

ENSEMBLE AVEC LES FAMILLES

Editorial

30 ANS ...

Votre association France Alzheimer Seine Saint Denis fête ses 30 ans.

En octobre 1990, la ville de Villemomble était la 1ère ville de notre département à accepter d'organiser une conférence grand public sur une maladie qui touchait déjà plusieurs centaines de milliers de personnes en France, mais qui, il est vrai, n'était pas encore connue ni reconnue comme un « enjeu de santé publique » !

Il y a 30 ans encore, et toujours à Villemomble, le centre de santé Marcel Hanra mettait gracieusement à notre disposition un bureau pour nous permettre de recevoir chaque mois nos premières familles aidantes.

Et sans aucun financement ni équipement, c'est le Rotary Club du Raincy-Villemomble et quelques soutiens personnels, qui offraient

photocopies, timbres, téléphone et ordinateur !

Depuis, nous avons tissé des liens avec de très nombreux professionnels; nous avons formé en 10 ans plus de 500 aidants familiaux, action phare et essentielle de FA93; nous avons participé à la formation professionnelle de plusieurs centaines de médecins et soignants; nous avons défendu les droits des personnes malades vulnérables dans tous les lieux de la « démocratie en santé » de notre département...

Tout cela n'a été possible que grâce à l'engagement sans faille de quelques bénévoles et professionnels.

2020, une nouvelle décennie s'ouvre pour l'association qui sera encore plus fructueuse grâce à vous : il reste tant à faire...

Catherine Ollivet

SOMMAIRE

- La Recherche P.2
- Répit des aidants P.3
- Gérer les comptes bancaires P.4
- Les protections juridiques P.5
- Le 100% SS P.6
- Séniors hyperconnectés P.7
- Bibliographie P.8

RENDEZ VOUS

Page 8

*Pour en savoir plus
Sur nos rencontres et
actions pour les
Aidants familiaux*

A venir avec votre association FA93

L'assemblée générale de l'association, le 28 mars prochain;

Le projet d'un 3ème café mémoire, rencontres chaque mois pour les aidants et les aidés, dans le café associatif l'Osteria -17 rue du Général Leclerc à Rosny sous Bois. 1er café prévu le 1er avril.

Une sortie aidants/aidés au club hippique UCPA de La Courneuve, le dimanche 14 juin à 15 h.

Au programme : 1/2 h en écurie pour découvrir et brosser des poneys Shetlands et 1/2 h de balade à pied avec les poneys dans la parc G. Valbon, des activités accompagnées par un moniteur du club qui accueille toute l'année des groupes handisports. Et avant de se séparer, un goûter dans le Club House.

Toutes les informations sur notre site : www.francealzheimer.org/seinesaintdenis

Ou par téléphone : 01 43 01 09 66

La maladie d'Alzheimer peut prendre différentes formes

Malgré des décennies d'études et recherches scientifiques, les chercheurs qui se consacrent à la maladie d'Alzheimer doivent encore en déterminer la ou plutôt les causes pour espérer trouver des traitements. En comprenant mieux les différentes expressions de la maladie selon ses symptômes en début de la maladie, une nouvelle perspective de recherche prometteuse pourrait se dessiner.

Une équipe de neuroscientifiques américaine a examiné une région clé du cerveau et a constaté que les évolutions des pertes et troubles liés à l'Alzheimer différaient en fonction des zones du cerveau principalement touchées et de l'âge du début de la maladie. La maladie d'Alzheimer ne serait donc pas une maladie identique chez toutes les personnes touchées.

Pour parvenir à ces conclusions, les chercheurs ont examiné les tissus cérébraux donnés par plus de mille patients décédés avec un diagnostic de maladie d'Alzheimer.

Ils se sont concentrés sur une région du cerveau appelée « centre cholinergique » qui est la cible des seuls traitements actuels qui tentent de mieux contrôler les symptômes des patients atteints de la maladie d'Alzheimer.

Alors que les lésions les plus typiques et les plus fréquentes de la maladie d'Alzheimer affectent les deux hippocampes, zones du cerveau qui gèrent principalement nos différentes mémoires, un sous-type de la maladie appelé « sans impact sur l'hippocampe » touche principalement le cortex,

une zone du cerveau responsable des pensées et des actions

Ainsi, les patients atteints de la maladie d'Alzheimer avec ce sous-type peuvent avoir des troubles du comportement, du langage ou des troubles visuels plutôt qu'une perte de la mémoire.

Ils ont aussi observé une détérioration plus importante liée à la maladie d'Alzheimer lorsqu'elle touche des patients d'un âge plus jeune (présentant des symptômes avant l'âge de 65 ans) par rapport à ceux dont les symptômes sont apparus plus tard au cours de leur vie.

