



Journal France Alzheimer Bouches-du-Rhône



JOURNAL SEMESTRIEL N°3



Revue sport santé -
Journée mondiale 2023



Marie Manoukian (au centre), notre
généreuse artiste, aux côtés de sa fille
Brigitte Manoukian, Anne-Marie Catanzaro, et
les représentantes du club la belle époque
présidé par Martine Colomba (en vert).

Plus qu'une association... Une famille!

...Merci à l'artiste peintre **Marie MANOUKIAN**, elle n'oublie pas le soutien et l'écoute prodigués par France Alzheimer 13 lorsque aidante, elle « accompagnait » son mari ... des années plus tard, elle se souvient et nous offre une exposition vente de ses œuvres au profit de l'association.... le lien tissé avec les familles résiste au temps, en tout état de cause, à la hauteur de la souffrance provoquée par la maladie ...un bouleversement total, intime et sociétal dans l'histoire des couples et des familles...Notre association de familles, dont les bénévoles sont des anciens aidants, porte et vérifie au fil du temps la devise de notre journal « Plus qu'une association une famille »...

...Merci au service des **sports de la ville d'Aix en Provence** qui nous a accompagnés pour la journée Mondiale 2023 consacrée au sport adapté. Merci à **Antoine Crespi, directeur de la revue Sport Santé**.

En près de 40 années de plaidoyers de France Alzheimer, il semble que le tabou Alzheimer serait en train de s'estomper dans le grand public ; c'est le fruit de la mobilisation de multiples acteurs : ...Merci aux **artistes** au travers d'œuvres, ouvrages, parrainages ; aux institutions culturelles pour le développement de la **médiation artistique** ; aux **sportifs** pour l'organisation de compétition dédiées, et l'engagement dans le sport adapté ; merci à **la presse « LA PROVENCE »** pour sa manifestation grand public et son supplément santé dédié à la Maladie d'Alzheimer ; merci aux villes et communes pour les conventions de soutien à la présence de l'association sur leur territoire et surtout pour la signature de la **Charte Ville Aidante Alzheimer** ; merci au **Département des Bouches du Rhône** pour son soutien au financement de projets et la signature de la Charte Département Aidant Alzheimer....

***Dans ce numéro :
France Alzheimer 13 renforce sa
présence sur le département...***

**32, Avenue Sainte Victoire 13100 AIX-EN-
PROVENCE**

SIRET : 417 886 561 00022

Dépôt légal : N° Issn en cours

Directeur de la publication : AM CATANZARO

Conception : Baptiste COUTAS

Rédaction : France Alzheimer BDR

Photos : France Alzheimer BDR

Forte de la confiance de notre territoire départemental, France Alzheimer Bouches du Rhône continue **son engagement d'« aller vers »** les familles dans des communes et villes de plus en plus nombreuses pour y présenter toute son offre de service dont on retrouve l'aperçu dans les divers focus de ce numéro.

En effet, il reste aux familles encore des 'montagnes' à franchir : le déni retardant le diagnostic, l'absence d'un traitement médicamenteux malgré une première proposition en attente d'autorisation de mise sur le marché, le problème du transport pour accéder aux ateliers de stimulation cognitives et autres activités, le laisser à charge des familles en l'absence d'une Loi grand âge ou d'un plan financé, le maintien à domicile parfois trop envahissant pour que l'aidant puisse y préserver son propre espace, l'absence de Service de soins de suite post opératoire dédié aux patients Alzheimer afin d'éviter une régression lors de leur hospitalisation, l'hébergement en EHPAD et la question de la qualité de prise en charge des patients en milieu fermé, l'hébergement des malades jeunes à inventer, et l'inégalité des bassins de vie pour l'accès au relayage.

Sommaire

Page 3 : Nos antennes

Page 3 : Nous joindre

Page 4 : Nos activités

Page 5 : Nos actions

Page 6 : Focus : L'association se départementalise

Page 8 : Focus : Toujours + de sport

Page 10 : Focus : Médiation artistique

Page 11 : Focus : bien-être et plaisirs

Page 12 : Evènements au profits de l'association

Page 13 : Nos partenariats

Page 14 : Les dates à ne pas manquer

Page 15 : Jeux

Page 18 : Solutions



Nos antennes

Nos antennes territoriales jouent un rôle essentiel dans la promotion de nos activités au niveau local. Elles renforcent notre présence dans les différents bassins de vie des Bouches du Rhône et permettent une interaction plus étroite avec nos membres. "Aller vers" vise à contourner l'épreuve du transport.

