

A L'AUBE DE NOS IDEEES



Association loi 1901 – Siège social : 37 rue de la Halle, 10400 NOGENT-SUR-SEINE – Tél : 03.25.21.89.16. – Email : France-alzheimer-aube@orange.fr

Bulletin interne de liaison et d'information – n°9–mai 2019

EDITO

Chers lecteurs et lectrices,

A travers ces quelques pages, nous souhaitons vous montrer les activités de l'association, à destination des adhérents, des malades et de leurs aidants.

Cette année, nous avons la chance de pouvoir renouveler les visites thématiques au musée Camille Claudel.

Nous allons également reconduire le séjour vacances, qui est toujours très apprécié, et nous vous laissons découvrir, ou plutôt trouver, le lieu choisi et certaines des visites du programme élaboré par Myriam Heinrich, notre psychologue.

De plus, trois nouvelles actions sont mises en place avec le soutien de l'Union France Alzheimer : la marche nordique avec l'association RS10 de Romilly Sur Seine, les ateliers de mobilisation cognitive ainsi que des ateliers de médiation artistique, animés par Natacha Roche, sculptrice professionnelle.

Enfin, nous évoquerons le concert Music 'O Seniors, qui encore une fois, a fait l'unanimité cette année.

Nous vous souhaitons une agréable lecture !

Rachida El Boussaidi, secrétaire coordinatrice

SOMMAIRE

Nos actions.....2

- Visites au musée Camille Claudel
- Séjour Vacances
- L'épicerie Solidaire

Dossier.....6-8

- Les Bienfaits de l'activité physique
- Importance de la mobilisation Cognitive
- S'exprimer au travers de la médiation artistique

Evènement.....9

- Concert Music 'O Seniors

Informations supplémentaires.....10

Visites au musée Camille Claudel

Cette année encore, nous avons pu reconduire le partenariat que nous avons avec le musée Camille Claudel de Nogent Sur Seine. En effet, grâce au soutien de France Alzheimer et de la ville de Nogent Sur Seine, une convention de partenariat a été mise en place afin de proposer une offre culturelle adaptée aux personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer ou maladies apparentées, ainsi qu'aux aidants familiaux.

Les objectifs sont multiples :

- faire découvrir le musée Camille Claudel aux bénéficiaires de l'association ainsi qu'aux personnes fréquentant les accueils de jour de Nogent Sur Seine (GHAM) et de la résidence Louis Pasteur de Romilly sur Seine.
- créer des moments d'échanges, de convivialité à travers les séances de médiation culturelle
- susciter des émotions et encourager l'expression orale des personnes malades
- stimuler leurs capacités sensorielles et créatives.

Le musée Camille Claudel, enrichi par des œuvres de grands musées nationaux, permet de mettre en avant le parcours de Camille Claudel et des grands sculpteurs de son époque. Ainsi, il présente 200 sculptures, dont 45 de Camille Claudel, illustrant une des périodes la plus riche de la sculpture française.

Cette année, six visites thématiques sont prévues ainsi que deux ateliers de pratique artistique (sculpture..). Ces visites s'articuleront autour de thèmes différents tels que : les femmes, la mythologie, les émotions, l'enfance et le jeu, la nature, la romance entre Camille Claudel et Auguste Rodin ainsi que les souvenirs.

Elles nous seront proposées par Coralie Mouton, médiatrice culturelle chargée d'accessibilité et Noémie Pinguet Texeira, chargée de développement des publics et du mécénat.



Séjour Vacances

Youpi, c'est les vacances ! La destination est trouvée. Pour notre séjour nous allons vous embarquer à bord de notre véhicule et vous emmener pas très loin d'ici.

Le plus important c'est que l'annonce soit un moment de joie et donne le ton pour cette nouvelle aventure ensemble.

Etre en vacances, c'est profiter d'une parenthèse durant laquelle il est enfin possible de se reposer, se ressourcer, voyager, prendre du temps pour soi.

Nous serons 16 personnes (aidés, aidants, professionnels et bénévoles de l'association) qui organiseront et animeront le séjour et s'assureront du confort quotidien des participants.

Diverses activités vous seront proposées, balade en forêt, visite d'un château, visite de musées (celui du sucre d'orge et des peintres), pique-nique, restaurants,.....nous n'allons pas tout vous dévoiler non plus !!!

