eu lieu également en 2023.

Toutes ces activités ne pourraient avoir lieu sans l'aide que nous apportent la Ville de Sens et son Centre Hospitalier qui nous prêtent leurs salles pour y organiser nos activités.

De plus, le service Gériatrie de ce Centre Hospitalier et le service Sénior du CCAS nous adressent régulièrement de nouveaux participants à nos activités.



APRÈS-MIDI DÉTENTE :

Souvent, c'est par leur accueil à nos après-midi détente que de nouveaux membres nous rejoignent. Il s'agit d'aidants accompagnant leur personne malade. C'est l'occasion pour eux de faire la connaissance avec notre équipe d'animation, composée de deux animatrices professionnelles et de bénévoles, et aussi d'échanger avec d'autres aidants et personnes malades.

A chaque fois, cela rassemble une quinzaine de participants et l'ambiance y est conviviale à la manière d'un « club ».

L'accueil se passe toujours autour d'un café suivi d'un petit quizz.

Ensuite, nous leur proposons diverses activités : ateliers créatifs, jeux de société, et, une fois par mois, des séances de sophrologie appelée aussi relaxation.

Ainsi, des groupes se constituent avec souvent séparation, le temps d'un après-midi, des couples aidants-aidés.

Des activités adaptées sont donc proposées aux aidés ; et les aidants, heureux de lâcher prise, se retrouvent entre eux en se distrayant et riant autour d'un jeu ou d'un atelier créatif, créant ainsi de saines complicités.

En fin d'après-midi, tous à nouveau rassemblés nous partageons un goûter puis nous chantons avant de nous séparer

Notre satisfaction ce sont les sourires des participants lorsqu'ils repartent ...

Pendant ce temps de répit, tous retrouvent une vie sociale sans le moindre jugement.



TÉMOIGNAGE D'UNE JEUNE BÉNÉVOLE, étudiante :

« Actuellement étudiante, j'ai voulu mettre mon temps libre au service de France Alzheimer 89. J'ai constaté que la maladie d'Alzheimer peut conduire à un isolement ou un abandon.

Or, il est touchant de voir les aidants particulièrement attentifs à leur personne malade (époux, mères, pères, voire amis).

En m'engageant en tant que bénévole à France Alzheimer 89, j'ai vu beaucoup de stress, mais aussi beaucoup d'amour et de solidarité, critère majeur pour une association.

Tout le monde a besoin d'un moment de relâchement et l'association le propose parfaitement notamment au travers des après-midis détente. Le but est d'accompagner au mieux les familles touchées par la maladie. »



L'équipe des AMD de Sens



Antenne de Tonnerre



Je suis bénévole à l'accueil de jour Alzheimer à Tonnerre. J'interviens tous les vendredis pour apporter une animation ludique.

Les ateliers de gymnastique douce sont appréciés de tous les participants. Mouvements, rires et convivialité sont au rendez-vous à chaque séance. C'est une activité accueillant les personnes atteintes de troubles de la mémoire.

Une équipe pluridisciplinaire bienveillante aide, rassure et accompagne les personnes malades.

Jeannine Ingrain



Témoignage

Louise Vilaine, jeune autrice de deux livres sur son expérience de proche-aidante de son papa.

Il est difficile d'imaginer ce qu'un aidant peut ressentir au quotidien, ce qu'il peut éprouver lorsqu'il accompagne un proche malade, pour quelqu'un qui n'est pas concerné. On dit souvent d'ailleurs qu'il faut le vivre pour le comprendre.

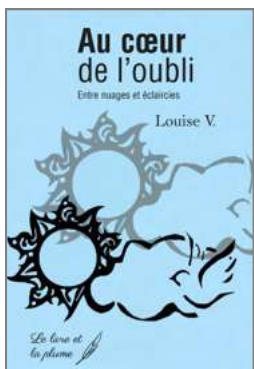
Lorsque j'ai écrit « **L'Envol d'un Père** » paru aux éditions « Le Livre et la Plume » en 2017, j'ai voulu partager le combat que j'avais mené aux côtés de ma mère pour faire prendre en charge mon père, à l'époque « malade jeune » d'une dégénérescence fronto-temporale, qui n'avait aucune conscience de ses troubles. Un parcours long et difficile mais porteur d'espoir. Je voulais montrer qu'une issue positive est toujours possible et souvent au moment où l'on s'y attend le moins.

