



Le mot du président

Ce journal respire la JOIE.

Chaque page raconte un récit de voyage ou un repas festif.

Vous y découvrirez comment France Alzheimer met tout en œuvre pour que les personnes malades redécouvrent la ville et se la réapproprient et comment des chartes sont signées pour sensibiliser les élus à mieux prendre en compte les difficultés des personnes malades.

Des invitations à des forums, des séjours-vacances, une comédie musicale ponctuent ces pages.

Des étudiantes de l'IUT d'Alençon travaillent à l'organisation d'une exposition, apportant leur jeunesse et leur enthousiasme.

Vous verrez comment les bénévoles se dévouent pour vous épauler, mais surtout pour vous distraire, pour vous aider à rompre le silence et l'isolement.

En plus, ces bénévoles sont pour la plupart administrateurs de France Alzheimer Orne. Ils méritent un grand coup de chapeau.

Alors que 2020 commence, je leur redis tous mes remerciements pour leurs actions et leur dévouement, mais aussi pour leur bonne humeur, car nous aussi, nous aimons respirer la JOIE.

Bonne et heureuse année à vous tous.

Etienne Trouplin

Sommaire

1. Le mot du président
2. Nos activités
3. L'inclusion
4. La signature : des actes plus que des mots
5. Exposition à la Maison de la Vie associative
6. English corner (*page en anglais*)
7. Les formations des aidants
8. Le Marché de Noël et les cafés-mémoire de décembre
9. Le séjour-répit de Douvres-la-Délivrande
10. Souvenirs de Volvic
11. Les séjours vacances 2020
12. Renouvelez votre adhésion
13. Deux forums à visiter
14. Le déremboursement des médicaments
15. Made in Normandy
16. La page des bénévoles

Journal des adhérents de France Alzheimer Orne

52, Bd du 1^{er} Chasseurs – 61000 ALENCON

Siret: 802 145 912 00027

Dépôt légal = N° Issn 2429-0904

Directeur de la publication : Etienne Trouplin

Conception : Etienne Trouplin

Rédaction : France Alzheimer Orne

Crédit photos : France Alzheimer Orne

Troupe « A l'Unisson »

IGESA, Enval/Volvic

Imprimé par nos soins

France Alzheimer Orne est Adhérente de l'Union Nationale des associations Alzheimer et maladies apparentées



Bureau Ouvert

Du lundi au vendredi de 13 h 30 à 16 h 30

52, boulevard du 1^{er} Chasseurs (immeuble MSA)

61000 ALENCON

Tél : 02 33 82 63 32

Mail : France.alzheimer.61@gmail.com

Site : francealzheimer-orne.org

Café-Mémoire®

ALENCON

1^{er} **mercredi** du mois

de 14 h 30 à 16 h 30

Bar chez K'Tea

32, boulevard de Strasbourg

MORTAGNE

2^{ème} **vendredi** du mois

de 14 h 30 à 16 h 30

Bar « Au Comptoir »

17 rue Ste Croix

DOMFRONT

4^{ème} **lundi** du mois

de 14 h 16 h

BAR de la TOUR

28, rue de la Gare

Accueil et Écoute

L'AIGLE

3^{ème} **lundi** du mois

De 10h30 à 11h30

Hôpital de l'Aigle

Hall d'accueil

Accueil et Écoute

DOMFRONT

4^{ème} **lundi** du mois

De 11 h 00 à 12 h 00

Permanence du CLIC

Hôpital de Domfront

Sophrologie

Le jeudi matin, de 10h à 11h
(hors vacances scolaires)

Réservé à nos adhérents, aidants de malades d'Alzheimer
Participation financière demandée



Animation : Patricia Boissard



Terry WRIGHT

Téléphone : 09 67 87 15 60

Mail : thewrightskmt@hotmail.co.uk

Accueil en anglais

Un premier pas vers l'inclusion des personnes malades d'Alzheimer dans la ville

Un constat

La maladie touche des personnes jeunes

Les personnes jeunes et les personnes en début de maladie sont conscientes de leur maladie et gardent une certaine autonomie

Mais

- Leur maladie ne se voit pas
- Leurs gestes sont lents
- Elles sentent l'énervement chez les autres personnes qui attendent



Une solution

Elles ont demandé un symbole fédérateur

- qui les distingue
- sans les stigmatiser.

