



Journ'Alzheimer

É
D
I
T
O



François EDART
Président de
France Alzheimer 49

Chers adhérents,
chers bénévoles,

Le Conseil d'Administration et moi-même vous souhaitons nos meilleurs voeux pour 2025 à tous ceux qui partagent le quotidien difficile de la maladie d'Alzheimer ou d'une maladie apparentée.

Notre association, forte de 40 bénévoles actifs, de 352

adhérents et de 2 permanentes salariées, a pour mission d'apporter soutien et réconfort aux familles et aux proches confrontés à cette maladie. Nous espérons que cette nouvelle année apportera à chacun l'aide, l'accompagnement et la patience nécessaires pour traverser les épreuves de la maladie avec sérénité.

Nous tenons à exprimer notre profonde reconnaissance envers nos bénévoles, qui oeuvrent avec dévouement et générosité, ainsi qu'envers nos deux salariés, dont le soutien est essentiel à la vie de l'association.

Vous pouvez tous contribuer, selon vos disponibilités : quelques heures par mois ou davantage, tout engagement compte. Les missions peuvent être variées : qu'il s'agisse de soutien administratif ou de contacts plus directs avec les malades et leurs familles, chaque geste est apprécié.

Cependant, pour mieux répondre aux besoins croissants des familles, nous devons continuer à renforcer nos équipes de bénévoles. Aussi, nous vous invitons à parler de notre association autour de vous. Un nouveau bénévole, un don et pourquoi pas un leg feront progresser l'association dans ses missions.

Le cyclone Chido a frappé Mayotte le samedi 14 décembre 2024, causant des dégâts matériels et humains importants. Joël Jaouen, le Président de l'Union Nationale France Alzheimer est en contact avec

la Présidente de FA Mayotte et il nous a communiqué les informations suivantes : Zalia Hamada, Présidente, assure que les familles adhérentes de France Alzheimer et les infrastructures principales, comme le siège social et le bus itinérant, sont globalement épargnés. Elle procède à une évaluation complète des besoins et demande de ne pas envoyer d'aide financière pour l'instant.

En cas de nécessité, FA Mayotte sollicitera directement l'Union, qui coordonnera les soutiens et redistribuera les contributions si besoin.

Des mises à jour seront communiquées aux associations départementales dès que la situation sera clarifiée. Plus tard, des dons pourront être effectués en passant par l'Union FA.

C'est tous ensemble en 2025 que nous pourrons continuer à aider dans le quotidien ceux qui en ont le plus besoin.

François EDART



SOMMAIRE

- 2-5 Départemental
- 6 Dossier
- 7 Hommage
- 8 Pensées - jeux & solutions

Responsable de la publication et de la rédaction :

François EDART

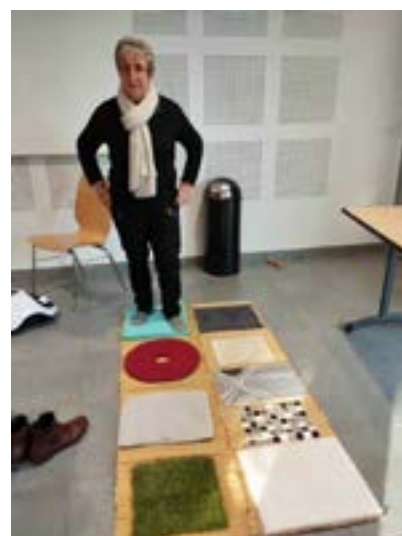
Conception et mise en page : Solenne COTTEVERTE

Date de parution : janvier 2025

N°ISSN : 2553-9043

DÉPARTEMENTAL

#Fêter la fin de l'année avec les Haltes Relais #Ecouflant



À la Halte Relais d'Écouflant, chacun a pu se détendre à travers différents massages, de tête, de dos, réflexologie plantaire et découverte du parcours sensoriel...

Atelier détente toujours très apprécié, toujours trop court et redemandé pour l'année 2025 !!

Catherine HARMANGE, bénévole

#Saint Macaire et Cholet

Moment festif avant les fêtes de Noël bien sympathique. Ce goûter réunissait une vingtaine de personnes concernant les Haltes Relais de Saint-Macaire et Cholet ainsi que les bénévoles de l'association et le psychologue.



La mise en place et la décoration ont été prises en charge par des personnes accueillies et toutes expertes en décoration pendant que ces messieurs en profitaient pour « taper le carton » accompagnés d'un aidant qui a accepté de les encadrer. Moment de convivialité très apprécié.

