

Edito

2018 sera une année de commémoration : la fin de la guerre 14-18, les 50 ans de mai 1968... Oui, nous avons besoin de nous souvenir, la mémoire des faits historiques, la mémoire de ce qui fait notre vie quotidienne... mais, il faut penser à ceux qui, à cause de la maladie, perdent petit à petit celle-ci. France Alzheimer Manche est à leurs côtés chaque jour. En 2018, nous renforcerons l'équipe des salariés avec l'arrivée de Madame GESBERT, psychologue spécialisée en neuropsychologie, pour être au plus près des familles. Tout ceci bien sûr ne peut pas se faire sans nos partenaires financiers, médicaux, sociaux et les bénévoles de l'association. Notre Président national a envoyé une carte de remerciements. Je vous la livre :

- « - Pour votre engagement face à la maladie,
 - Pour votre implication dans les projets de l'association,
 - Pour votre dynamisme, source d'espoir,
 - Pour votre expérience et vos compétences au profit des familles,
 - Pour construire, demain, cette belle aventure humaine et solidaire,
- UN GRAND MERCI À CHACUN ET À CHACUNE ».

Bonne et heureuse année à tous.

Jean SAUNIER

ASSOCIATION

France Alzheimer Manche

15, rue du Palais de Justice
50200 COUTANCES
02 33 17 16 41

francealzheimer50@coutances.fr

Permanences :

Lundi et mardi : 14h- 17h
Vendredi : 9h - 12h

Directeur publication : Jean SAUNIER

Secrétariat d'édition : Isabelle BOUQUET,
Evelyn RABEC, Anne-Marie LEPASQUIER et
Corentin PERREE

Retrouvez-nous sur la
nouvelle page facebook !



CRÉATION D'UNE ANTENNE GRANVILLE-VILLEDIEU

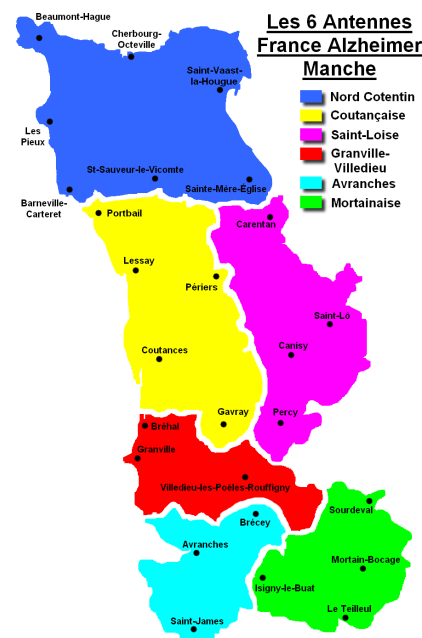
Pour des raisons pratiques, une nouvelle organisation des antennes de France Alzheimer Manche a été mise en place. L'antenne Avranches-Granville couvrant un trop grand territoire, le Conseil d'administration a décidé de scinder ce territoire. Villedieu se rapproche de Granville pour la création de l'antenne Granville-Villedieu.

Une collaboration très étroite avec le CLIC de Granville permet une meilleure organisation des actions et une plus grande efficacité dans l'information.

Une équipe de bénévoles est déjà à l'œuvre et a proposé en janvier sa participation à la « Bouffée d'air », merci à eux. Cette équipe ne demande qu'à se renforcer alors n'hésitez pas à nous rejoindre.

Notre association remercie particulièrement ses partenaires pour leur soutien : les Mairies, les communautés de communes de Granville et Villedieu.

Persuadés que cette antenne permettra une plus grande proximité avec les familles, nous lui souhaitons bon vent.



Sommaire

Page 2 : Agenda

Page 3 : Interview du Dr DRESS

Page 4 : Témoignage d'une aidante, Visite de notre président national, Tous en chœur

Retrouvez toutes les informations de l'association sur : www.francealzheimer-manche.org

Agenda

Formations des aidants familiaux du 1er semestre 2018

(6 séances de deux heures gratuites)

À Carentan :

Les vendredis 23 février, 2, 9, 16, 23 et 30 mars

De 10h à 12h au Centre Hospitalier - 1, avenue Qui Qu'en Grogne.