Nous partirons le mardi 11 juin 2019 au matin pour revenir le samedi 15 juin 2019 : une escapade de 5 jours et 4 nuits.

Nous avons choisi un gîte : le « HEARTWOOD » qui veut dire en français si nous le traduisons « *BOIS DE CHAUFFAGE* »



Pour mettre un peu de piment et de suspense, nous allons découvrir ensemble ce parcours en un jeu de piste.

Etes-vous prêt à mener l'enquête et à endosser le manteau et la pipe de Sherlock Holmes ?

ALLEZ C'EST PARTI !!!!!!!!!!!!!

A. Pour la première étape, le logis : Petite devinette et image

1. Il peut être classique, contemporain ou moderne,
2. C'est le contraire de mauvaise,
3. Une note de musique mais aussi un article,
4. C'est un lieu rempli d'arbres,

Qu'elle est le nom de cette ville ou nous allons séjourner dans ce gîte.



B. Une des sorties prévu pour ce séjour :

Nous allons faire une ballade dans une forêt bien connue et située aux portes de la capitale, à 60 km au sud de Paris, entre Brie et Gâtinais, l'antique forêt de Bière est connue depuis le 17ème siècle sous le nom de Forêt de ????

Petit indice :



B L'



C. Autre sortie dans ce programme diversifié : La visite d'un château :

C'est un château royal de styles principalement renaissance et classique, près du centre-ville. Les premières traces d'un château qui remonte au 12ème siècle.

Le château peut se glorifier d'avoir connu huit siècles de présence souveraine continue. Capétiens, Valois, Bourbons, Bonaparte ou Orléans, chacun des membres des dynasties ayant régné sur la France se sont succédé dans ses murs. Rois et reines, empereurs et impératrices se sont attachés à embellir le château construit autour du donjon originel. L'ensemble constitue rapidement un vaste palais dans lequel se déroulent nombre d'événements historiques déterminants.

Avec plus de 1500 pièces déployées au cœur de 130 hectares de parc et jardins, c'est le seul château royal et impérial à avoir été habité continuellement pendant sept siècles.

Petit indice :

Mon premier est un félin domestiqué,
Mon deuxième est le contraire de tard,
Mon troisième est le verbe faire au présent de la 3ème personne du pluriel,
Mon quatrième est un sentiment de violence envers quelqu'un,
Mon cinquième est la 2ème lettre de l'alphabet,
Mon sixième est un liquide et se boit,
Mon tout est l'endroit où séjournait la royauté.



D. Pour une prochaine étape nous allons nous diriger dans une autre ville, afin de visiter le musée du sucre d'orge :

Venez, vous perdre dans le dédale des rues étroites de cette place fortifiée en bord de Loing, unique en Ile de France, jadis frontière entre le royaume de France et du duché de Bourgogne. Découvrez, dans l'enceinte des remparts, entre les portes de Bourgogne et de Samois, le donjon, l'église Notre-Dame considérée comme édifice gothique majeur du nord de la Loire et de nombreux édifices néo gothiques remarquables et insolites comme la maison Raccollet ou l'Hôtel de Ville.

Le sucre d'orge, crée en 1638, sous Louis XIV, par des Sœurs bénédictines, est resté le même aujourd'hui, avec une recette encore secrète. Toujours fabriqué selon la méthode du 17ème siècle, aucun rajout, sans colorant et sans agent de saveur.



Un rébus pour trouver cette ville :

MO



SUR

Contraire de 'près'

Autre étape de ce séjour visiter la ville et le musée des peintres :

Barbizon est un tout petit village qui se situe à l'entrée de la forêt de Fontainebleau. Dans les années 1830, il est devenu très à la mode d'aller peindre dans la forêt, en plein air, on y voit aujourd'hui les prémises de l'impressionnisme et du renouveau de la peinture de paysages.

De très nombreux peintres de paysage s'arrêtaient dans le village entre deux sessions de peinture dans la forêt de Fontainebleau. Toujours est-il que **Barbizon** est donc devenu de 1830 à 1870 une destination très prisée des jeunes artistes.

Un musée leur rend hommage à travers un parcours vivant : le musée des peintres.