Sylviane, Bénévole

DÉPARTEMENTAL

#Beaulieu & Montilliers

C'est au Cabaret « les Amis de Mich'To » de St Georges sur Layon que les Haltes Relais de Montilliers et Beaulieu sur Layon se sont retrouvées le 16 décembre pour fêter Noël. Avant de déguster un potage bien chaud réalisé « avec tout son cœur » par Mich'to cuisine puis un coq au vin bien mijoté, les convives ont découvert ce lieu atypique pleins de surprises...

Il s'agit d'un garage désaffecté en pleine campagne devenu brocante ; le propriétaire y accumulant les objets d'hier les plus divers, carcasses de vieilles voitures ou de vélos, tourne-disques, outils anciens, bibelots, jouets, une superbe collection de véhicules de pompiers miniatures... même la vaisselle est vintage et on peut y retrouver le service de table de sa grand-mère !

Combien d'objets entreposés ici ? Des milliers ? Certainement. Mais la surprise est encore à venir. Au milieu de ses collections, Mich'To a recréé une salle de classe à l'ancienne. Un peu plus loin, nous voici dans ce qui fait assurément sa fierté : son cabaret. Oui, un cabaret, avec ses loges, son vestiaire, sa scène, les fauteuils pour le public... Et partout des peintures sur les murs qui lui confèrent un air de fête, on y retrouve Bourvil, Fernandel, Gabin, et les beaux yeux de Michelle Morgan, Depardieu, en médaillon des chanteurs...

Le chansonnier est là, il nous attend et nous propose son répertoire. La fête commence... les visages s'illuminent, certains poussent la chansonnette et d'autres se lèvent pour danser.

Sophie MORINIÈRE, bénévole



#Date à retenir ! Ciné-Débat aux 400 Coups à Angers le 3 mars

Une information de dernière minute vient de nous être donnée !

Une soirée Ciné-débat se déroulera le **lundi 3 mars** au **cinéma Les 400 Coups à Angers** de 20h à 22h.

En sachant que certaines informations ne sont pas complètement confirmées, voici celles que nous pouvons déjà vous donner :

En première partie de soirée, vous pourrez assister à la projection des films « Fiction en Anjou », « Tendres mémoires » et « Au commencement » (film des 40 ans de FA en Avant Première).

Ensuite, une Table Ronde aura lieu en présence des réalisateurs des films, d'élus de la ville d'Angers, du Président et de bénévoles de FA49, et peut-être de la présence du comédien Rufus.

Retenez bien cette date ! Nous serons en mesure de vous donner plus d'informations dans les semaines à venir.

#La Halte Relais Avrillé, changements et continuité

Un après-midi par mois, France Alzheimer 49 accueille à Avrillé des couples pour un moment de pause.

Un temps de bienvenue d'abord, autour d'une boisson chaude, pour faire connaissance et prendre des nouvelles.

Puis, notre psychologue Thérèse de Muizon et les aidants peuvent se retrouver dans un espace dédié pour un temps de parole, pendant que les bénévoles proposent aux aidés un moment de détente. Jeux de société, jeux d'adresse, chants, partage de souvenirs, petits travaux créatifs sont proposés, au gré des saisons et selon l'humeur et la forme des participants. Tout le monde se retrouve vers 16h pour un petit goûter partagé.

Depuis maintenant 3 bonnes années, Lorelei et Florence, animent ce rendez-vous avec pour simple ambition de permettre à chacun de se sentir en confiance et passer un moment apaisé.

2024 fut une année de changements, d'abord avec le passage de témoin de Claire Dima, pilier du bénévolat FA49 et longtemps référente de cette Halte, qui a du passer la main pour prendre soin d'elle (on pense bien à elle !). Ensuite avec des mouvements dans nos familles accueillies, la maladie évolue pour certains, de nouveaux venus viennent découvrir ce que l'association peut leur offrir.

En 2025, de nouveaux changements se profilent puisque que notre lieu d'accueil est à ce jour réattribué à d'autres activités par la mairie d'Avrillé. Le planning des Haltes Relais est en suspens. FA49 cherche des solutions, les bénévoles, quant à elles sont toujours au rendez-vous !

Florence DEFORGE, bénévole



Ensemble, on garde l'équilibre



Fin d'année gourmande

#Retour sur la Journée Départementale des Aidants du 10 septembre

La 3^{ème} Journée Départementale de l'année 2024 a eu lieu le 10 septembre.