Grâce à ces antennes, nous pouvons mieux répondre aux besoins spécifiques de chaque territoire et favoriser un impact positif à l'échelle locale.

Quel que soit votre lieu de résidence, vous pouvez nous retrouver sur rendez-vous :
à un seul numéro : 04 42 23 42 49



- à Marseille
- à Salon de Provence
- à Jouques
- à Venelles
- à Septèmes les Vallons
- aux Pennes Mirabeau
- à Meyrargues
- au Puy Sainte Réparate
- à Fuveau
- à Gréasques
- à Puyricard
- à Allauch

Et prochainement :

- à Arles
- à Saint-Remy Maillane, Cabannes...

Nous joindre

Association France Alzheimer Bouches du Rhône

VILLA RAMBOT, 32 Avenue Sainte Victoire 13100 AIX-EN-PROVENCE

Téléphone : 04 42 23 42 49

Mail: contact13@francealzheimer.org

<https://www.facebook.com/francealzheimerBdr>

Nos activités...

Elles visent à permettre aux familles de sortir de l'isolement et de retrouver un lien social en partageant de multiples activités de convivialité, d'échanges, de partage, de soutien entre « pairs » confrontés à la même expérience de la maladie. Elles font aussi redécouvrir le plaisir de partager avec son proche hors du huis clos du domicile. Les activités sont adaptées, encadrées et concourent au maintien des capacités.

• Chant

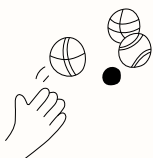


• Balade mensuelle

• Danse adaptée



• Pétanque



• Réfléxologie



• Scrabble



• Peinture



Balade à la chapelle
Sainte-Anne à Lambesc

• Sport adapté



• Tennis de table



• Visite de musée



• Atelier Cuisine



Visite de l'opéra de Marseille



Journée à
l'abbaye du
Thoronet

Nos actions...

ACCUEILLIR ECOUTER le rendez vous est pris à un seul numéro 04 42 23 42 49 et l'accueil se fera au plus près du lieu de résidence

Pour aidants :

- Entretien individuel avec un psychologue
- Groupe de parole
- Formation d'aidant 15h gratuitement
- Nouveau!** • Formation spécifique d'Aidants dont les patients sont en institution sur le site de chaque institutions
- Nouveau!** • Action spécifique « groupes sociaux psycho-éducatifs en prévention de l'épuisement pour aidants
- Formation spécifique d'Aidants qui accompagnent un proche atteint d'une maladie à corps de Lewy

Pour aidants/aidés :

- Café mémoire
- Halte relais

Les groupes psycho sociaux éducatifs GPSE : chaque groupe va repérer en situation les mécanismes de l'épuisement et acter un certain nombre d'axes de prévention... cet objectif nécessite plusieurs étapes en 7 ateliers de 2h espacés de 2 semaines animés par un ancien aidant et un psychologue formés au module par l'Union France Alzheimer. Sont abordés les thèmes de l'épuisement, la culpabilité, la prévention de sa santé, les changements à opérer pour continuer à accompagner son proche.

Pour aidés :

- Suivi malade jeune
- Atelier de type éducation thérapeutique VAMA (vivre avec la maladie d'Alzheimer)
- Groupe d'entraide
- Atelier mémoire
- Equithérapie



VAMA : séance QI-GONG



Atelier mémoire

Merci au café "la Belle Époque" de nous accueillir chaque mois pour le café mémoire



Nos actions...