Sur la base de ces observations, les chercheurs pensent que les traitements disponibles seront plus efficaces pour les personnes atteintes de ce sous-type de la maladie d'Alzheimer c'est-à-dire avec peu de troubles de la mémoire et pour les patients atteints de la forme de la maladie qui apparaît à un âge plus jeune.

Le sous-type « sans impact sur l'hippocampe » représenterait seulement environ 10% des cas d'Alzheimer, mais il fait souvent l'objet d'un diagnostic trop tardif en raison de son apparition à un âge plus jeune et de ses symptômes moins caractéristiques de la forme la plus fréquente.

Le déclin cognitif plus rapide chez ces patients, rend un diagnostic initial correct le plus tôt possible particulièrement important, dans l'hypothèse où les traitements actuels seraient plus efficaces pour eux.

Source senioractu.com

Comment les personnes atteintes de troubles neurocognitifs font-elles face à la maladie ?

Une équipe norvégienne sur le vieillissement et la santé à Oslo, publie une analyse de la littérature scientifique sur les stratégies qu'utilisent les personnes vivant avec des troubles neurocognitifs pour faire face à la maladie.

Quatre stratégies sont utilisées pour surmonter leurs difficultés :

1/ continuer comme avant, en s'accrochant à la vie : prendre la vie comme elle vient, au jour le jour, en se centrant sur le présent, les habitudes établies et les relations sociales, normaliser la situation ;

2/ s'adapter aux demandes et à la situation, en modifiant ses propres attentes et les activités réalisables, en gardant prise sur la situation ;

3/ accepter la situation, en reconnaissant ce que l'on peut faire par soi-même ou quand on a besoin de l'aide des autres, en gardant une orientation positive par rapport à la vie ;

4/ éviter la situation, source de stress, en opposant une résistance active à l'adaptation, au changement, à l'acceptation de l'aide.

*Source Actualités Alzheimer
Fondation Médéric Alzheimer*

Répit des aidants : trouver un accueil temporaire

Besoin d'un peu de temps libre pour prendre soin de vous ? **La plate-forme en ligne SOS répit** peut vous aider à trouver un accueil temporaire pour votre proche .

N'attendez pas l'épuisement pour prendre soin de votre santé physique et morale ! C'est le conseil que l'on pourrait donner à tous ceux qui s'occupent au quotidien d'un parent ou d'un conjoint âgé en perte d'autonomie. En l'absence de famille proche à qui passer le relais de temps en temps, la solution reste l'accueil temporaire. Depuis 2017, une nouvelle plate-forme en ligne vous simplifie la tâche.

SOS répit permet aux aidants de chercher des places d'accueil temporaire, d'en consulter les disponibilités et de pouvoir exprimer des demandes de réservation directement auprès des structures.

Le site suit 4 206 établissements dans toute la France, qui représentent 14493 places pour personnes âgées. Il est géré par le Grath (Groupe de réflexion et réseau pour l'accueil temporaire des personnes en situation de handicap).

Quel type d'accueil temporaire ? Il peut s'agir d'un hébergement ou d'un accueil de jour dans un établissement ou encore de l'accueil du duo aidant/aidé.

Trois modes de recherches sont à votre disposition :

- la recherche directe (fenêtre de saisie sous le menu) permet de chercher par le nom d'une structure ou d'un gestionnaire que vous connaissez, ou par le nom d'une ville ou d'un code postal.

- la recherche rapide permet, avec un minimum de critères de sélection, de trouver le plus de réponses possibles. Il suffit de renseigner: la date de naissance de votre proche, la nature de sa difficulté (par exemple : motrice ou cognitive), la période recherchée (vous pouvez indiquer "dès que possible" si c'est urgent) et le périmètre géographique. Il vous sera proposé des établissements avec disponibilité certaine et d'autres à la disponibilité non garantie.

Vous pouvez ensuite envoyer une demande en ligne ou créer une alerte pour être prévenu au plus tôt. Il vous faut alors créer un compte. Vous pouvez aussi simplement contacter les établissements par mail.

- la recherche avancée permet de renseigner plus de critères (notamment concernant les pathologies dont souffre votre proche âgé) pour une sélection plus fine, mais avec le risque de ne trouver que peu ou pas de réponses.

Attention : l'accueil temporaire est toujours avec un reste à charge correspondant au moins au prix de journée du tarif hébergement de la structure d'accueil !
Des aides très restrictives peuvent exister dans le cadre de l'APA

Les 4 plates formes de répit des aidants en Seine St Denis

♦ Plateforme COALLIA

AULNAY - 07 71 44 24 13

♦ Plateforme EMILE GERARD

LIVRY GARGAN - 01 41 70 12 82

♦ Plateforme Les RIVES Le RELAIS

Le PRE St GERVAIS - 01 56 27 06 90

♦ Plateforme St VINCENT de PAUL

STAINS - 01 48 27 88 93

Sans oublier les accueils de jour :

Un lieu de vie et de stimulations adaptées pour les personnes malades, mais aussi un temps pour soi de répit pour l'aidant familial, vivant avec son proche malade chaque jour à domicile :

un temps pour se reposer, vivre quelques heures à son propre rythme, faire tranquillement ses courses ou ses démarches administratives, prendre soin de sa santé, ...et participer aux actions de soutien des aidants de votre association FA93.