Mon papa est entré en institution et j'ai continué à écrire, pour moi. J'ai déposé jours après jours, semaines après semaines, lorsque le besoin se faisait sentir, mes émotions sur le papier. Mon père nous a quitté en Juillet 2022, et je n'imaginais pas une seule seconde que mon premier ouvrage n'ait pas de suite. J'ai donc repris toutes mes notes, je les ai retravaillées et ai écrit « **Au cœur de L'oubli** » paru en Novembre 2023 aux éditions « Le Livre et la Plume ».

Ce deuxième ouvrage, sous forme de journal intime, est une véritable immersion au cœur de l'accompagnement d'un proche et au cœur de mes émotions /des émotions qu'un aidant peut traverser.

Ces ouvrages afin de sensibiliser aux pathologies neuro-dégénératives.

Louise Vilaine



Brefs commentaires d'un lecteur de Louise Vilaine

Suite à une lecture attentive, de « **L'Envol d'un père** » et d' « **Au cœur de l'Oubli** », je demeure très admiratif du grand Amour familial régnant au cœur de cette belle famille « Père-Mère-Fille ».

Grand Amour familial, dont la force fidèle, toujours présente, a permis à chacun, aidantes comme aidé, de traverser avec courage et inventivité cette dure épreuve de la maladie.

Vraiment ce sont deux beaux livres sur l'Espérance et le témoignage d'expériences.

Deux livres, à lire et à relire...

Gérard Clémencelle

L'art thérapie à l'accueil de jour Le Hameau à Joigny

Argile et poésie

Atelier d'art thérapie autour de l'argile et la thématique de l'eau en fil rouge.

Après une phase de préparation physique et sensorielle et un partage sur les milieux aquatiques qui nous attirent (mer, rivière, ruisseaux...), le groupe s'est montré sensible à l'écriture d'un poème.

A partir de « Il était une fois... », chaque participant a proposé spontanément un vers.

Le poème est imprimé et affiché dans la pièce principale de l'accueil de jour.

S'en est suivi un travail personnel à l'argile toujours en rapport avec l'eau, avant de clôturer par une mise en commun des créations individuelles. Sur un plateau, chacun choisit l'endroit qui lui semble le plus juste pour placer sa création au regard des autres.

Quid devant une personne qui ne peut plus comprendre du tout ?

Comment prendre une décision juste ?

Nous sommes devant une obligation de moyen et non de résultat.

Quelques grands principes en la matière :

Vieillir c'est ralentir avant de perdre.

Il est très mauvais de dire : Cette personne ne peut pas décider donc je décide pour elle.

L'autonomie n'est pas absolue : on a toujours besoin des autres.

A plusieurs, nous sommes plus intelligents d'où l'importance des réflexions et décisions collégiales :

La décision la moins injuste est à la croisée des regards.

Conclusion :

Faire société : l'espèce humaine fait société quand elle protège les plus vulnérables.

Marie-Paz Obispo, Art-thérapeute



Il était une fois...

Une très jolie rivière qui coulait
D'une façon douce, très souple et belle.

J'aime bien cette rivière
Parce qu'elle me rappelle des souvenirs inoubliables.

Je suis la petite goutte qui se promène dans la rivière,
Elle me rappelle les jours heureux.

J'aime l'odeur de l'eau qui court dans le cours d'eau.

J'aime voir les poissons dans le torrent,
J'aime aller à la pêche dans les torrents.

J'aime entendre la rivière et ses petites vagues,
On voit le fond de la rivière fraîche.
Je suis tout seul et je m'assois sur le bord.

J'aime promener ma chienne Riplé le long de l'Yonne,
Voir les bateaux et les poissons.

J'aime la mer quand elle est calme,
Quand lentement elle libère le sable
Pour se rapprocher de l'horizon.



Thérèse, Madeleine, Edith, Christian, Andréa,
Antonio, Jean-Paul, Jean-Louis, Marie-Thérèse, Marie.

