

RAPPORT D'ACTIVITÉS 2023



**Assemblée générale
du 18 avril 2024 à Auray**

Sommaire

1	<i>Rapport moral</i>	p.3
2	<i>Historique de l'association</i>	p.4
3	<i>Nos missions</i>	p.6
4	<i>Les adhérent.e.s</i>	p.8
5	<i>Organisation et fonctionnement</i>	p.9
6	<i>Actions de communication</i>	p.16
7	<i>Activités dédiées aux familles</i>	p.19
8	<i>Représentation des usagers, partenariats</i>	p.30
9	<i>Projets 2024 de l'association - remerciements</i>	p.31

2023, Une année de changements

Face à l'isolement dont peut souffrir l'aidant familial et aux attentes qui sont les siennes, FA56 est un lieu d'information, d'orientation, ainsi qu'un espace d'écoute et de soutien permettant le partage d'expérience.

Il est parfois difficile de faire la démarche de demander de l'aide extérieure mais seul le premier pas compte ! Le fait de rencontrer d'autres aidants qui vivent une situation comparable à la sienne peut être d'un grand soutien et peut rompre le sentiment de solitude fréquemment ressenti par les aidants qui vivent au quotidien avec leur proche malade. Souvent l'entourage amical et même familial ne se rend pas compte de ce que cela implique d'accompagner son proche et l'on peut se sentir incompris, parfois même jugé.

La présence de bénévoles, qui pour beaucoup ont vécu une situation semblable, permet de se sentir entouré, de recevoir des conseils pratiques, de profiter des expériences vécues. De nombreuses actions sont proposées en groupe et c'est un moyen de relancer une vie sociale parfois diminuée pour la personne malade et son aidant familial.

La vigilance de notre association consiste à rester toujours en lien avec les partenaires publics du secteur, ainsi avec les nouvelles plateformes de répit nous proposons des actions complémentaires, et non semblables. La généralisation des accueils de jour après la loi 2002-2 nous a conduit à la fermeture, en 2023, du service d'accueil créé par l'AFAD de Lorient en 1990.

Créée il y a bientôt 40 ans, à l'initiative de familles et de professionnels du secteur médico-social, l'Union France Alzheimer et maladies apparentées a pour objectif d'améliorer la prise en soin des personnes malades et des familles.

Comme dans près de 100 départements, FA56 propose un dispositif complet d'actions pour les personnes malades, pour leurs proches aidants et pour le binôme aidants-aidés. Elles seront présentées dans le rapport d'activité, préparé par K.Aouina, nouvelle coordinatrice.

Nous affirmons 2 missions essentielles :

- Soutenir les personnes malades et leurs familles
- Informer / sensibiliser l'opinion publique et les pouvoirs publics

L'union FA est aujourd'hui en France la seule association nationale de familles reconnue d'utilité publique. Elle mène une action reconnue de plaidoyer à destination des pouvoirs publics avec pour objectif d'optimiser les conditions de prise en charge et en soin des familles.

France Alzheimer écrira dans ce sens aux candidats aux élections européennes du 9 juin prochain, et je propose à chacun d'être attentif aux déclarations politiques.

La France aura 81 députés au parlement Européen. Pour l'instant, à deux mois du scrutin, 47 euro-députés ont fait état de leur envie de rempiler. L'élection se déroule au suffrage universel direct à 1 seul tour. Les électeurs votent pour une liste de candidats regroupés par tendance politique.

Chaque parti politique doit présenter une liste avec un nombre de candidats correspondant au nombre de députés à élire. En France, chacune doit ainsi comporter 81 noms.

2. Historique de l'association

L'association France Alzheimer Morbihan a été créée le 28 avril 2016.



FA56 appartient au réseau de l'Union nationale des associations France Alzheimer et maladies apparentées, qui réunit aujourd'hui 101 associations départementales.

Par ce réseau, FA56 bénéficie de différentes ressources, humaines, techniques, financières, et de l'expérience tant de l'Union que des autres associations départementales.

FA56 adhère à l'Union et s'engage à respecter les statuts, le règlement intérieur et la charte éthique de celle-ci, tout en conservant sa pleine responsabilité administrative, juridique et financière.



Le siège de l'Union nationale France Alzheimer est reconnu d'utilité publique. L'association France Alzheimer 56 est reconnue d'intérêt général (et peut à ce titre recevoir des subventions publiques, des dons manuels et des legs.



15 mars 2022 :

Visite de contrôle d'un représentant
"Don en confiance" qui a salué le travail fait
par l'association du Morbihan.



FA56 s'adresse en priorité aux familles touchées par la maladie d'Alzheimer ou une maladie apparentée.

- En effet, plusieurs maladies, regroupées sous le terme générique "maladies apparentées", possèdent des caractéristiques propres même si leur point commun est la dégénérescence neuronale. Elles n'ont pas toutes la même évolution, elles ne relèvent donc pas de la même prise en charge, ni du même traitement.
- Parmi les plus fréquentes, on distingue :
 - La maladie à corps de Lewy
 - Les dégénérescences lobaires fronto-temporales
 - La paralysie supranucléaire progressive
 - La dégénérescence cortico-basale
 - L'encéphalopathie vasculaire
 - Les démences alcooliques
 - Le syndrome de l'aphasie primaire progressive
 - Le syndrome de l'atrophie corticale postérieure

Pour en savoir plus, contactez l'association

demandez la fiche pratique France Alzheimer "maladies apparentées à la maladie d'Alzheimer"

3. Nos missions



Accueillir, écouter, informer

FA56 accueille, écoute et informe toute personne concernée par une maladie d'Alzheimer ou apparentée. Cet accueil est à la fois téléphonique et physique, dans les locaux de l'association ou à domicile.