Un pin's porté par

- les personnes malades
- Les amis d'Alzheimer



Une boussole dont l'aiguille stylisée représente un **A**, comme **A**mi, **A**idant, **A**lzheimer

Encore fallait-il le faire savoir...

La charte se décline selon l'instance signataire.



Nous avons contacté les **élus** du département pour qu'ils signent avec nous la charte « **ville aidante Alzheimer** »

Merci et bravo aux instances ayant déjà signé

Conseil départemental de l'Orne
Communauté Urbaine d'Alençon
CDC Vallée de la Haute Sarthe
Ville d'Alençon
Damigny
Bagnolles-de-l'Orne-Normandie
La Ferté-Macé
Domfront-en-Poiraie
Courtomer
Pouvrai
Boischampré
St Frimbault
Trémont

Saint-Germain-le-Vieux
Le Mêle-sur-Sarthe
Ecouché-les-Vallées
Ferrières-la-Verrerie
Lonrai
Le Chalange



Incitez votre Maire à signer cette charte



Cette campagne d'inclusion a été lancée au niveau national à l'occasion de la Journée mondiale Alzheimer, le 21 septembre 2019, au Village Alzheimer à Paris.

Elle est démultipliée dans chaque département.

Vous avez pu voir, page 3, que des instances (Villes, villages, CdC...) ont répondu à notre appel.



Lors d'une session de formation au SDIS de l'Orne, à Alençon

De plus, l'association ornaise a formé plus d'une centaine de pompiers-instructeurs, en décembre dernier. Ceux-ci, à leur tour, expliqueront à tous les sapeurs-pompiers du département comment reconnaître une personne malade errante et comment l'aborder, calmement et sereinement.



Nous espérons bientôt pouvoir engager une démarche identique avec les gendarmes.

Consciente de l'enjeu de notre démarche, la Presse a très bien relayé cette action.

Merci à tous les journaux de l'Orne.



Merci également aux radios



Les jeunes aussi se mobilisent



Avec le concours de



Des étudiantes vous informent

Pour la troisième année, quatre étudiantes de l'IUT d'Alençon, en licence « Service à la Personne » consacrent leur dossier tutoré à notre association.

Cette fois-ci, elles organisent une **exposition** à la **Maison de la vie associative**.

Du 3 au 5 février 2020

Accompagnées de bénévoles de France Alzheimer Orne, elles vous accueilleront et vous présenteront les différentes manières d'appréhender cette maladie.

Leur implication dans ce projet mérite votre soutien en venant nombreux voir leur travail.

Et si vous ne connaissez pas encore la Maison de la vie associative, ce sera une bonne occasion de la visiter.

Qui sommes-nous

Nous sommes en licence professionnelle Services à la personne parcours responsable de secteur à l'IUT Grand Ouest Normandie, pôle Alençon.



Notre projet

Dans le cadre de nos études, nous avons souhaité mettre sur pied un projet, en partenariat avec France Alzheimer Orne.

L'association fait face à un manque de bénévoles, ce qui ne lui permet pas de déployer davantage ses activités.

Pour cela, et afin de sensibiliser le public à la maladie, nous avons décidé de faire une exposition. Elle sert également à inciter les familles à demander de l'aide.