Atelier art-thérapie 4 juillet 2023
Argile - Eau

Séjour Vacances départemental



LE SÉJOUR VACANCES 2023 ET DE BONS MOMENTS PARTAGÉS !

Le Séjour Vacances d'octobre 2023 organisé par l'Association France Alzheimer 89 a permis aux aidés et aux aidants de profiter de quelques jours de détente à la Ferme de Jully située dans un bel environnement près de Ravières dans l'Yonne.



Ce séjour était encadré et animé par des bénévoles formés, attentifs et bienveillants mettant leur expérience au service des familles pour que ces quelques jours de repos soient de vrais moments de détente et de partage au moment des repas et autour d'activités variées dans une ambiance conviviale et chaleureuse. Chaque matin avait lieu la séance de gymnastique douce avec un grand nombre de participants suivie, au choix de chacun, d'une promenade autour du village, de jeux extérieurs ou de travaux manuels. Les après-midi ont été réservées à la visite d'un vignoble et de son musée, à un jeu de loto très joyeux avec la distribution de lots, à la danse pour tous animée par deux chanteurs de talent, à la fabrication de crêpes pour le goûter, à un atelier créatif pour la préparation de la soirée festive ayant pour thème « les clowns ».



L'objectif de ces séjours vacances est de rompre avec le quotidien parfois difficile et d'apporter du bien-être et une meilleure compréhension de la maladie, de redonner au malade confiance et estime de soi et de permettre aux aidants de disposer de temps libre, de retrouver une tranquillité d'esprit, de rencontrer d'autres familles et de créer des liens qui peuvent perdurer au-delà du séjour. C'est aussi une occasion privilégiée pour la personne malade et l'aidant de partager des activités et de passer de bons moments ensemble dans la bonne humeur.



Marie Fontanier



Journée Mondiale France Alzheimer

La journée mondiale est fixée chaque année le 21 septembre.
Le thème proposé par l'Union Nationale France Alzheimer était : le Sport.

Nous avons eu des temps forts sur tout le département.



A AVALLON

Le 28 septembre, nous avons organisé la Journée Mondiale Alzheimer avec les familles à l'Espace Victor Hugo d'Avallon. Nous avons débuté par un peu d'activités physiques avec Jeannine, bénévole de l'association, nous avons continué en chanson avec Marie-Annick et nous avons terminé par un goûter. Nous avons été accompagnés par les jeunes de la Maison Familiale Rurale (MFR) de Toucy que nous remercions vivement de leur implication pendant ce temps fort, ils nous ont bien aidés et impulsés de la joie.

A MONÉTEAU

Le samedi 23 septembre, nous organisons à la Grande Salle, la Journée Mondiale Alzheimer où étaient réunis les personnes malades et leurs proches aidants.

Nous avons 2 ateliers : de l'activité sportive adaptée avec Yohann C, Enseignant Activités Physiques Adaptées et Jeannine, bénévole de l'association, et une découverte de la pratique de golf assurée par Jean-Luc Cécile, Vice Président de l'association qui maîtrise parfaitement cette discipline.

Nous a rejoint l'équipe DESPE'RAID composée de 3 personnes : Chloé, Julia et Lydie. Inscrites au Raid Amazones 2024 : raid multisport 100% féminin itinérant dans le monde où il y a les épreuves sportives le matin, les après-midis étant dédiés à la découverte du pays où se déroulera les épreuves. L'équipe reverse le surplus du sponsoring à notre association.

Madame Arminda Guiblain, Maire de Monéteau et quelques élus nous ont rejoints pour nous montrer leur soutien.

Nous avons terminé cet après-midi avec un pot de l'amitié.



A SENS

Le 21 septembre à Sens, à la Résidence Saint Jean, l'animatrice du Centre hospitalier avec les bénévoles de l'association ont organisé la Journée Mondiale comme suit :

Accueil et réponses aux questions diverses, jeux autour d'entraînements adaptés pour les Jeux Olympiques 2024. En fin de journée, une conférence sur le thème : « La perte de repères chez l'Etre Aimé » animée par le Docteur Mougé, Médecin coordinateur d'EHPAD, Madame Rego, Neuropsychologue et Madame Lorrot-Bloquant, Responsable du service social.