Accompagner et soutenir les proches aidant.e.s

FA56 propose des actions dédiées à celles et ceux qui aident à titre non professionnel une personne malade (famille, entourage, ...) :

- La formation des aidants : mieux comprendre pour mieux accompagner
- Des activités pour s'accorder du temps : en participant soi-même à une activité, ou en prenant du temps libre pendant que son proche malade est accueilli en activité
- Des moments pour partager son vécu, exprimer son émotion (groupe de parole, soutien psychologique individuel)



Accompagner et soutenir les personnes atteintes d'une maladie d'Alzheimer ou apparentée

Quel que soit le stade de la maladie, FA56 propose des activités thérapeutiques et conviviales aux personnes malades. Les objectifs des activités physiques et de bien-être pour les personnes atteintes d'une maladie d'Alzheimer ou apparentée sont de prendre conscience des capacités physiques et psychiques préservées, de favoriser le lien social, d'apprendre à gérer le stress généré par la maladie et de retrouver confiance en soi. Parmi ces actions :

- Activité physique adaptée (marche/randonnée/gym douce)
- Atelier nature
- Musicothérapie
- Accueil en Halte Relais (après-midi conviviaux avec stimulation cognitive)
- Initiation Tennis de table

Accompagner et soutenir les personnes malades et aidantes ensemble



Face aux difficultés que peuvent rencontrer les familles au quotidien, l'isolement social que peut engendrer la maladie, l'inactivité notamment au niveau loisirs et culturelle qui peut en découler chez la personne malade et son aidant.e et la difficulté à pouvoir garder des moments d'échanges autour d'une activité ludique, FA56, comme tout le réseau FA, propose depuis plusieurs années des actions de convivialité aux familles. Cela permet de partager un moment de détente, de convivialité, de se réunir avec d'autres familles qui vivent la même situation, autour d'une activité ludique et conviviale, en réinvestissant des lieux publics partagés par tous :

- Cafés-mémoire France Alzheimer
- Journées conviviales
- Séjours-vacances

Travailler avec les acteurs intervenant dans le parcours d'aides et de soins des personnes



L'association participe tout au long de l'année et sur l'ensemble du territoire départemental aux travaux engagés avec et par les partenaires sanitaires, sociaux, médico-sociaux, publics et privés qui interviennent dans le parcours d'aides et de soins des personnes.

Sensibiliser le public



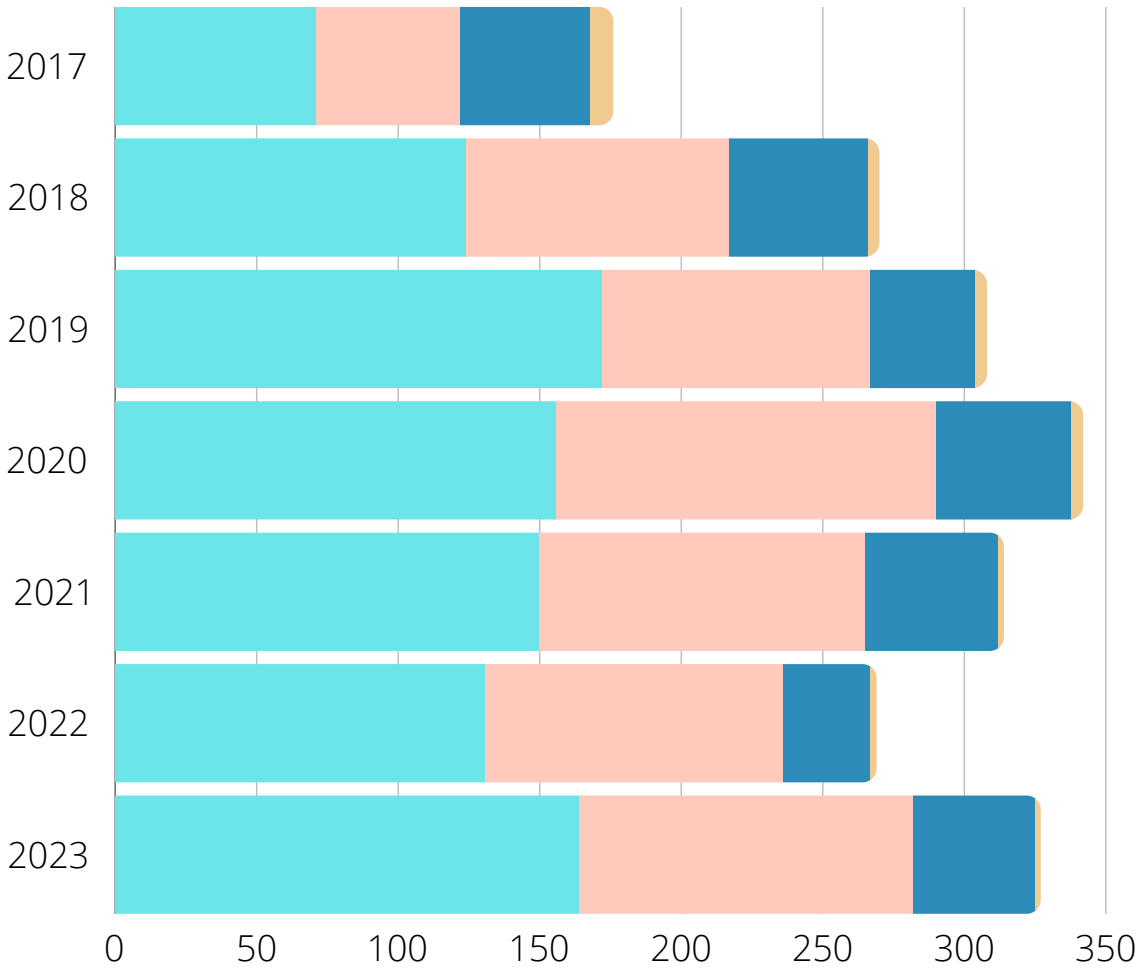
France Alzheimer et maladies apparentées se bat depuis des années pour déconstruire les préjugés et changer le regard de la société sur les personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer ou d'une maladie apparentée. La peur d'être stigmatisé pousse souvent les personnes malades à s'isoler, voire à retarder l'annonce du diagnostic. Or, au plus tôt celui-ci est posé, au mieux le parcours de soin peut être adapté.

Les préjugés sont tenaces et il est fondamental de continuer à sensibiliser, informer, convaincre, fédérer.

C'est pourquoi FA56, à travers ses actions au quotidien, ou des événements forts durant l'année, oeuvre également pour faire prendre conscience que chacun.e a un rôle à jouer face à la maladie, et que le changement de regard de la société est essentiel afin de bâtir ensemble une société inclusive.