Marie, Mélanie, Lucie et Manon





The English group meetings



The objective of our group meetings is to provide information about the issues surrounding Alzheimer's whilst living in France. It also provides the opportunity to talk to other carers who are in similar situations and share coping techniques. The centre is a welcoming environment and is a very well equipped venue to, play music that is of a past era, and encourage singing. We offer armchair exercises and simple table top games. We have a couple of people who can offer translation of documents. Coffee, tea, fruit juices and biscuits are served throughout the time we are there, which is 1100 to 1400 every six weeks on a Wednesday.

Meeting dates for 2020

12 February
25 March
06 May
17 June
29 July
09 September
21 October
02 December

Association Kaleidoscope

Association Kaleidoscope is a group of friendly amateur artists who meet each Monday from 2pm until around 4pm Salle des Fêtes, Niort La Fontaine..



It is an informal art group whose members work in all mediums of painting. Members are comprised of complete novices to experienced artists.

They have their own workshops, given by their talented artists, and they all help out each other as requested. They have over 40 members, with average weekly attendance about 15 members who paint, chat and drink tea and eat cakes.

They also have afternoons out, painting locally in their beautiful area.

They would welcome anyone who would like to join them on Mondays. Come along and have a try, says President Jones.

Contact : Association Kaleidoscope
President : Gail Mitchell Jones
Cibois, Niort-la-Fontaine
53110 Lassay-les-Châteaux



World's Alzheimer's day



The World's Alzheimer's open day took place on 21 Saturday. It was a positive day and two new ladies came in for information and will hopefully return to the centre for our next coffee/tea meetings. We served tea/coffee, sandwiches and cakes to the new guests as well as to our regular visitors. It was very good to be alongside Madame Francesconi and her team and enjoyed their company.

The winner of the raffle of a meal voucher for four at the Taverne de la paix in La Ferté Macé is Mr Ken Rogsman



Les formations des aidants



Vous êtes professionnel dans un EHPAD ou libéral, psychologue, assistant social et vous rencontrez des aidants qui ont besoin d'une formation appropriée.

N'hésitez pas à nous contacter pour connaître la prochaine session dans votre région.

Si vous réunissez au moins huit personnes aidantes, non professionnelles, nous monterons une formation pour elles.

Module 1 : Connaître la maladie d'Alzheimer : Avoir une réponse aux questions les plus fréquentes sur la maladie et mieux comprendre les différents symptômes.

Module 2 : S'informer sur les aides possibles (humaines, techniques, sociales, financières et juridiques).

Module 3 : Accompagner au quotidien

- Accompagner les actes de la vie quotidienne (toilette, repas, coucher)
- Accompagner les temps de partage et de détente afin de rester aussi actifs que possible et ainsi d'éviter le repli sur soi et l'isolement social.

Module 4 : Communiquer et comprendre

- Rester en relation et maintenir l'échange
- Essayer de répondre aux manifestations de l'humeur et aux conduites dérangeantes.

Module 5 : Être l'aidant familial

- Modification des rôles dans la famille.
- La relation d'aide
- Savoir prendre du répit et maintenir une vie sociale.
- Être aidé.

Module Complémentaire 1 : Préparer l'entrée en établissement

Reconnaître les limites de l'accompagnement à domicile et envisager l'entrée en établissement de son proche malade.

Module Complémentaire 2 : Vivre en établissement

Présentation du fonctionnement d'un établissement, place de l'aidant et ses relations avec le personnel soignant. Nouvelles relations avec le proche malade et la réorganisation de la vie de l'aidant.

Le marché de Noël solidaire d'Alençon 12 décembre 2019



Les bénévoles se sont relayées toute la journée du dimanche 12 décembre à la Halle au Blé d'Alençon pour vous offrir des articles « faits main » mais aussi pour vous accueillir avec leur plus grand sourire comme le montre cette photo.

Les idées de cadeaux pour Noël n'ont pas manqué et chacun a pu y trouver ce qu'il cherchait, tels paniers à tarte, gadgets et même confitures.



Les cafés-mémoire® de décembre étaient festifs

Les cafés-mémoire® de décembre avaient pris un air de fête.