Cette journée a permis de répondre aux questions et de participer à un moment de convivialité que tous ont apprécié : familles, personnels et professionnels.

A TONNERRE

Un après-midi où des activités adaptées ont été proposées par Jeannine, bénévole de l'association suivi d'un temps musical par Fabio, Chanteur de rue avec son orgue de barbarie : ce qui a réjoui le public qui pouvait chanter et danser.

Un goûter a clôturé cette rencontre sous le signe de la joie et du partage. Une trentaine de personnes étaient présentes à la salle Michel Pin du Centre Hospitalier de Tonnerre.



Les temps forts des quatre premiers mois de 2024



- 1^{er} mars 2024 à l'EHPAD de Lavau : Conférence de Colette Roumanoff

Colette Roumanoff a trouvé son épanouissement professionnel dans le théâtre et l'écriture. Mais, en 2006, son existence est bouleversée lorsque son mari, Daniel, chef d'entreprise et écrivain, est diagnostiqué Alzheimer. Elle l'accompagnera pendant dix ans.

Selon elle, on ne doit jamais parler de maladie d'Alzheimer mais de "confusionnisme", puisque ce dont souffre le malade c'est de confusions dans la gestion des informations qu'il reçoit.

Ses grands messages à l'adresse de l'aidant sont les suivants :

- trouver des astuces pour s'adapter à la personne malade, être toujours de bonne humeur, toujours complimenter la personne malade, ne jamais lui faire de reproches, et vivre toujours au présent en évitant les comparaisons avec le passé (comparaison égal poison).

- 21 mars 2024 : Journée Bénévole à Sens

Grâce à la bonne organisation des bénévoles de l'Antenne de Sens, nous nous sommes retrouvés, en cette matinée du 21 mars, dans les confortables locaux de Domytis à Sens. C'est ainsi qu'une douzaine de participants (bénévoles et conjoints) ont réfléchi ensemble, en présence de Valéry Lechenet, psychologue, sur les joies et les difficultés du bénévolat à France Alzheimer Yonne.

Ont été évoqués les thèmes suivants : la bonne proximité avec la personne malade, l'importance de se rapprocher des Centres Hospitaliers et des Ehpad pour étoffer la fréquentation de nos actions à destination du grand public, l'importance de pratiquer une bonne communication attractive notamment dans notre recherche de nouveaux bénévoles.

L'après-midi, après un excellent repas pris sur place, il y eut visite, à Villiers-Louis, d'une exploitation apicole détenant huit cents ruches et vendant de l'excellent miel avec produits dérivés.

- 4 avril 2024 : Assemblée Générale Ordinaire à Migennes

Cette année, nous avons souhaité vivre notre Assemblée Générale Ordinaire à l'Hôtel Terminus de Migennes, situé à proximité de la gare, pour faciliter l'accès à nos bénévoles, qui ne conduisent pas d'automobile, de venir par le train.

Une trentaine de personnes étaient présentes et, après une animation très participative de l'AGO, dix-neuf personnes sont restées, sur place, pour partager un très bon repas permettant à chacune et chacun de mieux se connaître.

- 23 avril 2024 – Conseil d'Administration de France Alzheimer 89

Dans la suite logique de l'Assemblée générale Ordinaire du 4 avril 2024, le conseil d'Administration de FA 89 s'est réuni et a élu un nouveau Bureau comme suit :

- Jean-Luc Cécile : Président
- Gérard Clémencelle : Vice-Président
- Anne-Marie Roffi et Didier Avrillon : Trésorière et Trésorier Adjoint
- Vanessa Babouram : Secrétaire
- Jeannine Ingrain et Philippe Wattecamps : membres.

Félicitations aux heureux élus !

Devenir Bénévoles de France Alzheimer 89

France Alzheimer 89 fonctionne essentiellement sur l'action des bénévoles qui participent à l'une ou l'autre des missions de l'association en fonction de leur choix et de l'importance de leur engagement. L'association a besoin de bénévoles sans lesquels elle ne pourrait fonctionner.

Quelles sont les missions des bénévoles ?

- Accompagnement des familles
- Organisation administrative
- Participation aux différentes commissions
- Engagement dans les manifestations ponctuelles

Cette variété de missions implique des niveaux d'engagement différents. Elle prend en compte la diversité des **motivations**, des **compétences** et des **souhaits** des bénévoles et peut permettre à chacun de participer et de s'engager selon sa disponibilité.