4. Les adhérent.e.s

	Aidants	Personnes vivant la maladie	Bénévoles	Organismes, associations	Total adhérents
2017	71	51	46	8	176
2018	124	93	49	4	270
2019	172	95	37	4	308
2020	156	134	48	4	342
2021	150	115	47	2	314
2022	131	105	31	2	269
2023	164	118	45	2	329



En 2023, sur un total de 329 personnes, nous remarquons que 151 personnes sont de nouveaux adhérents. Ce qui signifie que 50% sont issues des années précédentes et 50% sont des nouveaux.

Depuis la création de l'association, le nombre d'aidants et de personnes vivant la maladie a doublé.

Le nombre d'adhérent.e.s à l'association reflète une partie spécifique des personnes en lien avec FA56. En effet, l'accueil, l'écoute et l'information aux personnes qui contactent FA56 est une mission prioritaire que l'association exerce au service de tout public, sans condition d'adhésion préalable, ni limite dans le temps. Ce soutien apporté : l'orientation vers les services adéquats, génère une activité quotidienne importante.

5. Organisation et fonctionnement

A. Vie associative

En 2023, l'association France Alzheimer a réuni les instances internes suivantes :

- **1 assemblée générale** : ordinaire, le 05 mai 2023 à Saint Nolff
- **5 conseils d'administration** : Février, deux en avril, septembre et novembre
- **8 bureaux associatifs**



Les échanges du 1er semestre 2023 ont principalement concerné l'analyse du bilan financier 2022 et la perspective de fermeture du service Halte Relais de Lorient. La décision a été prise lors de l'assemblée générale ordinaire. Elle a été adoptée les rapports : moral, financier et des activités pour l'année 2022.



Réseau des associations FA et lien avec l'Union nationale

Au niveau national, l'association participe à la vie de l'Union. En 2023, elle a pris part aux rencontres France Alzheimer, à l'AG et Congrès des Président.e.s en juin et en décembre. Les bénévoles et salariés du réseau ont aussi l'occasion de se rencontrer à l'occasion des formations visio ou présentiels.

Des contacts avec d'autres associations FA sont l'occasion de partage d'expériences.

B. Moyens humains

L'équipe bénévole

En 2023, FA 56 a bénéficié de l'engagement de **45 bénévoles** différents (chiffre en augmentation par rapport à 2022). 38 femmes et 7 hommes

42 personnes retraitées

et 3 en activité professionnelle ou sans emploi



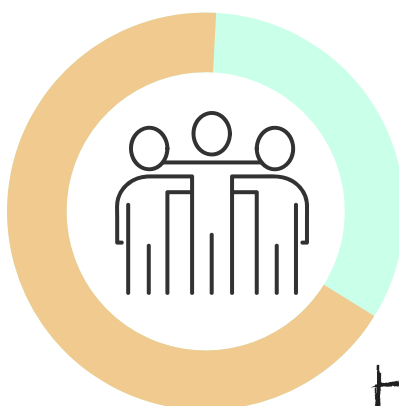
Missions des bénévoles

En **2023**, le nombre d'heures de bénévolat au sein de l'association est estimé à près de **8070 heures**, soit **4.1 équivalents temps plein**

25 %

du temps bénévole
dédié au fonctionnement
de l'association et à
sa représentation

Soit 1952h consacrées
aux CA/bureaux,
comptabilité, logistique,
partenariats,
forums/conférences, ...



75%

du temps bénévole
passé avec les familles

Soit 6118h
consacrées aux
activités régulières,
journées conviviales,
séjours-vacances et
formation des
aidants.



A FA56, être auprès des familles est la motivation principale des candidats bénévoles. Le fonctionnement de l'association ainsi que sa représentation sont principalement assurés par les membres du conseil d'administration et du bureau, soutenus par d'autres bénévoles selon les besoins. En effet, FA56 est de plus en plus sollicité par les partenaires du secteur pour intervenir lors d'évènements, participer à des réunions et groupes de travail.

Moyens de communication entre et avec les bénévoles



- Un groupe commun (actualités de l'association et du secteur)
- Des groupes-thématiques (randonnées, séjour-répît, atelier nature, etc...)

Le partage d'informations collectives se fait surtout par mail et via Whatsapp :



Les formations suivies par les bénévoles en 2023

- Formation initiale des bénévoles: présentiel Paris et Vannes, (8pers.)
- Formation de formateurs des formations des aidants : à distance, 1 pers.
- Formation encadrement des séjours nationaux : à distance, 2 pers.
- Formation FAGEST (**F**rance **A**lzheimer **G**estion des adhésions et des dons)

Commissions thématiques

Deux commissions créées en 2021 pour permettre aux volontaires de s'impliquer dans un champ d'action particulier de l'association, se sont réunies :

- Commission Journées conviviales
- Commission Séjours répît

L'équipe salariée

En 2023, FA56 comptait 4 salariées (soit 3.32 équivalents temps plein au 31/12).

Basées au siège à Vannes et intervenant sur l'ensemble du département



Kenza Aouina, coordinatrice qui remplace Julie Billois

en charge du fonctionnement général de l'association, l'équipe salariée et l'équipe bénévole. S'occupe de la recherche de subventions et du travail partenarial interne et externe. Organise et participe aux journées conviviales et aux séjours répit



Angélique EVANNO, chargée de l'accueil, de la gestion administrative et du suivi de familles

Christophe NOGRE, chargé d'accueil et du suivi des familles depuis le 1er novembre



Ils assurent l'accueil physique et téléphonique de l'association. 1er contact avec les familles au siège, et à domicile, ils engagent un suivi lorsque nécessaire, et orientent vers les ressources adaptées comme vers nos activités. Ils organisent les formations des aidants. Angélique Evanno s'occupe de la gestion administrative de FA56.

Lisa Le Cadet, stagiaire en formation de BTS ECF (Conseillère en Économie Familiale et sociale) de mai à fin juin 2023

Lisa a participé à la mise à jour du Guide FA 56.



Basées à la halte-relais à Lorient

Christelle HORELLOU, référente et Isabelle Sorin

Elle a animé ce service qui accueillait des personnes malades pour des activités. Elle a assuré le transport, le programme des animations et les intervenants ponctuels. Elle a été le lien avec les familles et bénévoles de la halte.