Atelier peinture

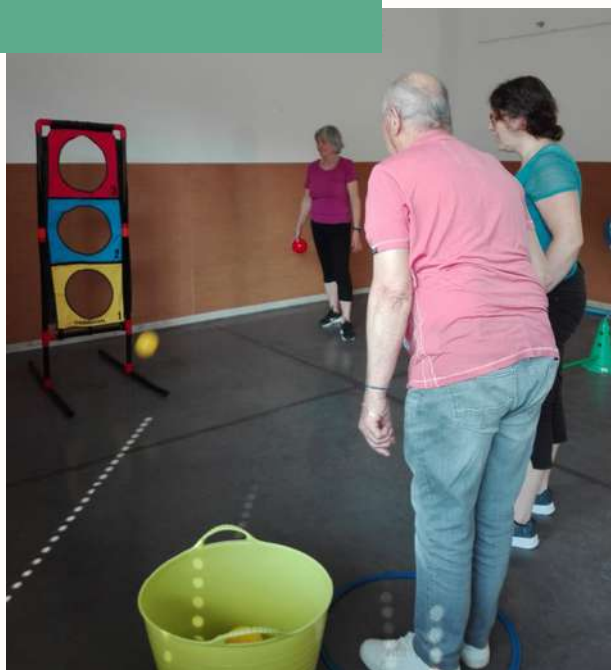
Stimulation cognitive...



Halte relais à Jouques



Visite du club d'aérodrome d'Aix les Milles avec le groupe d'entraide



Focus : L'association se départementalise pour « aller vers » les besoins de tout le territoire

Nous nous engageons à “aller toujours plus vers”...

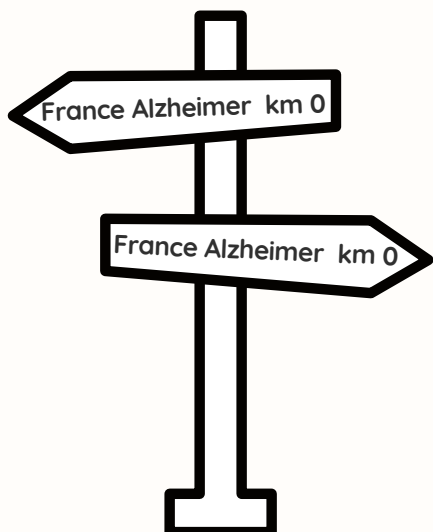
- Création d'antennes “accueil écoute” sur divers points du territoire (voir carte page 3) : des antennes ce sont non seulement des lieux d’“accueil écoute” mais aussi des activités et des actions de l'association telles que présentées dans ce journal.
- Représentation des usagers (CDU dans divers établissements)
- Multiplication des chartes villes aidantes Alzheimer, un label destiné, par des engagements réciproques, à favoriser l'inclusivité des patients mais aussi la sensibilisation des acteurs (transports, police, commerces ...) à la pathologie.
- Des conventions avec les CCAS dans le cadre d'une convention nationale entre l'Union France Alzheimer et l'union des CCAS déclinées au plan local.
- Convention avec la Maison des aidants à Marseille
- Médiation artistique à Marseille, Arles et Salon.
- Formation des aidants dont le proche est en EHPAD pour une meilleure interaction avec les EHPAD.

Dans les villes du territoire, l'objectif est de développer des actions et activités pour être au plus près de nos adhérents. En élargissant notre présence sur le territoire, nous souhaitons créer des liens plus étroits avec les communautés locales. Offrir un accompagnement plus personnalisé et sécurisé à ceux qui en ont besoin et surtout faire remonter leurs attentes dans le cadre des plaidoyers nationaux.

Nouveauté!

Pour les publics sans pathologie : Prévention

Dans cet esprit, la charte département aidant avec le conseil départemental des Bouches du Rhône nous permet de développer des actions de préventions : forte de son expérience, l'association propose des ateliers mémoire mais aussi des conférences sur le droit, la santé, la nutrition, la musicothérapie, la danse le sport adapté **à titre de prévention aux seniors de + de 60 ans**



Focus : Toujours + de sport

Le sport santé au travers des maisons de sport santé (DAC13SUD SPORT SANTE, la nouvelle MAISON SPORT SANTE VILLE DE MARSEILLE, OMS SALON DE PROVENCE, MISS13 EGUILLES ,LE MONDE DU PING PONG,AMTT,LE HARAS DES TEMPLIERS...notre intervenant APA Eric DELOUF....l'Union France Alzheimer est totalement investie dans le sport santé, comme un traitement non médicamenteux, la course **MEMORUN pour la journée mondiale** le 21 septembre à Paris, dont la marraine est **Marie-Jo PEREC** fait désormais référence ; FA13 développe l'accès au sport du plus grand nombre aidants et/ou aidés par des partenariats avec les maisons sport santé les clubs et tout acteur qualifié APA (activité physique adaptée) mais aussi plus simplement en petites randonnées agrémentées de la visite d'un lieu remarquable avec ou sans pique-nique des plus sympathique.