Le musée des peintres de Barbizon est installé dans deux lieux historiques : l'auberge Ganne, où ont séjourné entre les années 1820 et les années 1860 de nombreux artistes venus trouver leur inspiration dans la nature environnante et la maison-atelier de Théodore Rousseau, où ce grand artiste a vécu les vingt dernières années de sa vie.



Aujourd'hui la maison d'atelier de Théodore Rousseau fait partie de l'annexe du musée départemental, cette petite maison rend hommage à son ancien propriétaire. Elle présente également des œuvres de Rosa Bonheur, peintre animalier ayant vécu dans la région. La grange, qui lui servit d'atelier pour travailler et recevoir ses amis le week-end, est depuis la fin du siècle dernier la chapelle de Barbizon.





Je vous ouvre les portes des réponses :

Votre enquête vous a amené dans ces lieux magnifiques, je ne vous laisse plus dans le doute :

A : Art - bonne - la - forêt : notre gîte se trouve à Arbonne-la-forêt

B : Fontaine - B - L' - eau : balade dans forêt de Fontainebleau

C : Chat - tôt - font - haine - b - l'eau : Château de Fontainebleau

D : Mo - raie - sur - loin : Morêt-Sur-Loing

J'espère que vous vous êtes bien amusés dans ce personnage de Sherlock Holmes et que vous avez pris goût et savouré ce parcours que nous allons faire une fois de plus cette année.

Nous espérons que ces moments de bien être permettront aux aidés et aidants de s'évader, d'oublier leurs maux et de profiter.

Chantal Rodrigue, AMP

L'épicerie solidaire

Bien plus que des produits à prix réduits !

Derrière l'apparente image de produits généraux à petits prix, une véritable ambition humaniste est présente.

Pour beaucoup d'entre nous « faire les courses » est souvent une corvée, un temps obligatoire où nous devons aller arpenter des rayonnages de supermarchés bondés les jours d'affluence.

Souvent ne nous surprenons-nous pas à « pester » contre les personnes âgées qui font leurs courses « aux heures de pointe »...

Ces présences parfois gênantes, ne sont-elles

pas en fait le marqueur de l'envie de rester connecter avec la société pour nos aînés ?

Ces présences ne sont-elles pas un des derniers temps dans la vie où l'on croise l'autre ?

Ces présences ne sont-elles pas l'un des derniers signes de l'autonomie ?

...

Les épicerie que nous proposons aux bénéficiaires de notre association participent, à leur mesure, à retrouver un peu de cela.

Avec le soutien essentiel des directeurs (trices) des EHPAD et de leurs personnels, nous souhaitons contribuer par le déploiement des épicerie, en milieu médico-social, à renouer périodiquement avec ce plaisir de faire « le marché ».

Au-delà de tarifs adaptés et bien en deçà de ceux pratiqués dans la distribution en magasin, c'est un événement qui est ainsi proposé. Tel un étal de marché, les bénéficiaires se voient proposer des produits d'hygiène, des produits d'entretien, des produits alimentaires, des vêtements...

Ce temps est aussi l'occasion d'échanges avec le personnel et les familles des résidents.

Nos épicerie sont proposées sur l'ensemble du département et sur demande dans les zones limitrophes.

A raison de deux par semaine, cela contribue donc, autant à financer nos actions, qu'à redonner aux bénéficiaires, pendant quelques minutes, l'impression que leur vie reprend « une part de comme avant »

Emilie Dheurle, chargée de mission



Les bienfaits de l'activité physique

Ce mercredi 20 mars, lors de notre café-mémoire, le président d'RS10, monsieur Paloulack et le directeur technique, monsieur Chamali sont intervenus afin d'évoquer l'importance de l'activité physique quel que soit l'âge.

Aujourd'hui, nous prenons de plus en plus en considération les multiples bienfaits sur la santé de la pratique sportive : meilleur moral, diminution des troubles du sommeil, diminution de la douleur et de la prise de médicaments, préservation de l'autonomie, favorisation du lien social...

Ainsi, l'activité physique peut être considérée comme faisant pleinement partie d'une prescription médicale dans le cadre de certaines pathologies.

L'association RS10 est labellisée « Prescri'mouv », ce dispositif spécifique du territoire Grand Est, permet d'améliorer la santé et la condition physique des patients adultes, atteints de maladies chroniques. Les encadrants sont des professionnels qualifiés à ce type de prise en charge.