Suite aux décisions prises en Conseil d'Administration et en Assemblée Générale en mai 2023, la fermeture de ce service a été organisée en septembre et a conduit au licenciement économique des deux professionnelles.

L'équipe salariée s'est réunie chaque 1er mardi matin du mois.

Pour la formation professionnelle, l'association FA56 adhère à l'OPCO Santé.

C. Moyens matériels

Les locaux jusqu'au 25 octobre 2023

Le siège social de l'association est situé à Vannes (47 rue F. Le Dressay) dans la Maison des Familles dont l'UDAF est propriétaire. L'association dispose d'un bureau d'accueil, un double-bureau, et une salle de réunion.



Au local de l'association, peuvent avoir lieu :

- L'accueil et les rdv avec les familles
- La sophrologie pour les personnes malades le mercredi matin
- Les entretiens individuels de soutien psychologique
- Les divers rendez-vous (partenaires, candidats bénévoles,...)
- Les réunions internes à l'association
- Les FAI (Formation des Aidants)

Sans modifier son siège social à l'UDAF de Vannes, FA56 loue depuis le mois de novembre 2023, 3 bureaux à Saint Avé, dans le bâtiment annexe du CLARPA.

A Lorient, l'association a loué à l'office HLM Lorient Habitat un appartement 14 rue Jules Massenet dans le quartier du Bois du Château jusqu'en novembre 2023. C'est dans cet appartement qu'était organisée la Halte-Relais.



Ce local permettait :

- D'autres activités de l'association (groupe de paroles, ...)
- Les rdv avec les familles et entretiens individuels de soutien psychologique
- Les rdv avec des partenaires, candidats bénévoles

Les réunions internes à l'association

Outils de téléphonie et informatique



3 lignes téléphoniques :

- La ligne d'accueil de l'association
Angélique Evanno : 07 83 43 13 00
- La ligne de Christophe Nogré Lorient :
07 83 88 40 75
- La ligne directe de la coordinatrice
Kenza Aouina : 07 68 66 68 09



6 adresses-mails :

Accueil : par Angélique Evanno

- france.alz.56@gmail.com
- accueil56@francealzheimer.org
- france.alz.lorient@gmail.com (Christophe Nogré)

Coordination : par Kenza Aouina

- france.alz.vannes@gmail.com
- Présidence : presidency.fa56@gmail.com
- presidency56@francealzheimer.org

Outils de communication

Une lettre d'information paraît régulièrement. Elle est envoyée par courrier aux adhérents, et par mail aux intervenants, et aux partenaires.

En 2023, 4 lettres d'infos ont été diffusées.



Nouveau
design !

Un site web départemental :

www.francealzheimer.org/morbihan/

grâce à l'Union qui offre un cadre personnalisable.



Une page Facebook qui contribue à faire connaître l'association auprès du grand public. Y sont publiées des informations sur la maladie, et sur les événements de l'association.



une page Instagram pour informer plus particulièrement les jeunes.



Guide pratique Morbihan

« Maladie d'Alzheimer et maladies apparentées, mieux comprendre pour mieux accompagner »

Il recense et explique les dispositifs d'aide, d'accompagnement et de soin aux personnes, les dispositifs financiers, juridiques et techniques. A chaque aide est associé un répertoire pour faciliter l'accès aux ressources dans le département.

- **2018 : 1ère édition, 6500 ex. diffusés, stock épuisé**
- **2020 : 2nde édition, actualisée, et réimpression de 6500 ex.**
- **2023 : 3ème édition actualisée, 6500 exemplaires**

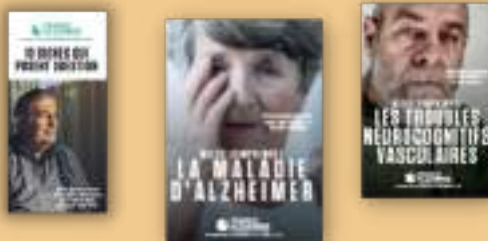
Disponible **gratuitement**, ce guide est diffusé aux familles autant par FA56 que par **les professionnels** qui **plébiscitent son utilité**. Les salariées et bénévoles gèrent l'actualisation du contenu, et la diffusion du guide (postale ou en direct lors de rdv, forums, réunions,...).



Médiathèque de l'Union nationale France Alzheimer

L'Union élabore des dépliants, brochures et fiches pratiques pour les familles, les partenaires, le grand public.

1ers repères sur la maladie



Au quotidien



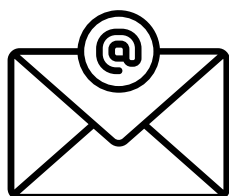
Comprendre et faire face



Actions France Alzheimer



et des vidéos :



Envie de découvrir les ressources documentaires France Alzheimer, de les diffuser ? N'hésitez pas à nous contacter !

6. Actions de communication

FA 56 dans les médias

Le Télégramme

**ouest
france**

L'association diffuse des articles de presse et est également sollicitée par elle.

Des partenaires font aussi référence à notre collaboration dans leurs propres communications.

Septembre 2023

Journée Mondiale Alzheimer = deux journées de mobilisation

Article couvrant les deux randonnées "ouvertes à tous",

ainsi que le Ciné-débat et la signature de la charte Club aidant

Signature de la Charte Ville Aidante Vannes

Le challenge d'Erwan Le Beau



Octobre 2023

Recherche d'un nouveau lieu pour

accueillir le Café Mémoire et un local

pour nos activités sur Lorient

Journée des Aidants : Initiative ventes

de roses jaunes par le Lions Club

Armor



Décembre 2023

Réactualisation du Guide 2023



Journée mondiale Alzheimer 2023



En 2023, la thématique nationale était « Les bienfaits de l'activité physique adaptée ». L'activité physique est un traitement non médicamenteux efficace pour la maladie d'Alzheimer, FA 56 a choisi de mettre l'accent sur une de ses activités phare : la randonnée. Deux randonnées "ouvertes à tous" ont été proposées, à Vannes et à Lorient.