À Alençon, chacun se retrouva comme d'habitude chez K'Tea pour partager crêpes ou gaufres, accompagnées d'un café ou d'une chocolat chaud.



À Mortagne-au-Perche, au bar « le Comptoir », on partagea les pâtisseries apportées par les participants.



Souvent précédée d'une hésitation, la participation aux cafés mémoire® est très appréciée des aidants qui partagent une parenthèse mensuelle de 2 heures avec d'autres personnes qui vivent les mêmes problèmes. Au programme, jeux, partage de faits, bonne humeur.

Vous hésitez ? Venez voir une fois. Vous reviendrez ensuite régulièrement.



DOUVRES LA DELIVRANDE (Calvados)

Séjour vacances-répét du 4 au 6 septembre 2019

Pour la deuxième année consécutive, des bénévoles de notre association ont organisé et encadré un séjour-répét pour les aidants et les personnes malades d'Alzheimer.

La maladie amène beaucoup de personnes à se replier sur elles-mêmes et ces moments de détente sont des bouffées d'oxygène, des périodes durant lesquelles les aidants peuvent oublier les soucis quotidiens, les tâches ménagères et passer de bons moments avec d'autres personnes qui vivent les difficultés.

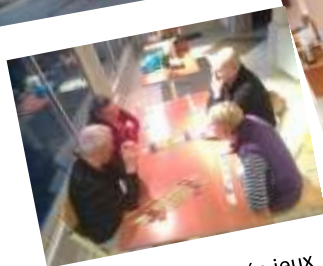


Le groupe de participants

Ce séjour, dans un lieu adapté, est proche de la mer et des plages du Débarquement, qui rappellent à beaucoup une tranche de leur vie inoubliable.



Les bénévoles



La soirée jeux



L'apéritif, servi par les bénévoles



L'organisation de ce séjour a été rendue possible grâce aux aides de France Alzheimer et maladies apparentées et du Lions Club Point des Ducs, à Alençon.



Merci aussi à Intermarché du Mêle-sur-Sarthe pour les cadeaux du loto



Ils ont voulu se retrouver

Les participants et les bénévoles ont voulu se remémorer les bons moments passés lors de ce séjour, et se sont retrouvés autour d'un déjeuner, le 18 décembre 2019, à Bagnoles de l'Orne.



Une bonne occasion de se souhaiter un Joyeux Noël

Le carnet de voyage de Marie-Noëlle et Alain

Qui participaient pour la 1^{ère} fois à un séjour-vacances de France Alzheimer

Du 10 septembre au 18 septembre 2019, 14 couples et 7 encadrants, soit 35 personnes, ont passé une excellente dizaine de jours au Centre d'Accueil d'IGESA près de la Source VOLVIC dans le Massif Central, avec piscine, terrain de tennis, camping, salle de spectacle, parcours de golf miniature...

Crédit photos
Igésa

Un séjour inoubliable

C'était une grande première pour notre organisation que de rassembler 35 personnes pendant une période aussi longue : pari tenu. On peut dire que ce fût un succès sur tous les plans : logistique, accueil, activités, rencontres, visites...

Qui plus est, les soirées animées ont rencontré un franc succès auprès d'un public conquis d'avance.



Un fait remarquable a été la qualité des relations et des échanges avec les aidés et les aidants et aussi, bien sûr les encadrants.

Chacun avait soin de se préoccuper de son voisin et de sa voisine et créait

ainsi un très fort courant d'empathie. La solidarité dans ce domaine a été très forte. Le nombre important de 35 personnes n'a pas été un frein, bien au contraire.

Ce qui a été également fort apprécié, c'est la grande souplesse et la compréhension dans les choix de chacun ; pas de contraintes, d'obligation...

Bref ! On en redemande et tout le monde est partant pour une nouvelle édition en 2020.

Ah si, un seul bémol : pour la prochaine fois, faire en sorte que la température ne dépasse pas les 28 à 30 degrés ; la canicule, on aime à petite dose !