FA 13 soutien le sportif olympique **Nicolas Savant** **Aira** président de l'association Aix les milles tennis de table qui réalise certains ateliers pour nos patients sur Aix



Deux sports particulièrement adaptés à la pathologie neuro-dégénérative : Le Ping-Pong

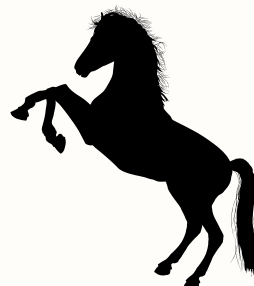


Séance de Ping-Pong à Marseille

Le monde du Ping-pong, association de sport santé encadré par Rémi Truco (sportif de haut niveau de la discipline) situé à La Capellette à Marseille accueille nos adhérents, aidants, aidés ou aidés seuls pour des séances habilement dirigées, inclusives à la plus grande satisfaction des participants.

L'équithérapie

L'Équithérapie c'est celle du Haras des templiers (Association EQUUS) le haras de référence pour la qualité de la prise en charge, sous la responsabilité de Sarah MELINON psychologue-équithérapeute accompagnée de Laure HERNANDEZ infirmière équithérapeute.



Ces pratiques font l'objet d'une évaluation nationale au titre des traitements non médicamenteux.



Marie-Thérèse en pleine séance d'équithérapie avec Laure Hernandez

Focus : Médiation artistique

Atelier à la fin d'une visite au musée Granet



Le Musée Granet est une référence pour son investissement dans l'accueil de publics en situation de handicap ; France Alzheimer bénéficie des ateliers de médiations depuis quelques années notamment avec Patricia SOUILLER et nos bénévoles Nicole GUENSER et Evelyne MIREMONT. Un partenariat avec les musées d'Aix-en-Provence a ouvert une large palette de propositions.

Ponctuellement, avec le soutien d'AGIRC ARCCO c'est le Musée LONGCHAMP avec la proposition d'ateliers de médiation dénommés ARTZ qui s'est ouvert à nos adhérents ou encore avec le soutien de SWISSLIFE l'institut de la photo de Marseille et les Rencontres Internationales de la photographie d'ARLES...des partenaires toujours plus nombreux, motivés et excessivement adaptés à notre public.

Atelier au centre photographique de Marseille



Focus : Bien-être et plaisirs

La SOPHROLOGIE avec Sophie CANAL, la
Réflexologie avec Cécilia LONGEAU, la socio-
esthétique avec Corinne Pratun besoin , un
plaisir, un moment à soi...

Mais aussi le l'atelier de scrabble animé par 2
bénévoles qu'il convient de remercier pour
leur indéfectible et très ancien soutien
Raymonde SAN MARCO et Jacqueline
NAPPEZ.

Atelier cuisine à Salon de
Provence, animé par Solène
Verny



Atelier de socio-esthétique, organisé par
Mme Corinne Prat (première à gauche)

Les évènements à profits de l'association

Nous exprimons notre profonde gratitude envers tous ceux qui soutiennent notre association

Merci à Marie Manoukian, notre généreuse artiste, et le club la belle époque présidé par Martine Colomba. (voir page 1)

Merci à l'ensemble de nos donateurs et des bénévoles qui donnent de leur temps

Merci à Jonathan CHINAPI et Yayha YOUNES les tenaces et généreux organisateurs d'une superbe course d'obstacles dotée d'un prix au profit de France Alzheimer Bouches du Rhône De belles personnes qui soutiennent une cause qui a affecté un grand-père adoré...comment mieux symboliser le parcours des familles que par cette course d'obstacles pour tous publics familles, enfants....Merci M.MOUREN, maire de CHATEAUNEUF LES MARTIGUES ;Merci à Antoine du Restaurant DI TREVI de VITROLLES...et tous les soutiens à cette opération.