Nous avons clôturé cette journée en offrant un ciné débat au cinéville Parc Lann de Vannes autour du film "Une vie démente". Les objectifs étant d'informer et sensibiliser le public à la maladie d'Alzheimer et apparentées. Nous avons profité de ce moment pour signer la première charte Club Aidants avec le Club de tennis de table de Plescop Grand Champs

L'association a en effet à cœur, depuis sa création, de proposer des journées conviviales, car **la recherche de convivialité fait partie des 1ers besoins exprimés par les familles** lors de leur prise de contact avec FA 56.



Forums et Portes ouvertes 2023

Samedi 13 mai 2023 Salon Santé Bien être - Saint Nolff

Mercredi 6 sept Porte ouverte au Centre social de Ménimur - Vannes

Samedi 7 Septembre 2023 - Forum des associations - Vannes

Samedi 9 Septembre 2023 Forum des Assos - Lorient

Du vendredi 14 au samedi 15 septembre La Caravane des Aidants

Mercredi 28 septembre Forum des Aidants - Vannes

Lundi 9 octobre Table ronde semaine de la Santé Mentale EPSM Saint Avé



7. Les activités dédiées aux familles.

A. Accueil, écoute et suivi des familles



L'accueil physique et téléphonique sans rdv

L'accueil est assuré du lundi au vendredi (sauf mercredi) de 9h à 16h, au siège de l'association et par téléphone, avec possibilité de rdv fixés en dehors de cette plage-horaire.

En 2023, FA 56 recense en moyenne 5 nouvelles demandes de familles par semaine. Le besoin d'écoute et de discussion est le 1er motif d'appel. Ces entretiens durent environ 50min. Les personnes reçoivent des informations sur les aides existantes du territoire, sur nos activités et elles sont orientées vers les professionnels et services adéquats.

Les familles et professionnels contactent FA56 de leur propre initiative (site internet, presse, connaissance du réseau FA, bouche-à-oreille) ou sur orientation (Espace Autonomie, plateformes de répit, Équipes Spécialisées Alzheimer,...).

Les permanences de l'association

L'association a poursuivi ses permanences sur rendez-vous :

A **Muzillac**, dans les locaux de la communauté de communes Arc Sud Bretagne **sur rdv**)



A **Redon**, au Centre Ressources Santé Pays de Vilaine .

Des nouvelles permanences tenues par des bénévoles sont proposées
au GHBA à Vannes

2 fois par mois le mercredi matin depuis le mois de septembre 2022.

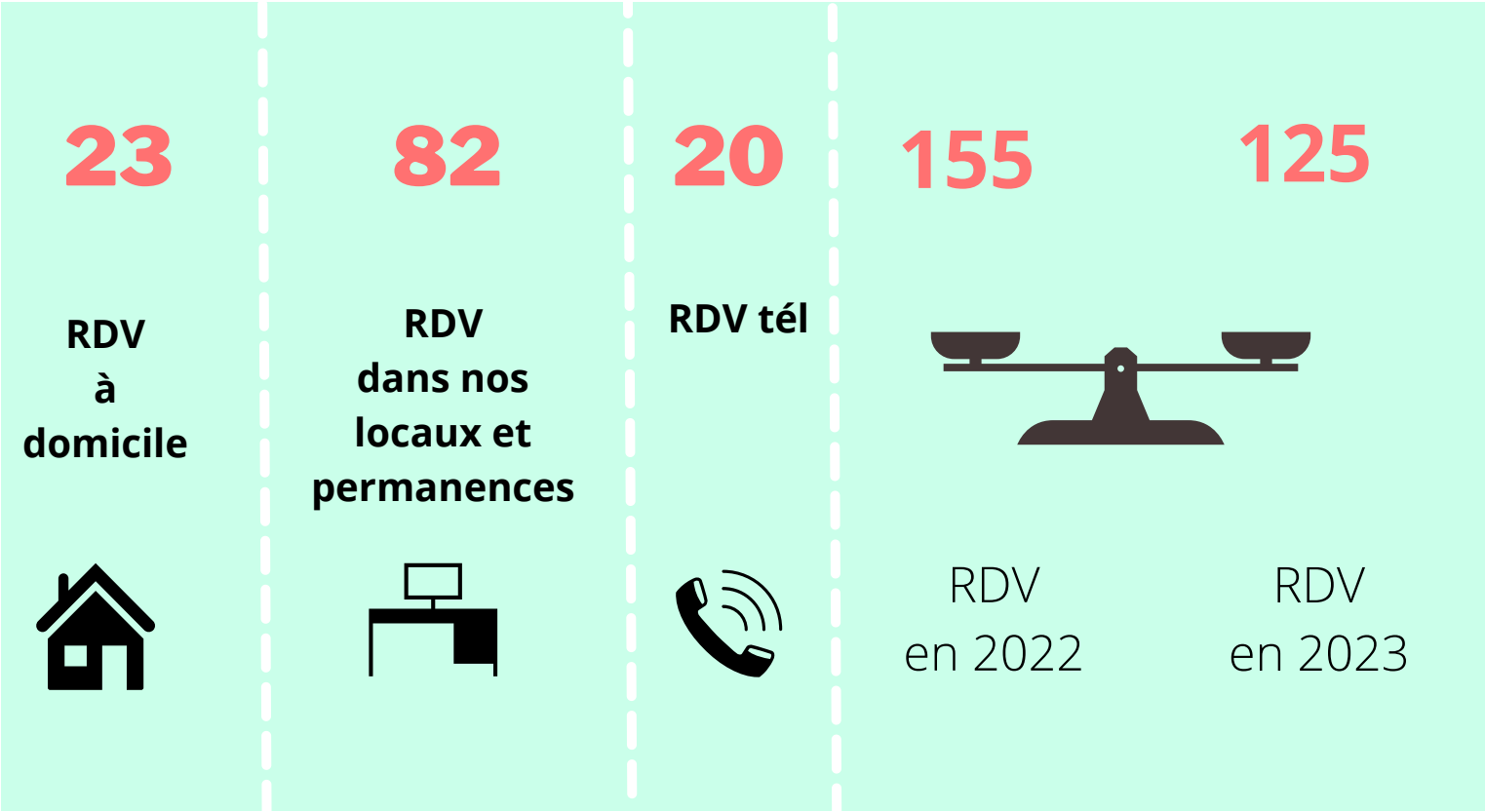




Les rendez-vous avec les familles

Depuis notre déménagement de nos bureaux à Saint Avé, nous avons constaté une augmentation du nombre de familles qui se présentent sans rendez-vous. L'accompagnement des familles est proposé sur l'ensemble du département par Angélique Evanno.:

- **Rendez-vous dans les locaux de l'association**
- **A domicile si besoin**



En Bretagne, Isabelle Le Galo est également personne-ressource pour les familles concernées par une maladie à Corps de Lewy.