Après les groupes de parole de la matinée et la pause repas du midi, l'association des « Conteurs de la Jabotée » est venue nous partager ses contes extraordinaires accompagnés de l'orgue de Barbarie.



#Spectacle du « Café des souvenirs »

Mais qui a eu cette idée folle d'inventer ce projet fou !

C'est Michel ABLINE, figure emblématique de FA 49, et son ami complice, metteur en scène du « Café des souvenirs » Tarik Achbani. C'est un spectacle de théâtre avec de la danse, du chant et un véritable scénario pour faire jouer des personnes malades et leurs aidants devant un public dans une salle de spectacle. Depuis des mois, chacun se retrouve pour répéter, encore et encore les textes qui collent de près à la réalité de notre groupe. Beaucoup d'empathie, de bienveillance et de bonne humeur permettent au groupe de se retrouver tous les quinze jours pour présenter au public un beau spectacle. Tarik a demandé à ses

amis, musicien, danseur et chanteuse de venir dans ce projet, ainsi toutes les générations se retrouvent. Nous sommes devenus au fil des semaines, des mois, un groupe où l'amitié, la solidarité et toutes les valeurs humaines sont réunies. Merci à toutes et tous pour ce magnifique projet qui a transformé ce rêve en réalité. Merci à Tarik pour son implication et sa patience pour nous donner confiance et nous produire sur scène.

Représentation samedi 15 février 2024 à 19h à la salle Claude Chabrol à Angers. Il n'y aura qu'une seule séance (COMPLET).

Jacqueline BOSSÉ, bénévole



Répétition du 12 décembre 2024 du « Café des souvenirs » Thé Alzheimer

#La Soupe des Chefs à Cholet

Le 23 novembre 2024, le Lions Club de Cholet a mis en vente 600 litres de soupe préparés par 17 restaurateurs choletais. Le bénéfice de cette vente, soit environ 5 000 €, sera réparti entre France Alzheimer 49 et l'association Relais et Présence.

Pierre Gaubet, vice-président de FA49, et moi-même, accompagnés de plusieurs bénévoles choletais de FA49, avons eu l'honneur de participer à cette vente dont notre association est bénéficiaire.

L'engagement de FA49 est d'apporter un soutien aux personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer et à leurs familles dans la région choletaise. Pour cela, nous proposons localement, grâce au soutien de professionnels et de bénévoles, des séances de shiatsu et de Bien-Être.

Nous exprimons toute notre gratitude au Lions Club

de Cholet pour cette initiative qui se perpétue depuis plusieurs années.

François EDART



#Agressivité et Alzheimer

Ce symptôme est dit productif et perturbateur. C'est un symptôme d'hyperactivité.

Il touche jusqu'à 40% des malades.

L'agressivité peut être verbale (cris, insultes, menaces) ou physique (donner des coups, mordre, casser des objets).

C'est un trouble du comportement non négligeable qui peut être impressionnant et mettre en défaut l'aidant, c'est une grande cause d'institutionnalisation.

À un stade plus ou moins avancé de la maladie, l'agressivité peut apparaître en dehors de tout antécédent psychiatrique du patient.

Au début de la maladie, le malade peut se sentir incompris (non-respect de ses valeurs, de sa vie privée, de son intégrité physique ou psychique). Il faut alors favoriser l'écoute, la concertation, l'analyse de la situation et négocier si possible. Il faut s'occuper de lui sans le prendre en charge, faire avec lui et non faire à sa place, échanger et ne pas obliger, pour préserver son autonomie et le mettre en valeur dans ce qu'il peut faire. Il est parfois nécessaire pour l'aidant de se remettre en question dans son attitude face à l'aidé. Empathie et bienveillance, en recherchant le **consentement** pour tout acte, que ce soit pour le jeu, les repas, le sommeil, les soins et rendez-vous prévus...

À un stade plus avancé, l'agressivité, (au même titre que l'agitation, la déambulation, le délire, les hallucinations, l'apathie, l'inversion du rythme jour/nuit, l'anxiété) peut être un symptôme de mal être que le malade **ne parvient pas à exprimer**.

Les ÉMOTIONS restent INTACTES, non entendues, elles peuvent provoquer colère, résignation ou enfermement.