Compte individuel, compte joint, compte indivis : quelles particularités ?

Le compte individuel appartient à une seule personne. Les opérations (retrait, dépôt...) ne peuvent être effectuées que par le titulaire du compte, sauf s'il donne procuration à une autre personne.

Le compte joint est un compte bancaire appartenant à plusieurs cotitulaires. Les opérations (retrait, dépôt...) peuvent être effectuées par chacun des cotitulaires. Un compte joint peut être transformé en compte indivis à la demande d'un des cotitulaires

Un compte joint peut porter trois intitulations différentes. Le plus souvent le compte est ouvert au nom de "Monsieur ou Madame". Dans ce cas, seule la signature de l'un des deux est nécessaire.

Lorsque le compte a été ouvert sous l'intitulé "Monsieur et Madame", toutes les opérations nécessitent les deux signatures des cotitulaires.

Le fonctionnement du compte joint repose sur la solidarité entre les cotitulaires du compte. Chacun d'entre eux peut disposer des fonds, même si le compte n'est alimenté que par l'un d'eux. Mais les deux sont responsables en cas de solde débiteur.

Une petite nuance tout de même : le contrat peut préciser celui des deux cotitulaires qui sera responsable en cas d'émission de chèque sans provision. Dans ce cas l'interdiction bancaire s'appliquera sur le compte joint et les autres comptes individuels de la personne désignée responsable. L'autre cotitulaire sera interdit d'émettre un chèque sur le compte joint mais pourra continuer à utiliser ses comptes personnels.

Si le contrat de compte joint ne prévoit rien, l'interdiction tombe comme un couperet sur tous les comptes des deux titulaires du compte joint. Donc il faut prévoir, à l'ouverture du compte joint, lequel des cotitulaires sera responsable en cas d'émission de chèques sans provision.

Peut-on s'opposer à un achat par le conjoint sur le compte joint ? Non : la détention d'un compte joint implique d'avoir confiance en l'autre.

Si votre conjoint ou concubin a financé l'achat de sa moto avec l'argent disponible sur le compte joint ou s'il a autorisé le prélèvement de mensua-

lités sur ce même compte lors de la souscription d'un crédit à la consommation, vous ne pouvez pas vous y opposer.

Cette difficulté peut se présenter lorsqu'un des deux titulaires est atteint de troubles cognitifs, soit parce que la personne malade n'a plus l'appréciation de la valeur de ses dépenses en Euros (génération qui a connu les francs) soit parce qu'elle est victime d'achats compulsifs, trouble comportemental assez fréquent dans une maladie apparentée à la maladie d'Alzheimer : la DFT - Dégénérescence fronto-temporale.

Que faire en cas de découvert sur le compte joint ?

En cas de solde négatif, chacun des co-titulaire est considéré comme débiteur à 50 %. À moins que vous ayez désigné au préalable, lors de l'ouverture du compte joint, le cotitulaire responsable en cas d'incident de paiement. Si vous n'avez pas pris cette précaution et si vous ne régularisez pas votre situation dans les temps, vous serez tous les deux frappés d'interdiction bancaire sur le compte joint, mais aussi sur la totalité de vos comptes personnels, même créditeurs.

Tant que vous n'aurez pas réglé l'impayé, vous n'aurez plus le droit d'émettre des chèques, mais vous pourrez continuer à utiliser une carte bancaire à autorisation systématique et débit immédiat, si le compte prélevé est positif.

Le compte joint peut aussi s'intituler « Compte indivis » Le nom des cotitulaires est espacé par un "et". Un compte indivis (ou compte en indivision) est un compte collectif qui fonctionne avec l'accord de tous ses cotitulaires. Il peut s'agir d'un compte courant, ou d'un compte-titre.

Les comptes et livrets d'épargne ne peuvent pas être des comptes indivis.

Tout dépôt ou retrait doit être réalisé avec la signature de tous les cotitulaires du compte, ou du mandataire du compte, désigné d'un commun accord par et parmi tous les cotitulaires. La loi ne prévoit pas de solidarité entre les cotitulaires d'un compte indivis. Mais la majorité des banques inclut une clause de solidarité entre les cotitulaires dans le contrat d'ouverture du compte indivis.