B. Actions dédiées aux aidant.e.s

Les 5 plateformes de Répit mises en place en septembre 2022 ont été positionnées comme coordinatrices de la réponse aux aidants, quelle que soit la situation de leur proche, sur leur territoire.. FA 56 est en contact avec chacune d'elles pour articuler cette réponse au public qu'elles ont en commun.

Formations des aidants

Action gratuite et sans condition d'adhésion à l'association, **la formation des aidants est un axe prioritaire** du mouvement. Ses objectifs sont :

- Mieux comprendre les mécanismes de la maladie
- Mieux évaluer ses possibilités et savoir reconnaître ses limites
- Mieux connaître les aides dont on peut bénéficier
- Mieux adapter ses attitudes pour maintenir une relation d'échange.

3 formations des aidants en 2023

26 proches aidants formés

1 session de FAI en EHPAD à l'EHPAD de la Villa Tohannic ouverte à tous les EHPAD

Depuis , cette action est modélisée par l'Union.

*FAI en EHPAD
programmées en
2024 :
Malestroît et
Lorient*

Projet de formation Maladie à Corps de Lewy (MCL) la Bretagne région pilote



La formation prévue en 2023 a été annulée faute de participants malgré la communication de l'association via la Lettre d'informations

2023

Entretiens individuels de soutien psychologique



Anne-Lise Gapaillard



Gwenaëlle Le Berre



Mahlia Garnaud



Marie Rognan-Quéré

L'association FA56 travaille avec 4 psychologues libérales qui, en parallèle, travaillent toutes en EHPAD. La prise en charge de l'Union nationale FA prévoit 3 entretiens d'1h/personne.

En 2023 :

- **106 entretiens de soutien** ont été menés (légère baisse en 2023)
- **auprès de 41 bénéficiaires** différent.e.s.

Ces entretiens font l'objet d'une convention entre l'Union FA et la CNSA, aussi, comme pour les formations des aidants, ce dispositif est accessible sans condition d'adhésion.

Groupes de parole

Auray

12 séances, 3 aidants

Lorient

11 séances, 11 aidants



Vannes

dédié aux aidants dont le proche en hébergement collectif"
6 séances, 8 aidants

Les groupes de Lorient et Vannes ont connu une augmentation de la fréquentation. La Plate de Répit d'Auray proposant un groupe de parole avec un accueil de la personne malade, le groupe de parole d'Auray s'est arrêté en février 2024.

Comme les formations des aidants et les entretiens de soutien psychologique, les **groupes de parole** sont **animés par les psychologues de FA56 sans condition d'adhésion.**

20

séances

7

participant.e.s
différents



La sophrologie permet à l'aidant de **souffler** et **prendre du recul**. Elle favorise une **meilleure gestion de ses émotions**, un **lâcher prise** et un meilleur **sommeil**. Elle permet de **retrouver de l'énergie** et d'apaiser son esprit.



Face à ces constats, l'association a décidé de proposer une alternative aux séances hebdomadaires en privilégiant à une activité pérenne, la **proposition d'un atelier de 10 séances "Sophro et entraide" sur une période donnée pour favoriser l'engagement et la continuité** :

2 cycles ont été proposé : 1 cycle début 2023 et 1 cycle fin 2023



Avec un temps d'échange et de paroles basé sur la technique de l'**éducation thérapeutique du patient** (à laquelle C. Blot est formée)



Avec une solution d'accueil pour le proche malade assuré en parallèle et à proximité par des bénévoles de l'association.

Tennis de table

Suite au succès de la journée d'initiation au Tennis de Table, en partenariat avec l'ESPTT Entente Sportive Plescop-Grand Champ, l'Association a proposé une activité tennis de table un mardi par mois.

Accompagnés d'un éducateur sportif salarié du Club de Plescop Grand-champ et d'une équipe de bénévoles, des binômes Aidants/Aidés ont pu participer à trois séances fin 2023.

Cette action sera renouvelée en 2024.



C. Actions dédiées aux personnes malades

Halte-Relais de Lorient : octobre 2023 fin de ce service

Animée par des professionnelles et bénévoles formées, la Halte-Relais fut un lieu chaleureux, "comme à la maison" où le programme était adapté aux envies et besoins des personnes malades, un ou plusieurs après-midis par semaine. Un dispositif utile pour accepter le répit en journée complète en Accueil de Jour



les atouts :

1. Pour la personne atteinte d'une maladie d'Alzheimer ou apparentée :

- Sortir de chez soi, Partager des temps de convivialité et d'échanges en petit groupe, et en 1/2 journée
- Participer à des activités adaptées : jeux, jardin au balcon, gym douce, musique...

2. Pour son proche aidant :

- Confier son proche à des personnes formées, partager avec les professionnelles, et autres aidants
- Prendre du temps pour soi

Le déficit de fonctionnement de la Halte a atteint 50% de l'activité en 2022, soit 30 000€ sur 60 000€. La baisse de fréquentation due à la période de confinement COVID, n'a pu retrouver le niveau de 2019 avec 600 présences en 2022 au lieu de 950. Malgré l'implication des 2 professionnelles et des bénévoles, l'association n'a pu maintenir ce service créé par l'association AFAD, dans une période ancienne où les accueils de jour n'existaient pas encore.