Autres formations prévues dans l'année à :

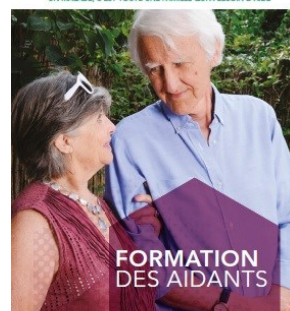
Avranches, Cherbourg, Coutances, Granville, Saint-Lô et Villedieu.

Les dates restent à déterminer.



www.francealzheimer.org

UN MALADE, C'EST TOUTE UNE FAMILLE QUI A BESOIN D'AIDE



FORMEZ-VOUS GRATUITEMENT
AVEC FRANCE ALZHEIMER

Antenne Avranches

Cafés mémoire : les lundis 22 janvier, 19 février, 19 mars et 23 avril à 14h15
au Café Solidaire « Le Ti'Boussa » à Avranches.

Antenne Granville/Villedieu

Groupes de parole : le 3ème vendredi du mois de 14h30 à 16h30 au Logement-Foyer « Les Herbiers » à Granville.

Reprise le dernier vendredi du mois d'avril de 14h30 à 16h30 à la Maison des Services à Villedieu les Poêles.

La Bouffée d'Air : Les 13 février et 13 mars de 15h30 à 17h30 à la Résidence autonomie "Les Herbiers" de Granville.

Antenne Coutançaise

Ateliers de mobilisation cognitive : le jeudi de 14h30 à 16h30 à l'EHPAD d'Agon-Coutainville et
le vendredi de 10h à 12h au Siège de l'Association à Coutances.

Après-midi de convivialité itinérants : de 14h à 17h le mardi 6 février à la Maison du Pays de Lessay et
le 6 mars au Pôle Santé de La Haye du Puits.

Antenne Mortainaise

Après-midi de convivialité : les 23 février, 23 mars et 20 avril à la Ludothèque de Mortain
de 14h30 à 16h30.

Yoga du rire : le vendredi 9 février de 14h30 à 15h30 à l'espace St Hilaire (Salle n°2) - 74, rue de Paris à
Saint Hilaire du Harcouët.

Café rencontre : les mardis 23 janvier et 20 février à 14h15 à l'Auditorium du Forum du Mortainais.

Antenne Saint-Loise

Ateliers de mobilisation cognitive : le mardi de 9h45 à 11h45 et 14h à 16h à la Maison des Associations
à Saint-Lô.

Après-midi de convivialité : le 2ème mercredi du mois de 14h30 à 16h30 à la Maison des Associations
à Saint-Lô.

Café-mémoire : le dernier mardi du mois de 16h à 19h

Maison des Associations (salle n°4) à Saint-Lô : mois de février et mars

Pôle médical de Saint Jean des Baisants : mois de janvier et avril.

Accueil-Écoute : le 1er mardi du mois de 16h à 17h30 à la Maison des Associations (salle n° 4).

Antenne Nord Cotentin

Réunions publiques : les lundis 5 février et 2 avril à l'EHPAD "La Quincampoise" de Cherbourg.

Interview du Dr DRESS, neurologue, chef de service de la consultation mémoire du Centre Hospitalier Mémorial de Saint-Lô

Comment définir la maladie d'Alzheimer ? Quels mécanismes induisent la dégénérescence neurofibrillaire ? Quels facteurs font le lit du développement de ces lésions ?

La maladie d'Alzheimer est une maladie dégénérative du cerveau due à une atteinte progressive des neurones, spécialisés dans les fonctions intellectuelles, cognitives, comme la mémoire, le langage ou les capacités de planification, d'organisation dans les tâches complexes. Par contre, les voies et les centres nerveux correspondant à la motricité ou à la sensibilité ne sont pas atteints.