Une des activités proposées par l'association est la marche nordique. Il s'agit d'une marche rythmée, nécessitant l'usage de bâtons qui permettent le maintien d'une posture droite et équilibrée. Cette activité est à la fois douce et stimulante. Elle permet, même pour les personnes peu sportives, d'avoir une marge de progression.

Une des personnes présentes à ce café-mémoire ayant commencé cette activité depuis peu, explique avec fierté qu'au fur et à mesure des séances, elle parcourt de plus en plus longue distance. Elle avait

des difficultés de mobilité au départ et aujourd'hui, elle est capable de parcourir au moins 2.5 km.

Finalement, les deux représentants de RS10, présents ce jour-là, concluent en disant que, sans être touché par une pathologie particulière, avec l'âge, nous avons tendance à perdre de la masse musculaire (dès 40 ans). C'est la raison pour laquelle, chacun devrait pratiquer quotidiennement une activité physique, sans pour autant qu'il s'agisse obligatoirement d'une séance de sport, cela peut être d'aller faire les courses à pied plutôt que de prendre la voiture, ou encore faire du jardinage... L'objectif étant d'entretenir sa masse musculaire et ainsi diminuer les problèmes articulaires, osseux, rhumatismaux liés à l'âge, et par conséquent, préserver son autonomie, le plus longtemps possible.

A chacun donc de rechercher l'activité physique la plus adaptée à sa situation, mais aussi à ses envies.



Myriam Heinrich, psychologue

Importance de la mobilisation cognitive

La stimulation cognitive fait partie des techniques de prise en charge non médicamenteuses de la maladie d'Alzheimer ou maladies apparentées.

Mais en réalité, elle concerne toute personne ayant pour but de préserver ses capacités cognitives.

Avec le vieillissement, nos activités se font plus rares, les personnes sont en retraite, ne vont pas forcément dans des associations, des clubs, ont donc moins de loisirs, et une diminution de lien social.

De ce fait, la mémoire et les fonctions cognitives sont moins sollicitées, ce qui amène à une diminution des capacités intellectuelles.

Pour une personne ayant une pathologie, cette mobilisation cognitive va limiter la progression de la maladie d'Alzheimer et/ou maladies apparentées, spécifiquement dans les premières phases de la maladie, ainsi que de retarder l'apparition de certains troubles.

Cela va permettre à la personne de se sentir capable, utile, de s'apercevoir qu'elle a des capacités, de pouvoir préserver son autonomie afin de continuer les actes de la vie quotidienne.



Les objectifs de la mobilisation cognitive sont multiples : maintenir le lien social, l'expression verbale, la communication, l'estime de soi, la confiance en soi, procurer du plaisir, du bien-être, de la détente, de la convivialité, des rencontres et amener à un épanouissement personnel. Pour cela, nous allons travailler sur :

- Coordination
- Sollicitation de l'imagerie
- Ecriture
- Activation des connaissances
- Improvisation
- Mémoire



- Orientation spatio-temporelle
- Rapidité
- Logique/raisonnement
- Perception
- Attention/concentration

Il est important de préserver ses capacités cognitives pour éviter un déclin plus rapide lié à l'âge, connaître des difficultés dans son autonomie, dans les actes de la vie au quotidien. Une lenteur ressentie dans nos actions ou pensées, une diminution dans l'attention et la concentration, une baisse de rapidité de réflexion, une perte de mémoire et moins de réactivité, tous ces détails nous amènent à réfléchir sur le comment faire pour éviter cette baisse. Il est souhaitable au quotidien d'avoir une bonne hygiène de vie, de pouvoir diversifier ses activités afin de mobiliser le cerveau, avec des exercices variés, par exemple : jeux de société, lecture, écriture, calcul, les loisirs comme le cinéma, un concert, du lien social en faisant parti d'un club, d'une association ou de continuer à voir des amis mais également garder une activité physique.

Les psychologues et professionnels de santé qui animent les séances en petit groupe sollicitent, par des exercices cognitifs, la communication. Différents supports sont utilisés par les intervenants, supports qui sollicitent la mémoire visuelle, les connaissances culturelles, la reconnaissance d'objets, la mémoire immédiate, les capacités de raisonnement et qui sont adaptés en fonction des compétences de chaque participant. Les exercices sont toujours réalisés sur un mode ludique et collaboratif afin d'éviter toute situation d'échec.