	J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D	tot
2019	108	95	92	95	81	82	88	44	71	75	67	50	948
2020	80	70	19			53	61	37	67	48	18	28	463
2021	48	42	54	62	60	63	41	30	47	59	47	33	586
2022	33	34	52	53	54	51	55	33	62	70	56	46	599
2023	81	74	83	51	61	82	63	24	65	48			632

Tarifs : Nouveaux tarifs en 2023 suite à la validation de CA en 2022

Depuis 2022, les tarifs journaliers de la Halte-relais sont les suivants :

- 12€ pour les personnes seules ayant - de 1000€/mois, ou les couples ayant - de 1500€/mois
- 16€ pour les pers. seules ayant entre 1001 et 1600€/mois ou les couples entre 1501 et 2100€/mois
- 22€ pour les personnes seules ayant + de 1601€/mois ou pour les couples ayant + de 2101€/mois

Randonnées

C'est une **action-phare de l'association** qui, peu de temps après sa création, a décidé de proposer des randonnées aux personnes atteintes de maladie d'Alzheimer ou apparentée pour :

- entretenir sa forme physique et psychique grâce à une activité "grand public"
- réduire l'anxiété
- maintenir le lien social
- permettre du répit à l'aidant

L'animation par un professionnel de l'activité physique adaptée est primordiale au regard des bienfaits thérapeutiques du sport, de la pratique en collectif, et de la régularité des séances (hebdomadaire). Les bénévoles volontaires effectuent le transport des personnes sans solution de déplacement.



Lorient :
41 séances
6 participants en moyenne,
12 participants bénéficiaire

Patrick Jollé
groupe Siel Bleu

Vannes :

41 séances le matin
41 séances l'après-midi
6 participants en moyenne,
13 participants bénéficiaires



Maëlle Mahé
Micro-entreprise

A Lorient :

le **groupe Whatsapp permet organisation et convivialité**. Infos sur la rando du jour et photos partagées en direct. L'association rencontrait en 2021 une problématique de recrutement et fidélisation des bénévoles , qui a trouvé des solutions en 2022.

A Vannes :

- **En 2023, une randonnée supplémentaire a été proposée sur le secteur de Vannes le matin pour des personnes ayant plus de difficulté à la marche.**

Hausse de la demande et des orientations professionnels sur ce secteur.

Lorsque la météo n'est pas favorable, l'activité peut être proposée en salle (gym douce, équilibre)

2023 = Renouvellement des équipes bénévoles randos



Atelier nature

En 2020, **FA56 a signé une convention avec l'association les Apprentis Nature** pour organiser la venue d'un groupe chaque vendredi après-midi.

L'ouverture des ateliers du vendredi à toutes et tous permet une mixité des personnes et des âges appréciés par le groupe. Il permet de stimuler les sens et de préserver les capacités cognitives existantes. C'est également un lieu propice au partage, aux échanges et à la vie sociale. En 2023, 1 bénévole a accompagné régulièrement 1 à 2 personnes à cette activité.



jardinières à hauteur réglable reçues suite à la réponse un appel à projet co-écrit entre les 2 associations en 2020.



2023

30 séances
en moyenne

Depuis l'Union a modélisé une action jardinage :

L'association propose depuis le mois de novembre 2023 une activité nature pour les aidés le mardi tous les 15 jours, accompagnés d'une équipe de 2 à 3 bénévoles.



Musicothérapie

L'association propose une séance hebdomadaire à Muzillac le mercredi (17h-18h30). L'animation est assurée par Catherine Boussion, Musicothérapeute professionnelle.

2023

27 séances

7 participants
différents



La musicothérapie est une **forme thérapeutique utilisant la musique pour soulager les personnes atteintes d'une maladie d'Alzheimer ou apparentée**, de certains symptômes.

Elle permet de **réduire l'anxiété et l'agitation**, tout en tentant de **stimuler la mémoire**. Elle fait aujourd'hui partie des outils de médiation et de stimulation privilégié pour prendre en soin les personnes malades. **L'anxiété, le stress, les signes de déprime sont inhérents aux maladies neuroévolutives, la musicothérapie permet d'agir directement dessus.** L'écoute de la musique est en outre une activité que l'aidant et son proche peuvent partager ensemble, en séance, mais également à leur retour à domicile, ce qui contribue à maintenir la communication et le lien social.

Sophrologie

Comme les années précédentes, la sophrologie pour les personnes malades a eu lieu à **Vannes chaque semaine**, le mercredi matin. Les séances sont animées par Céline BLOT, sophrologue professionnelle.

35

séances

8

participant.e.s
différent.e.s



Pour les personnes malades, les bienfaits de la sophrologie passent par l'**apaisement** lié au rythme lent, la détente amenée par les **exercices corporels doux** et la **respiration**. Les parties du corps raidies se relâchent. **Des sensations et émotions agréables apparaissent.**

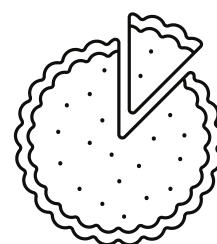
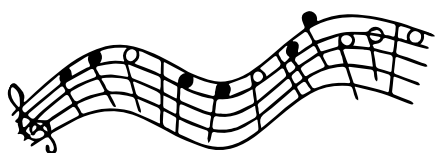
Musicothérapie et Sophrologie



Depuis le **16 octobre 2023**, nous proposons une activité de 2 heures sophrologie et musicothérapie pour offrir des activités enrichissantes et deux heures de répit aux aidants.

Cette activité a lieu le lundi tous les 15 jours au Centre Socio culturel Henri Matisse à Vannes.

Elles accueillent jusqu'à 8 personnes. Elles sont accompagnées par Céline Blot, Catherine Boussion et une bénévole.



D. Actions dédiées aux couples/binômes

Cafés-mémoire France Alzheimer

3 cafés-mémoire (CM) France Alzheimer existent en Morbihan : à Vannes, Locmiquélic et sur la presqu'île de Quiberon.

Leur animation est assurée par **20 bénévoles environ**, soit la moitié des bénévoles FA56. Leur spécificité c'est leur **grande fréquence** : hebdomadaire à Vannes ! et 2 x par mois ailleurs. Les séances ont lieu toute l'année et sont suspendues lors des fermetures périodiques de l'association (3 semaines en été, 1 semaine à Noël,...). Les séances ont eu lieu en 2023 :

à **Vannes** chaque lundi après-midi,

à **St Pierre-Quiberon** le 1er et 3ème mardi après-midi du mois,

à **Locmiquélic** le 2ème et 4ème jeudi du mois.