Deux mécanismes anormaux sont bien visibles au microscope. Les dépôts de substance amyloïde entre les cellules, correspondent à des déchets de mauvaise qualité qui ne peuvent pas être éliminés.

La dégénérescence neurofibrillaire avec des amas désorganisés de microtubules défectueux à l'intérieur des neurones est liée à des anomalies de la protéine Tau.

On ne connaît pas le mécanisme initial qui fait apparaître ces lésions en dehors de rares formes génétiques. Mais, on connaît un certain nombre de facteurs de risque favorisant l'apparition de la maladie comme : la sédentarité, l'absence de stimulation cognitive, l'hypertension artérielle ou certains facteurs génétiques (Apo E).

Depuis la mise en place de la consultation mémoire sur le Centre Hospitalier Mémorial de Saint-Lô, quelles remarques pouvez-vous apporter en ce qui concerne le nombre de malades (progression), l'âge moyen du malade diagnostiqué, la prise en charge du malade, l'après diagnostic, l'isolement, les droits et aides aux aidés et aidants, le statut de l'aidant naturel ?

Le nombre de patients pris en charge dans le cadre de la consultation mémoire Saint Lô / Coutances augmente mais lentement. Probablement, un patient sur deux est pris en charge différemment pour des raisons multiples. Le nombre de patients débutant la maladie d'Alzheimer vers la soixantaine ou même un peu avant augmente légèrement. Certains ont une forme typique, mais d'autres ont des symptômes déroutants : troubles du langage, de la lecture, de l'écriture ou du dessin ; parfois des troubles du comportement pseudo psychiatrique sans atteinte de la mémoire au début.

Nous essayons d'être plus précis dans le diagnostic en particulier chez les personnes peu âgées.

Nous proposons plus souvent des ponctions lombaires qui permettent de doser dans le L.C.R. (Liquide Céphalo Rachidien) la protéine amyloïde et la protéine Tau. Ceci afin de confirmer ou éliminer avec une quasi certitude le diagnostic... Les personnes âgées ont souvent plusieurs maladies associées en particulier dégénératives et vasculaires avec des évolutions difficilement prévisibles.

Le diagnostic posé, une prise en charge la plus globale possible est indispensable avec l'aide de la famille et de l'aidant, du médecin généraliste, des professionnels de santé, des équipes mobiles Alzheimer. L'association France Alzheimer a maintenant une place très importante avec les ateliers mémoire, la formation des aidants et la diffusion d'informations pour les familles et le public. Il reste beaucoup de travail à faire. Certains patients sont réticents aux propositions d'ateliers ou ne peuvent se déplacer. Certaines familles sont désemparées ou sont trop éloignées pour évaluer correctement la situation. Enfin, certains patients sont totalement isolés sans possibilité de trouver un aidant.

Où en est la recherche sur la maladie ? Quel enjeu aujourd'hui ?

La recherche a fait d'importants progrès concernant la compréhension des anomalies responsables de la maladie. Les dépôts de substance amyloïde sont bien visibles sur des scintigraphies particulières. On commence à visualiser la protéine Tau. Ces avancées ont permis de mieux en comprendre l'évolution qui commence 10 ans, 15 ans, voire 20 ans avant le début apparent de la maladie. Ces techniques sont utilisées uniquement dans le cadre de la recherche.

Sur le plan thérapeutique, c'est l'échec après 10 ans d'essais multiples et coûteux. Ils peuvent s'expliquer par un début de traitement trop tardif en particulier dans les formes génétiques ou la nécessité de cibler la protéine Tau pathologique, ce qui est encore plus complexe car le médicament doit pénétrer dans la cellule.

Les médicaments symptomatiques actuels risquent d'être délaissés. Leur effet est modeste mais non nul. La difficulté majeure est d'apprécier objectivement leur efficacité, certains patients réagissant probablement mieux que d'autres.

L'espoir est-il permis alors que les avancées sont lentes au regard des familles ?