Un grand merci à toutes celles et à tous qui de près ou de loin, ont participé à cette aventure.

**France Alzheimer Orne était présente
au Forum de Damigny du 18 octobre 2019**

Mona Lisa
ENGAGÉS CONTRE L'ISOLEMENT DES ÂGÉS



SÉJOURS VACANCES



Le récit de Marie-Noëlle et Alain (page 10) vous a donné envie de partir en vacances en 2020 ?

Consultez le catalogue 2020 des séjours-vacances de France Alzheimer et oubliez vos soucis pendant quelques jours.

De nombreux séjours sont proposés. Le plus proche de l'Orne est Cabourg qui offre deux dates.



Et le prix, dans tout cela ?

Il est adapté à vos revenus. Regardez les prix pour Cabourg : comme pour tous les séjours, 5 tranches de tarifs sont proposés.

Bien sûr, il faut ajouter le transport.

TARIFS (hors transport)			
Pour 2 personnes en pension complète (excursions comprises)			
	Revenu imposable	Participation des familles	
		Juin	Août
T1	+ 45 000 €	2 128 €	1 588 €
T2	De 32 000 € à 44 999 €	1 951 €	1 456 €
T3	De 22 000 € à 31 999 €	1 571 €	1 172 €
T4	De 15 000 € à 21 999 €	912 €	681 €
T5	Inférieur à 14 999 €	456 €	340 €

Les tarifs pour Cabourg - 2020

Prenez contact avec le CCAS de votre ville, la MDPH ou votre complémentaire retraite : des aides financières peuvent vous être apportées.

Le **catalogue** et le **dossier d'inscription** sont à demander par téléphone au 01.42.97.53.51 ou à télécharger sur le site www.francealzheimer.org

Vous pouvez aussi les demander à France Alzheimer Orne



« Leur montrer qu'elles ne sont pas seules, les écouter, leur donner des conseils pratiques ou les orienter constituent déjà une forme de thérapie contre une maladie qui isole. »

Alain est administrateur de France Alzheimer Orne et bénévole en séjours-vacances.



De beaux souvenirs

« L'expérience du séjour à été très positive. Merci à l'équipe des bénévoles aux petits soins pour nous. »

« En séjour vacances, j'ai appris que je n'étais pas seul confronté à la maladie. Je me suis senti soutenu et entouré. Je ne l'oublierai jamais. »

« Équipe de bénévoles pleine d'efficacité, d'écoute et toujours de bonne humeur. Nous gardons un excellent souvenir de nos vacances. »

En ce début d'année,
n'oubliez pas de renouveler
votre adhésion.
Vous serez au courant de toutes nos
activités.

Et en nous aidant financièrement
vous prouverez
votre attachement à notre action



Année 2020

BULLETIN D'ADHESION

Nom :

Prénom :

Adresse :

C.P. Ville :

Tél :

e-mail :

☐ Adhésion : 34 €

☐ Don :

☐ Adhésion personne morale : 75 €

Vous recevrez la revue **Contact** éditée par
l'Union nationale France Alzheimer.

Chèque à libeller à l'ordre de
France Alzheimer Orne
52, Bd du 1er Chasseurs (Imm. M.S.A.)
61000 ALENCON

Date :

Signature

En application de la loi du 6 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 cotisations et dons sont déductibles des impôts.
Un reçu fiscal vous sera adressé.

Nouveau



Permanence
le 3^{ème} lundi du mois
de 10h30 à 11h30
dans le hall d'accueil
de l'hôpital

Le Festival Bien vivre à domicile et bien vieillir



Conférence d'ouverture

Comment favoriser le maintien aux domiciles des personnes âgées dans les territoires ?

mardi 17 mars 2020

de 10 h à 12 h 00

Pôle d'Alençon de l'IUT Grand Ouest Normandie

France Alzheimer Orne

sera présent à cette conférence

Entrée gratuite.