Vannes : Le CM de Vannes se tient à la **salle communale de Boalgo**, mise à disposition gratuitement par la ville de Vannes. Les 44 séances de 2023 ont compté en moyenne la participation de 20 personnes.

St Pierre Quiberon : En 2023, le café-mémoire a réuni une dizaine de participant.e.s différents. France Alzheimer 56 confie l'animation de ce café-mémoire **café Le Kraken** à l'association l'Envolée via une convention signée en mars 2021.

Lorient depuis octobre 2020, le café-mémoire a réuni en moyenne 16 participant.e.s au **café-galerie Rade N'Rol**. En fin d'année, ce café a fermé définitivement ses portes. nous avons été accueilli par le café associatif l'Embarcadere situé à Lorient. Nous recherchons toujours un café plus adapté

Séjours-répît

En 2023, FA56 a organisé 2 séjours-répît :

- **du 20/05 au 26/05. à Riec-sur-Belon**
(Domaine de la Porte Neuve).
6 couples de vacanciers, 4 bénévoles.
- **du 16/10 au 20/10 à Saint Gildas-de-Rhuys**
(Village-vacances La Pierre Bleue)
7 couples de vacanciers, 5 bénévoles,
2 salariées (coordinatrice et une infirmière)



Le programme a permis des activités en groupe entier, des temps dédiés aux aidant.e.s et des temps dédiés à leurs proches malades.

Journées conviviales

En 2023, l'association a organisé **6 journées conviviales** dédiées prioritairement aux couples et binômes adhérents, qui continuent de rencontrer **un grand succès**.

Mars 2023

**Sortie au restaurant
et Carton**

Voyageurs

**Le tour du monde en
400 jeux**

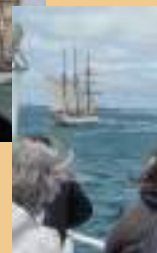
23 participant.e.s,
7 bénévoles et salariée.



Mai 2023

Petite parade

106 participant.e.s,
11 bénévoles et
salariées



Juin 2023

Tennis de table/repas

24 participant.e.s,
6 bénévoles et salariées
encadrement par le "club
aidant" de Plescop-Grand-
Champ



Juin 2023

**Sainte Anne d'Auray
(Visite guidée par Mille
et un lieu)**

25 participant.e.s,
7 bénévoles



Juillet 2023

**Les pieds dans l'eau
Conleau
Repas partagé**

13 participant.e.s,
8 bénévoles

**Décembre 2023 :
Repas musical Salle
Jean le Gac -
Saint Avé**

60 participant.e.s,
30 bénévoles
3 salariés



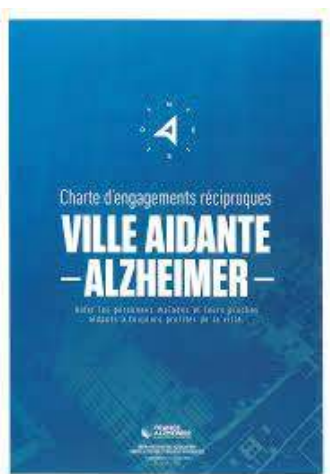
8. Représentation des usagers, partenariats

Villes Aidantes

Alzheimer au cœur des politiques publiques municipales

Nous ne le dirons jamais assez, mais les personnes atteintes d'Alzheimer se voient encore largement réduites au statut de malade, à la parole disqualifiée et aux compétences oubliées. Dès lors, comment peuvent-elles espérer conserver le plus longtemps possible leurs habitudes de vie, leurs loisirs, leurs relations amicales ou familiales ? Il est pourtant fondamental pour elles comme leurs familles de ne pas abandonner l'espace public et de continuer à mener leurs activités quotidiennes, avec le soutien de personnes attentives et rassurantes, dans des villes et villages ouverts et concernés par leurs problématiques.

France Alzheimer et maladies apparentées encourage la réflexion et l'action collective visant à rendre nos espaces publics plus accueillants et inclusifs. En adhérant à la charte d'engagements réciproques « Ville Aidante Alzheimer », les collectivités locales, qu'elles soient villages, villes ou départements, affirment leur volonté de faire de l'espace public un espace qui s'ouvre à nouveau. En signant la charte "Ville Aidante Alzheimer", les municipalités s'engagent à faciliter la connaissance et le déploiement d'actions en faveur des personnes malades et de leurs familles.



**CLUB AIDANT
TENNIS DE TABLE
PLESCOP-GRAND CHAMPS**



**VILLE AIDANTE
VANNES**



**VILLE AIDANTE
SÉNÉ**

9. Projets 2024 de l'association

Projets 2024

Tennis de table 1 fois par semaine 	Nouveau café mémoire à Le Faouet	des après-midi de soutien et de rencontres : à
 FAI en EHPAD	Journée Mondiale Activités physiques et convivialité	• Pays de Vannes/Plescop • Questembert • Pays de Lorient
Groupe de parole suite à un décès du proche	Partenariat avec l'association Entraide dans la maison	3 Cinés débat : • Questembert • Lorient • Séné
Développer le partenariat avec les communes " Villes aidantes"	4 Séjours répit (grâce au soutien du CD56)	 Local à Lorient

10. Remerciements



L'association France Alzheimer 56 **remercie** d'abord **chaque bénévole** pour son action, et le **Conseil d'administration** pour son soutien et sa confiance. Elle salue également les salariés, pour leur implication et leur professionnalisme, les prestataires qui animent les activités de l'association : activité physique adaptée, sophrologie, musicothérapie, soutien psychologique,...

FA56 remercie également tous les **partenaires** qui rendent possibles la tenue des activités de l'association que ce soit régulièrement ou ponctuellement : l'UDAF, les apprentis nature, la résidence Domitys Les voiles pourpres, le Service Emplois Familiaux, Rade N'Rol à Locmiquélic, le service d'hospitalisation à domicile HAD de Lorient pour l'accueil de formations des aidants, les communes **villes aidantes** Alzheimer et toutes celles qui soutiennent notre cause et oeuvrent à ce titre auprès de leurs habitants,