L'échec des essais par vaccins ou anticorps monoclonaux ne le rend pas très optimiste avant une dizaine d'années cependant il est nécessaire quand même de se battre pour un diagnostic plus précoce et plus précis. La précocité du diagnostic permet de mieux entourer les patients. Il permet une aide pour une vie presque normale surtout si l'accompagnement par un aidant attentif, patient, dévoué et en bonne santé est présent. Cet aidant devra à son tour être soutenu par sa famille et ses amis.

France Alzheimer s'attache particulièrement à accompagner ces aidants.

Témoignage d'une aidante

Mme Bouillon a bénéficié d'entretiens individuels (présentés dans « Alzheimer INFO » n° 21 d'octobre 2017).

Elle a souhaité nous apporter son témoignage :

« Je suis aidante auprès de mon mari atteint de la maladie d'Alzheimer.

Alors que j'étais au plus mal, j'ai pu, grâce à France Alzheimer, suivre la formation des aidants familiaux animée par Mme Ophélie GESBERT, psychologue spécialisée en neuropsychologie. Cette dernière a su me mettre en confiance et j'ai pu commencer à parler de la maladie.

Ensuite, elle est venue à la maison dans le cadre des entretiens individuels et m'a fait prendre conscience de la maladie en me donnant plein de petits conseils pour adapter mon accompagnement aux troubles de mon conjoint.

J'ai pu prendre la maladie différemment et ça fait très plaisir de savoir que nous sommes écoutés.

Je n'aurai jamais de mots assez grands pour dire merci à France Alzheimer ».

Visite de notre Président National

Ce vendredi 24 novembre 2017, M. JAOUEN, Président de l'Union Nationale des associations France Alzheimer et maladies apparentées, était dans nos locaux Coutançais.

M. JAOUEN est le nouveau visage de France Alzheimer. Agé de 71 ans, ancien aidant, engagé dans le Finistère, il sera membre du Conseil d'Administration de l'Union Nationale puis vice-président. Élu le 25 juin 2015 en remplacement de Mme DESANA, il en deviendra président.

Outre ses nombreuses prises de position, ses attaches bretonnes qu'il défend, et son franc parlé, il va s'attacher à mettre en place la formation des aidants familiaux afin de mieux accompagner le malade au domicile.

À ce jour, sa plus grande fierté, c'est plus de 6 000 aidants formés.

Cette visite dans nos locaux aura permis de rencontrer des aidants en matinée puis de s'entretenir pour un tour d'horizon du département avec l'ensemble des équipes de bénévoles présentes.

Chacun y aura exposé les activités mises en place sur le secteur ou les difficultés rencontrées sur le terrain.



Evelyne RABEC

Tous en chœur - Salle Allende à Saint-Lô



Depuis le mois de février, ils étaient un peu plus de 130 choristes : participants aux activités de l'antenne Saint-Loise, résidents de 10 EHPAD du Centre Manche à répéter le répertoire autour du thème « Y'a d'la joie ».

Ce mercredi 29 novembre à la Salle Allende, avec leurs animateurs et leurs familles, ils ont capté l'attention d'un public venu nombreux.

De « Madame la Marquise » à « Il est où le bonheur » en passant par « Santiano », « C'est bon pour le moral », « La balade des gens heureux » et « Tata Yoyo », ils ont revisité paroles et chants de répertoire de tous temps pour le plus grand bonheur d'une assistance enthousiaste et attentive.

L'antenne Saint-Loise par sa responsable tient à remercier chaleureusement tous les participants, le pianiste, le chef de chœur, les partenaires, les financeurs qui ont permis la réalisation de cette belle journée.

Saint Augustin écrivait « Chanter est le propre de celui qui aime ». Cet après-midi-là, leur voix et leur présence nous ont apporté l'émotion authentique d'un amour partagé.

Evelyne RABEC

Information

Afin de contribuer au respect de notre environnement et d'alléger nos frais postaux, nous vous proposons de vous envoyer les prochains « Alzheimer INFO » par mail. Si vous êtes intéressé, merci de nous rendre réponse à l'adresse suivante : francealzheimer50@coutances.fr