Raceday, Chateaufort les Martigues



Notre bénévole Virginie, sur le podium en vert, lors de la course organisée par le groupe de marche des Pennes Mirabeau au profit de FA13

Nos Partenariats

Formalisés ou en cours de formalisation

France Alzheimer Bouches du Rhône est riche de partenariats par établissement et territoire :

- Saint Thomas de Villeneuve dans ses diverses branches d'activité, l'Equipe Mobile Gériatrique, l'hôpital de jour, le centre de consultation mémoire plus récemment avec le CRT...

-Hôpital d'Allauch

-Hôpitaux d'Arles , de Martigues (à venir)

-l'association MANA pour le projet résidence malade jeune

-Les dispositifs d'appui à la coordination PROVENCE SANTE COORDINATION, DAC13 SUD

-les accueils de jour et plateformes de répit du département

-Les CPTS

-Les services d'aide à Domicile

-Equipes Spécialisées Alzheimer

- les CCAS, les POLES INFO SENIORS en cours de développement

-De nombreuses Ville labellisées VILLE AIDANTE ALZHEIMER

-Le DEPARTEMENT DES BOUCHES du RHONE

-Le Groupement Départemental de la GENDARMERIE NATIONALE



-LE LIONS CLUB ALZHEIMER pour son opération vente de roses jaunes pour ALZHEIMER , plus Particulièrement le dynamique club Aix Cézanne Doyen et sa Présidente Françoise CAUWEL

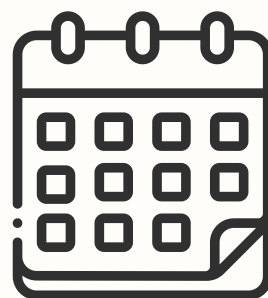


De gauche à droite : les représentantes de France Alzheimer, centre hospitalier d'Allauch, la CPTS et le CCAS d'Allauch



Les dates à ne pas manquer

- **19 septembre 2024 JOURNEE MONDIALE ALZHEIMER Allauch** organisée par le service du DR MICHEL à l'Hôpital ALLAUCH avec la participation de France Alzheimer 13.
- **21 septembre 2024 JOURNEE MONDIALE ALZHEIMER à Aix-en-Provence** grand concert de rue animé par le groupe de musicien CoolStorm, pour parcourir les standards le funk, de pop, ... voire danser.
- **21 septembre 2024 JOURNEE MONDIALE ALZHEIMER à MARSEILLE** PALAIS DU PHARO dans le cadre des universités d'été de l'Espace Ethique de l'ASSISTANCE PUBLIQUE DES HOPITAUX DE PARIS ET DE MARSEILLE conférences et village santé co-animée par France Alzheimer participation de la Ville de Marseille Signature de la Charte ville aidante Alzheimer avec France Alzheimer 13
- **23 septembre 2024 après-midi JOURNEE MONDIALE ALZHEIMER à ARLES** organisée par le CCAS et le Pole info sénior - France Alzheimer 13 participera à la manifestation
- **24 septembre 2024 après-midi JOURNEE MONDIALE ALZHEIMER à ARLES** organisée par l'Hôpital d'Arles - France Alzheimer 13 participera à la manifestation
- **19 20 21 septembre 2024 : 13 EME UNIVERSITE D ETE ETHIQUE ET MALADIES NEURO EVOLUTIVES :** Dilemmes et choix des personnes malades et de leurs proches aidant SAVE THE DATE : entrée gratuite palais du PHARO à Marseille - INSCRIPTION RESERVATION : mnd.espace.ethique.org ou auprès de l'association
- **28 AOUT 2024 - 11SEPTEMBRE - 25 SEPTEMBRE 2024 : « LES RENCONTRES INTERNATIONALES DE LA PHOTOGRAPHIE D'ARLES»** inscription gratuite auprès de l'association 04 42 23 42 49 transport organisé sous réserve de places disponibles.
- **7 octobre 2024 organisé par le SANS FOURCHETTE repas imaginé par des Chefs**à consommer sans fourchette (!) dans le cadre prestigieux du Palais du PHARO à MARSEILLE sur inscription auprès de l'association à réserver rapidement....appeler l'association 04 42 23 42 49
- Dans le cadre de la semaine des aidants, les plateformes de répit avec AGIRC ARCCO Maison des Aidants et diverses associations partenaires dont France Alzheimer 13 organisent « **LA MARCHÉ DES AIDANTS** »appeler l'association 04 42 23 42 49 pour inscription nombre de participants limités. NB: Les informations sur le lieu de RDV et les conditions sont en cours de finalisation par les plateformes de répit à réception nous vous communiquerons les précisions ...
 - 7 OCTOBRE 2024 Aix-en-Provence : la plateforme de répit du SSIAD OASIS
 - 9 OCTOBRE 2024 :
 - à Marseille : la plateforme de répit de A3
 - à La Ciotat (pour territoire Aubagne La Ciotat): la plateforme de répit Le Fil ROUGE
 - à Istres (pour territoire Etang de Berre): la plateforme de répit LE MAILLON
- **11 et 12 octobre 2024 : évènement de prévention de la santé** au Parc Bougainville
- **07 novembre 2024: 4ème édition LES ENTRETIENS ALZHEIMER FONDATION RECHERCHE ALZHEIMER** Palais du PHARO 58bd Charles LIVON 14 H 17 une CONFERENCE sur les dernières données thérapeutiques et les perspectives d'avenir.. sur inscription consulter l'association 04 42 23 42 49