Le processus de vieillissement fait partie de la vie et il agit inexorablement sur notre corps, y compris notre cerveau. Cependant bien que certaines fonctions diminuent avec l'âge, d'autres demeurent intactes et peuvent même profiter du cumul des expériences. Si l'on ne peut totalement empêcher la survenue d'une maladie, nous avons tout de même des outils à portée de main afin d'aider notre cerveau à bien vieillir. Si, vieillir implique des changements, on peut ajouter que bien vieillir, c'est de s'adapter à ces changements et développer des nouvelles façons de faire.

Chantal Rodrigue, AMP

S'exprimer à travers la médiation artistique

L'art, sous toutes ses formes, permet l'expression de soi. En effet, la personne qui crée, va faire part de ses émotions, de ses souvenirs, de ce qui a du sens pour elle, de sa façon de voir le monde,...

L'expression artistique ne doit pas être réservée aux artistes expertes de telle ou telle technique. Bien au contraire, chacun doit pouvoir s'épanouir à travers la pratique artistique de son choix.

Tout au long de la vie, de la petite enfance à la vieillesse, en passant par l'adolescence et l'âge adulte, l'expression artistique est un moyen de s'apaiser, de s'affirmer, de se soigner, d'évacuer les tensions. Ce mode d'expression est parfois plus accessible que le langage verbal. Par exemple, les couleurs choisies, les spécificités du « coup de pinceau », le positionnement et la taille des éléments d'une peinture, sont très révélateur de l'état d'esprit de son concepteur. Il s'agit principalement d'une démarche volontaire, puisque la personne qui crée choisit d'exposer une part d'elle, laissant malgré tout une place à l'inconscient. Il est donc important que chacun puisse laisser parler sa créativité, en faisant appel à son imagination, plus ou moins enfouie.

Cela est d'autant plus vrai pour les personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer, ou troubles apparentés. Effectivement, nous savons que ces pathologies peuvent entraîner, au cours de leur évolution des troubles du langage, ainsi proposer des ateliers de médiation artistique aux personnes touchées par ces maladies prend tout son sens. Mais quelle médiation artistique choisir ?

Depuis plus de deux ans, France Alzheimer Aube bénéficie de visites thématiques au sein de la collection très riche du musée Camille Claudel à Nogent-sur-Seine. Ces rencontres culturelles, nous ont permis de constater l'enthousiasme et l'émerveillement de nos bénéficiaires face aux sculptures présentées.



Nous avons donc décidé de proposer 5 ateliers de sculpture, animés par une artiste sculpteur professionnelle, Natacha Roche. A travers ces ateliers, les participants seront invités à modeler chacun une maison et son jardin. Pour cela, ils pourront faire appel à leurs souvenirs, par exemple en sculptant une maison, qui les a marqués au cours de leur vie, cela peut être la maison de leur enfance, leur première propriété, leur maison actuelle... Les participants auront aussi le choix de représenter simplement leur maison idéale, telle qu'ils se la représentent dans leur imagination. Plusieurs étapes seront nécessaires, de la conceptualisation à la réalisation, puis au bilan de ces séances. Bien entendu, les participants seront accompagnés de bénévoles, mais resteront libres dans leur expression et leur choix de création.



Pour conclure, ce que nous recherchons à travers cette nouvelle action, n'est pas tant d'apprendre aux participants les techniques de modelage, mais vraiment leur permettre de façonner une sculpture contenant des éléments significatifs pour eux, et laisser, d'une certaine façon, leur empreinte.

Myriam Heinrich, psychologue

Concert Music'O Seniors

Comme chaque année, grâce au soutien de Swiss Life et de l'Union France Alzheimer, et en partenariat avec l'association Music'O Seniors, nous proposons à nos adhérents (particuliers et établissements) un concert de chants lyriques.

Music'O Seniors ??

C'est une association Loi 1901, créée en 2008 à l'initiative de Roselyne Bachelot et du baryton français Jean Philippe Lafont.

Elle a une double vocation:

- Sélectionner et soutenir de jeunes musiciens en leur permettant d'exprimer leur talent au cours de concerts auprès de personnes âgées dépendantes et de personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer.
- Rompre l'isolement des personnes âgées, leur apporter plus de sérénité et de joie et contribuer à changer le regard porté sur la dépendance.