Les missions du bénévole sont déterminées d'un commun accord entre le représentant de l'Association et le futur bénévole.

Devenir Bénévole de France Alzheimer 89 ?
POURQUOI PAS VOUS ?
Venez nous rejoindre
03 86 48 12 51



Agenda



Siège social

France Alzheimer 89
38 rue des Mésanges
89470 Monéteau

Accueil et secrétariat

Les lundi, mardi, jeudi
de 8h00 à 12h30 et de
13h30 à 17h00
Le vendredi de 8h00 à
12h30
Tél. 03 86 48 12 51

Ecoute téléphonique

Tél. 03 86 48 27 69

Nouvelle adresse mail

contact89@francealzheimer.org

Antenne d'Avallon

A la demande, des ren-
dez-vous sont possibles
EPHAD Les Genêts
Rue du Dr Schweitzer
89200 Avallon

Antenne de Sens

A la demande, des ren-
dez-vous sont possibles

Antenne de Tonnerre

A la demande, des ren-
dez-vous sont possibles
EPHAD du Centre Hospita-
lier du Tonnerrois
Chemin des Jumériaux
89700 Tonnerre

Site internet

www.francealzheimer.org/yonne/

Animations et rendez-vous

Nos activités :

Groupes de parole :

Avallon : le 1^{er} vendredi du mois, de
17h30 à 19h00.

Monéteau : 1 fois par mois, de 17h30 à
19h00.

Sens : 2 fois par mois

Nous contacter pour vous inscrire.

Café musical : Monéteau, les mercredis
après-midi, semaines paires.

Halte-Relais : Monéteau, les mercredis,
semaines impaires, de 14h30 à 16h45.

Ateliers « Bien-Etre » : se déroulent,
dans 9 villes :



Auxerre, Avallon, Joigny, Moné-
teau, St Sauveur en Puisaye,
Sens, Tonnerre, Toucy et Val de
Mercy.

Rendez-vous s'adressant aux personnes
malades et à leurs proches aidants,
avec séance de sophrologie, art-
thérapie, médiation animale (le finance-
ment de ces rendez-vous est assuré
dans le cadre de la Conférence des
Financeurs du Département de l'Yonne).

Après-midi détente : Sens, les 2^{ème} et
4^{ème} samedis du mois, de 14h30 à
17h00.

Recherche de bénévoles pour
notamment : présence aux réunions,
réalisation de compte-rendus, mise à
jour du site internet FA89. Formation
assurée.



*Un malade, c'est toute une
famille qui a besoin d'aide*

Ecoute : la permanence téléphonique
est assurée :

- pour l'ensemble du département
au **03 86 48 27 69**

Vous pouvez exposer votre situation et
bénéficier d'informations, de conseils et
être orientés vers les aides les plus
adaptées.

2024, DATES A RETENIR :

Causerie à Châtel Censoir

11 et 25 juin de 14h00 à 17h00 à la
Bibliothèque/Médiathèque

Projection du film « La Mémoire éternelle »

Le 20 juin 19h00 au CGR à Auxerre

Forum des Associations

Le 6 septembre à Monéteau

Festi Santé

Le 21 septembre à Avallon

Journée Mondiale 2024

En septembre, sur différents lieux

Séjour Vacances à Jully

Du 23 au 26 septembre, sur inscription

Ciné-débat Pays Avallonnais

Le 21 juin à Saint Père

Le 27 septembre à Avallon

Le 22 novembre à L'Isle Sur Serin

Ciné-débat Nord de l'Yonne

Le 24 octobre à Sens

**Retrouver toutes nos Actualités et les
dates des Formations des Aidants sur
notre site internet**

**Nous avons des rencontres
et des activités dans tout le
département de l'Yonne**



Ce numéro a été réalisé grâce aux contributions de Vanessa Babouram, Jean-Luc Cécile, Gérard Clémencelle, Marie Fontanier, Sylvie Fougère, Jeannine Ingrain, Marie-Paz Obispo, Dominique Olivry, Annie Royer et Louise Vilaine.