Jeux!

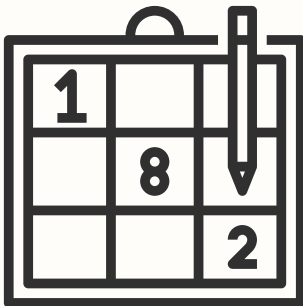
Sudoku

niveau moyen

	5		6				7	2
						4	6	
	6		7	3	5		8	
2			3		6		9	4
	4	3			2	6	1	
6		5	4	1		7	2	3
	7		8	4	1	2	3	
1		6	9		3	8	4	7
8					7	1	5	

	3					2		
		6						
			2	5	1		3	8
9							6	1
				9		4		
	6		4	1		3		7
6	2		5	7				
8	9	3		2				5
				8	3	1	2	

niveau difficile



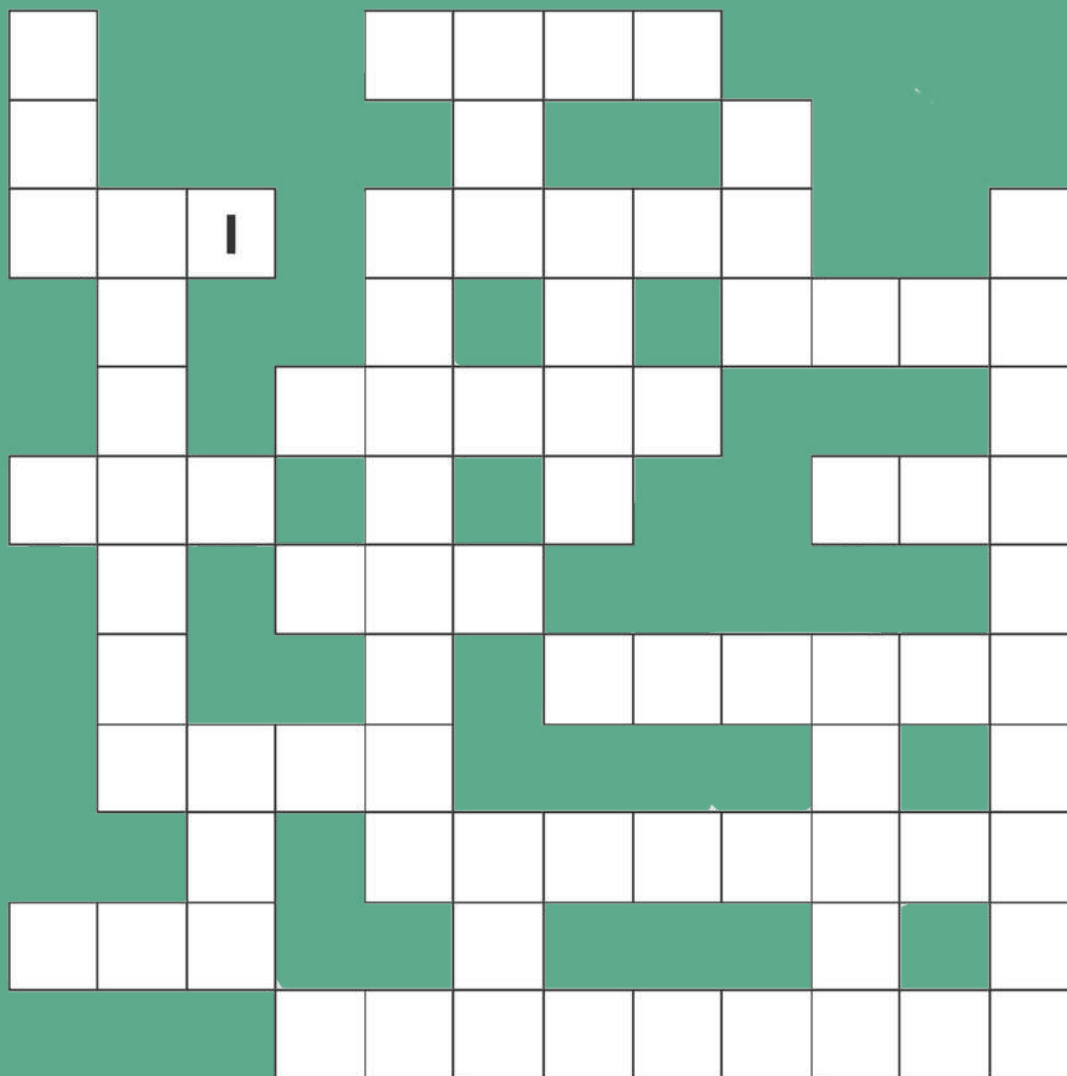
Mots mêlés

T	O	Ê	V	R	E	I	P	A	P	A
N	U	R	P	Ê	C	J	M	V	R	L
A	E	I	L	R	T	U	E	P	D	R
L	P	O	A	T	O	I	G	V	E	É
G	P	P	I	M	R	P	R	Y	M	S
N	A	S	S	A	L	O	A	S	A	U
A	R	E	A	S	P	R	U	B	N	C
S	G	Y	N	S	I	S	U	V	D	R
S	E	T	T	E	N	U	L	C	E	E
O	B	S	E	R	V	A	T	E	U	R
B	J	J	R	A	J	O	U	T	É	E

AJOUTÉE DEMANDE ESPOIR GRAPPE
LUNETTES MASSE OBSERVATEUR PAPIER
PEUT PLAISANTER RAYER SANGlant
SUCRER TROUVER VÊTIR

Mots presque croisés

Ce jeu est un différent type de mots croisés. Ici, on ne vous donne pas d'indice, on vous donne les mots et vous devez remplir la grille avec



ANS BAS BIP GUÉ NAN NID SUD USÉ ÂNE ÉPI DARD ONZE
PAVÉ VERT AVION ENVOI ÉGARÉ BADAUD PUISARD
ENGOURDI INDÉFINI INDÉCENCE LÉGENDAIRE