Le concert a eu lieu le *jeudi 28 mars 2019* au théâtre de Nogent Sur Seine.

Au total, 93 personnes étaient présentes. Sept structures différentes s'étaient déplacées avec leurs résidents (EHPAD, ESA), en plus des bénéficiaires et/ou adhérents de France Alzheimer Aube. La plupart des structures présentes étaient déjà venues au concert Music'O Seniors les années passées (Résidence Louis Pasteur, Résidence de Bois Lancy, Résidence de Villenauxe, Résidence de Trainel, Résidence de Creney), mais il y a eu également la présence de nouvelles structures (ESA Donnemarie-Dontilly, Résidence Les Jardins de Romilly). Lors du concert nous avons pu remarquer à la fois l'écoute attentive des spectateurs, ponctués par une participation active lors de certains morceaux. Les spectateurs ont apprécié et ont répondu aux sollicitations des musiciens.

A la fin du concert, un goûter a été partagé avec les artistes afin d'échanger avec eux. Cette expérience partagée est toujours très appréciée par les personnes présentes.

Nous espérons pouvoir renouveler encore ces concerts dans les années à venir !



Rachida El Boussaidi, secrétaire coordinatrice

BULLETIN D'ADHÉSION ANNÉE 2019 Particuliers

A retourner à : FRANCE ALZHEIMER AUBE, 37, rue de la Halle 10400 - NOGENT-SUR-SEINE

Numéro d'adhérent :

Nom, Prénom :

Adresse : Code Postal : Ville :

☎ : @ :



Adhésion 36 €



Don

Règlement :

Par chèque à l'ordre de France
Alzheimer Aube

En espèces



En application de la loi du 06 janvier 1978, vous disposez d'un droit d'accès, de rectification et de suppression des informations vous concernant, en vous adressant à notre Association. Les noms, prénoms et adresses de nos donateurs sont communiqués à nos services et aux organismes liés contractuellement avec France Alzheimer. Si vous ne souhaitez pas que vos coordonnées soient transmises, merci de cocher cette case ☐

Les cotisations sont déductibles des impôts sur le revenu à hauteur de 66 %. Un reçu fiscal vous sera adressé.

BULLETIN D'ADHÉSION ANNÉE 2019 Professionnels

A retourner à : FRANCE ALZHEIMER AUBE, 37, rue de la Halle 10400 - NOGENT-SUR-SEINE

Numéro d'adhérent :

Etablissement :

Adresse : Code Postal : Ville :

☎ : @ :



Adhésion 65 €



Don

Règlement :

Par chèque à l'ordre de France
Alzheimer Aube

En espèces



Mandat administratif



En application de la loi du 06 janvier 1978, vous disposez d'un droit d'accès, de rectification et de suppression des informations vous concernant, en vous adressant à notre Association. Les noms, prénoms et adresses de nos donateurs sont communiqués à nos services et aux organismes liés contractuellement avec France Alzheimer. Si vous ne souhaitez pas que vos coordonnées soient transmises, merci de cocher cette case ☐

Les cotisations sont déductibles des impôts sur le revenu à hauteur de 66 %. Un reçu fiscal vous sera adressé.

AGENDA

CAFE MEMOIRE

Mercredi 29 mai : Ateliers de mobilisation cognitive

GROUPE DE PAROLE ROMILLY

Jeudi 6 juin – 4 juillet – 5 septembre – 3 octobre
7 novembre – 5 décembre

GROUPE DE PAROLE TROYES

Lundi 13 mai – 17 juin – 15 juillet – 16 septembre
14 octobre – 18 novembre – 16 décembre

FORMATION AUX AIDANTS à Sainte Savine (ASIMAT La Grand Maison):

Mercredi 22 mai de 14h30 à 17h – Connaître la maladie d'Alzheimer
 Mercredi 19 juin de 14h30 à 17h – Accompagner au quotidien
 Mercredi 3 juillet de 14h30 à 17h – Communiquer et comprendre la personne
 Mercredi 17 juillet de 14h30 à 17h – être l'aidant familial
 Mercredi 31 juillet de 14h30 à 17h – Les aides possibles sur le département
 Mercredi 11 septembre de 14h30 à 17h – La vie en établissement

Site internet

www.francealzheimer.org/aube

Facebook

www.facebook.com/francealzheimeraub