La 2^{ème} journée SEPIA de la Neurologie 13 février 2020

Nous vous attendons

sur notre stand

de 14h à 18h

Venez prendre contact avec nos bénévoles qui vous donneront un rendez-vous pour un tête-à-tête personnalisé



Déremboursement des traitements symptomatiques dits « anti-Alzheimer » : une injustice difficile à comprendre

France Alzheimer et maladies apparentées tient à exprimer sa déception suite à la décision du Conseil d'État de rejeter le recours qui avait été déposé le 2018 par l'Association et sept autres organisations savantes.

Le résultat est donc tombé le 16 décembre 2019 et le Conseil d'Etat a rejeté le recours fondé contre la décision prise par le gouvernement de dérembourser les 4 médicaments « anti-Alzheimer » (Aricept, Ebixa, Exelon et Reminyl), à l'été 2018. France Alzheimer regrette cette décision du Conseil d'État qui

semble d'ailleurs s'être concentré sur la forme, n'accordant que peu de place à l'analyse scientifique du service médical rendu par les médicaments indiqués dans le traitement symptomatique de la maladie d'Alzheimer ou d'une maladie apparentée.

En tant que représentante des patients, des familles et des usagers du système de santé, dont elle ne cesse de recevoir de nombreux témoignages depuis le mois d'août 2018, France Alzheimer et maladies apparentées tient à rappeler ici ses craintes relatives au déremboursement.

Ces dernières ont été largement confirmées par les résultats du sondage que nous avons réalisé fin 2018 auprès des personnes directement concernées – les personnes malades et leurs proches aidants :

L'effet positif des traitements dits « anti-Alzheimer » sur les troubles du comportement, notamment en ce qui concerne la maladie à corps de Lewy, est avéré. Pour de nombreuses personnes, l'interruption brutale du traitement, suite à la décision de déremboursement, a eu des effets néfastes, tels que l'aggravation précipitée des troubles cognitifs, dont certains ont été remontés aux centres de pharmacovigilance ;

l'arrêt du remboursement a impliqué une augmentation alarmante du reste à charge des familles concernées. Il vient s'ajouter aux dépenses déjà conséquentes liées à l'accompagnement non médicamenteux, essentiel à la prise en soins des personnes malades, et qui ne fait, lui, l'objet d'aucun remboursement ;

le déremboursement risque d'entraîner, pour un grand nombre de personnes, la rupture du lien thérapeutique existant entre le patient et son médecin, qui est aujourd'hui fortement associé à la prescription des médicaments. Cette détérioration du lien, avec les neurologues notamment, risque de retarder encore davantage la démarche diagnostique, préalable indispensable à un parcours de soins, approprié et coordonné ;

il est enfin à craindre une augmentation des prescriptions de neuroleptiques et de psychotropes alors même que ces classes pharmaceutiques sont d'utilisation délicate chez les personnes âgées, voire contre indiquées dans certaines maladies apparentées.

La France est devenue l'un des trois seuls pays de l'Union européenne à ne pas rembourser ces traitements, avec l'Albanie et la Lettonie.

France Alzheimer et maladies apparentées - 20 décembre 2019

Ne ratez pas !
Le spectacle de la troupe « À l'Unisson »
au profit de France Alzheimer Orne
A la Halle aux Toiles



Des chansons connues

De la couleur

De la bonne humeur

Une excellente occasion de se changer les idées

Date (à préciser): 18 ou 25 avril 2020

Sous la direction
d'Edith Desailly



Crédit photos
A l'Unisson



met gracieusement la Halle aux Toiles à notre disposition.
Nous la remercions.

Les bénévoles ornaïs



Et vous ?

Vous avez l'envie d'être utile,

de l'énergie, de la joie de vivre,

une expérience personnelle, un savoir-faire, des idées

Vous avez très peu ou beaucoup de temps à donner

REJOIGNEZ-NOUS

Nos partenaires