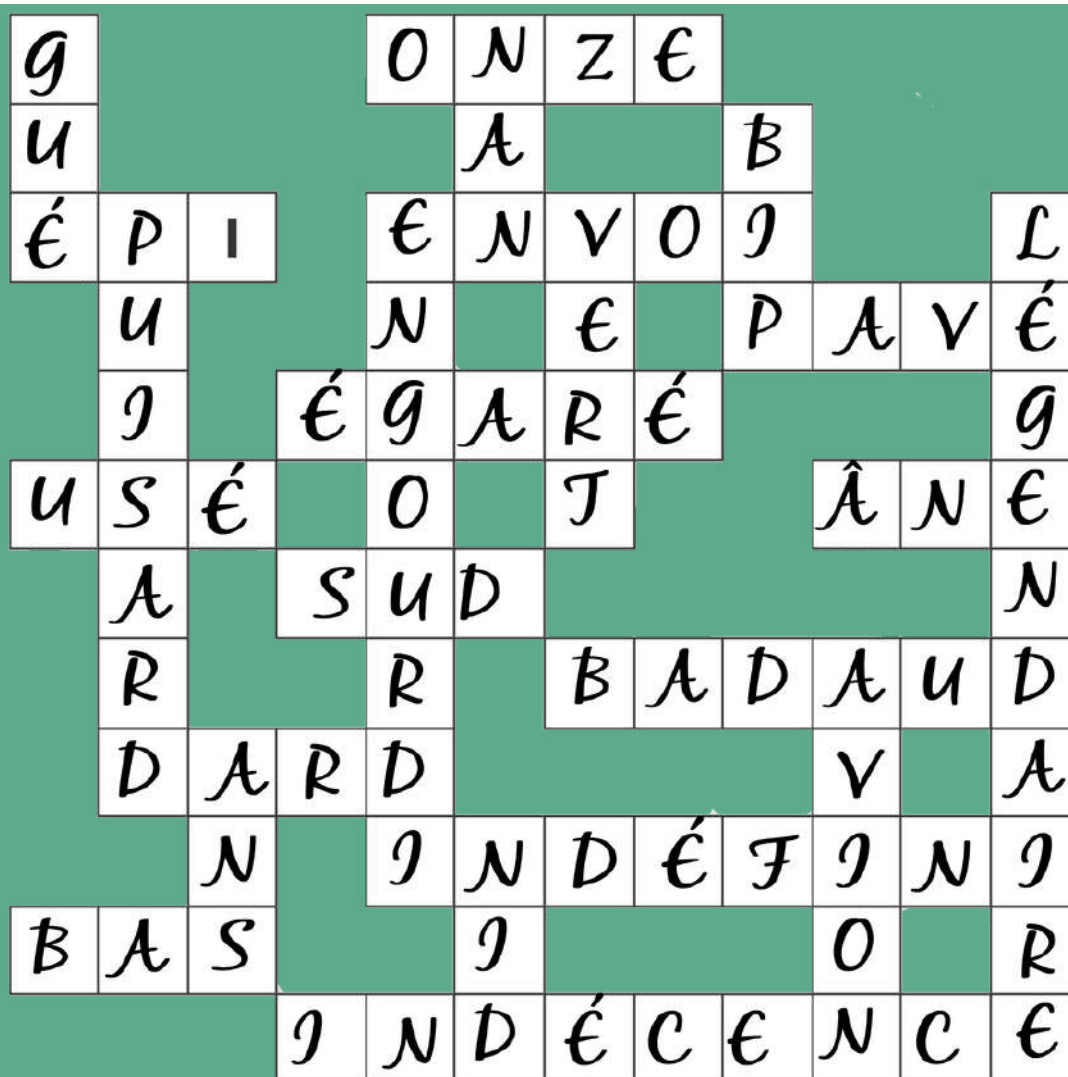
Solutions

9	5	1	6	8	4	3	7	2
3	8	7	1	2	9	4	6	5
4	6	2	7	3	5	9	8	1
2	1	8	3	7	6	5	9	4
7	4	3	5	9	2	6	1	8
6	9	5	4	1	8	7	2	3
5	7	9	8	4	1	2	3	6
1	2	6	9	5	3	8	4	7
8	3	4	2	6	7	1	5	9

1	3	5	8	6	9	2	7	4
2	8	6	3	4	7	5	1	9
4	7	9	2	5	1	6	3	8
9	4	2	7	3	5	8	6	1
3	1	7	6	9	8	4	5	2
5	6	8	4	1	2	3	9	7
6	2	1	5	7	4	9	8	3
8	9	3	1	2	6	7	4	5
7	5	4	9	8	3	1	2	6



~~AJOUTÉE~~ ~~DEMANDE~~ ~~ESPOIR~~ ~~GRAPPE~~
~~LUNETTES~~ ~~MASSE~~ ~~OBSERVATEUR~~ ~~PAPIER~~
~~PEUT~~ ~~PLAISANTER~~ ~~RAYER~~ ~~SANGLAN~~
~~SUCRER~~ ~~TROUVER~~ ~~VÊTIR~~



~~ANS BAS BIP GUÉ NAN NID SUD USÉ ÂNE ÉPI DARD ONZE
PAVÉ VERT AVION ENVOI ÉGARÉ BADAUD PUISARD ENGOURDI
INDÉFINI INDÉCENCE LÉGENDAIRE~~