Il faut d'abord vérifier l'absence de cause **somatique** par le médecin traitant (douleur, trouble du transit par exemple, infection, modification du traitement), ou **environnementale** (changement dans le logement, situation nouvelle générant une angoisse, trop froid, trop chaud, trop de bruit, trop de lumière, soif, faim, nouvelle personne dans l'entourage...). On pourra alors remédier au problème détecté et évaluer ensuite la situation pour ne pas exposer le malade à nouveau à cette situation.

Chaque malade est différent, chaque réaction sera différente, et chaque solution sera différente.

**FAIRE :**

On peut écouter, réchauffer, réconforter, écouter une musique douce, faire un jeu, caresser. Il faut rester **CALME**, éviter la dispute, ne pas crier, essayer de changer la situation pour réduire la tension, garder une attitude avenante.

NE PAS FAIRE :

Éviter le langage corporel qui donne l'impression que vous êtes frustré ou agacé, car le patient souffrant de la maladie d'Alzheimer peut être sensible aux signaux non verbaux, menacer, faire du chantage, il est parfois préférable de quitter la pièce un instant pour respirer et revenir ensuite vers son proche en étant plus serein.

Dans tous les cas, ne pas s'isoler, se faire aider (médecin, groupe de parole, psychologue) car en étant serein, vous serez plus efficace et bienveillant face à votre proche.

Nathalie, bénévole

Si vous rencontrez des difficultés en tant qu'Aidant, n'hésitez pas à contacter l'association au 02 41 87 94 94, nous pourrions vous proposer des entretiens individuels avec un ou une psychochologue.

Tu as été pour moi tout au long de notre vie commune un exemple, un phare apportant la lumière, un roc. Tu as été ma force, la personne qui m'a sorti de la chrysalide que j'étais, pour devenir papillon. Tu as su me donner confiance en moi, toi et tes parents qui étaient devenus les miens, sachant me guider pour accomplir des tâches qui me paraissaient inaccessibles. Nous avons des goûts communs, l'art sous toutes ses formes, le goût d'apprendre, les voyages et tant d'autres choses.

Tu étais un être rare. Je t'aime mon Pierre

Jacqueline



Pierre BOSSÉ, époux de Jacqueline, bénévole à France Alzheimer 49

Il restera de toi – Simone Veil

Il restera de toi ce que tu as donné.

Au lieu de le garder dans des coffres rouillés.

Il restera de toi de ton jardin secret,
Une fleur oubliée qui ne s'est pas fanée.

Ce que tu as donné, en d'autres fleurira.
Celui qui perd sa vie, un jour la trouvera.

Il restera de toi ce que tu as offert
Entre les bras ouverts un matin au soleil.

Il restera de toi ce que tu as perdu
Que tu as attendu plus loin que les réveils,
Ce que tu as souffert, en d'autres revivra.
Celui qui perd sa vie, un jour la trouvera.

Il restera de toi une larme tombée,
Un sourire germé sur les yeux de ton cœur.

Il restera de toi ce que tu as semé
Que tu as partagé aux mendiants du bonheur.
Ce que tu as semé, en d'autres germes.
Celui qui perd sa vie, un jour la trouvera.

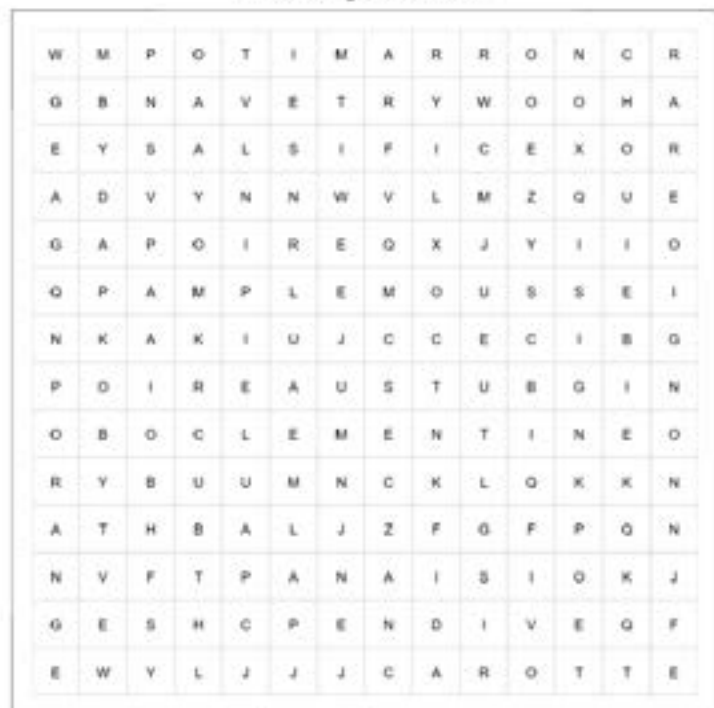


PENSÉES - JEUX & SOLUTIONS

#Jeux

Mots mêlés

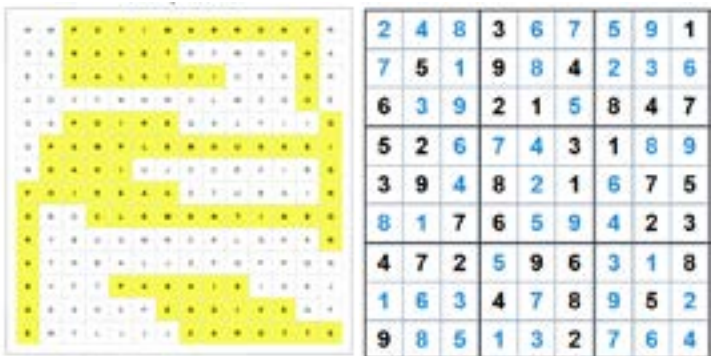
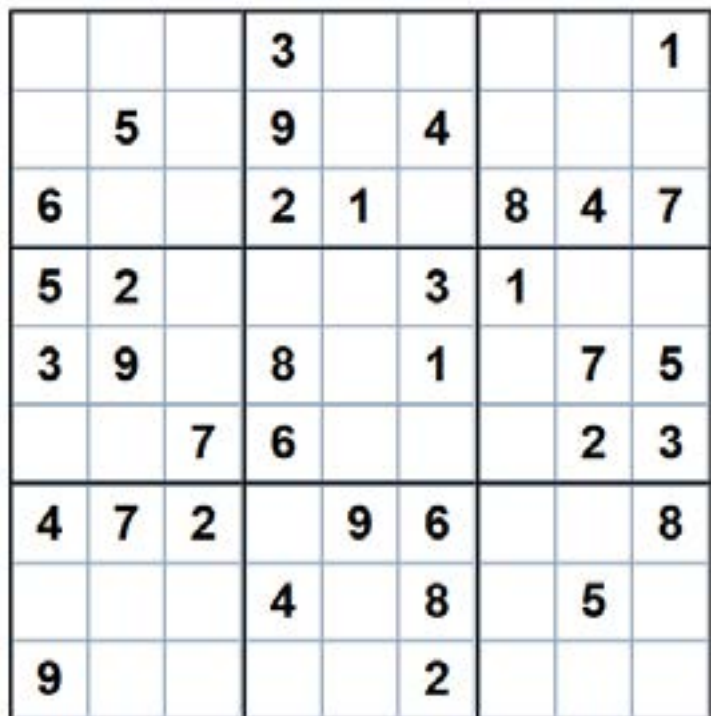
fruits et légumes d'hiver



Les mots peuvent être cachés horizontalement ou verticalement.

CAROTTE CHOU
CLEMENTINE ENDOIVE
KAKI NAVET
OIGNON ORANGE
PAMPLEMOUSSE PANAI
POIRE POIREAU
POTIMARRON SALSIFI

Sudoku (moyen)



Pensées...



Nous présentons nos condoléances à Marie-Paule ROBIN, bénévole à FA49, suite au décès de sa maman.

M. Pierre BOSSÉ, décédé le 22/06/2024

Mme Marie-Thérèse WALLIS, décédée le 29/11/2024

Un très grand merci à toutes les familles qui ont organisé une quête au profit de France Alzheimer 49. Ces dons contribueront à l'organisation d'actions au bénéfice des familles. France Alzheimer 49 reste à vos côtés pour vous accompagner...

Avec le soutien de:



Pour suivre toutes nos actualités, rendez-vous sur notre site internet : www.francealzheimer.org/maineetloire/

Suivez-nous aussi sur FACEBOOK :



@francealzheimer49

sur INSTAGRAM :



@francealzheimer49

sur X (anciennement Twitter)



@FrAlzheimer49

ASSOCIATION FRANCE ALZHEIMER 49
Espace Frédéric Mistral - 4 allée des Baladins
49000 ANGERS
Tél. 02 41 87 94 94
secretariat49@francealzheimer.org