Comment protéger les personnes malades vulnérables

Les membres de la famille jouent un rôle fondamental pour la personne vulnérable et sont en première ligne pour prendre les mesures appropriées. Ils peuvent compter sur les conseils et l'assistance d'un certain nombre de personnes engagées dans ce domaine :

- le juge des tutelles pour les missions de protection et d'autorisation ;
- le notaire pour tous les conseils d'ordre patrimonial, familial et privé ;
- les associations dont le rôle d'accompagnement est essentiel.

La loi propose différentes mesures afin de protéger les personnes affaiblies par l'âge, touchées par la maladie, atteintes d'un handicap.

1 – La protection judiciaire :

Selon la gravité de son état de santé (physique ou mentale), attestée par un certificat médical circonstancié d'un médecin habilité par le tribunal, le juge décidera d'une mesure de protection judiciaire :

- la sauvegarde de justice,
- la curatelle simple ou renforcée
- ou la tutelle.

La mise en place de l'une ou l'autre de ces mesures est confiée au juge des tutelles siégeant au tribunal d'instance du domicile de la personne à protéger. Seul le juge choisira la mesure de protection la plus adaptée à la situation. **Sa décision est toujours prise en fonction de l'intérêt de la personne à protéger.**

Depuis le 26 février 2016, une nouvelle mesure judiciaire, l'habilitation familiale, permet de représenter un proche vulnérable sans avoir à passer par une mesure de tutelle ou curatelle. **Seuls les enfants, les petits-enfants, les parents, les grands-parents, les frères et sœurs ainsi que le partenaire de Pacs ou le concubin peuvent bénéficier du dispositif. La mesure nécessite un consensus familial.**

Elle n'entre pas dans le cadre des mesures de protection judiciaire, même si elle nécessite l'intervention d'un juge, car une fois la personne désignée pour recevoir l'habilitation familiale, le juge n'intervient plus. Elle nécessite également un certificat circonstancié d'un médecin habilité par le tribunal.

2 – La procuration :

Cet acte juridique permet de donner à un tiers le pouvoir d'agir en son nom. La procuration peut concerner des actes simples (procuration bancaire, procuration de vote par ex.) aussi bien que des engagements importants ; elle peut viser une action précise à un moment donné, ou s'étendre à un large éventail d'actes juridiques.

Très souvent, la procuration peut être établie sous seing privé, ou pour des actes plus complexes, devant notaire.

La durée de la procuration peut être précisée dans le mandat. Elle prend fin automatiquement au décès du mandant ou du mandataire.

Une situation particulière :

« Ma mère est en maison de retraite et ne dispose plus de revenus suffisants pour subvenir à ses frais d'hébergement. Un de mes frères refuse d'y participer au motif que ses revenus sont constitués uniquement d'une pension d'invalidité.

En a-t-il le droit ?

En application de l'article 208 du code civil, quand la situation de l'ascendant le justifie, **les enfants sont redevables d'une obligation alimentaire "dans la proportion du besoin de celui qui les réclame, et de la fortune de celui qui les doit"**. La Cour de Cassation précise, dans un arrêt rendu le 5 février 1991, que si les pensions d'invalidité sont insaisissables, elles sont à prendre en considération pour évaluer les ressources de l'obligé et fixer la pension qu'il est tenu de verser.

Attention : Dès lors qu'il y a « conflit » familial, le juge désignera un mandataire judiciaire, tuteur ou curateur, extérieur à la famille. Une tutelle extérieure prive alors la famille de tout droit de regard sur la gestion de la vie et des finances de son proche sous protection de justice.

C'est quoi le 100% assurance maladie ?

Le but de la prise en charge à 100% est d'aider les personnes souffrant d'une ou plusieurs maladies chroniques à payer leurs frais de santé liés à cette maladie.

Les malades bénéficiant de ce régime sont atteints d'une affection de longue durée (ALD). Ils souffrent de diabète, d'insuffisance cardiaque, de maladie d'Alzheimer, etc. La sécurité sociale reconnaît 30 affections de longue durée. Les malades d'Alzheimer ou maladies apparentées, bénéficient de l'ALD 15.

C'est votre médecin traitant qui doit faire la demande auprès de l'Assurance maladie. Pour cela, il doit remplir un formulaire et détailler les soins et les traitements qui devront être remboursés à 100%. Cette étape est cruciale.

Le document est à présenter à tous les médecins que vous consultez dans le cadre de votre mala-

die. Il s'agit d'un document confidentiel qui ne doit être transmis à personne d'autre que vos médecins.

L'Assurance maladie est tenue de prendre en charge à 100% tous vos frais de santé liés à cette maladie : les consultations chez le médecin, les médicaments, les examens radio ou analyses biologiques, les soins infirmiers ou de kiné, les dispositifs médicaux comme les pansements, et les frais de transports.

Attention vous n'êtes pris en charge à 100% que pour la ou les maladies dont vous souffrez bénéficiant de l'ALD. Toutes les autres maladies ou accidents de santé (fracture par exemple) que vous pourriez subir ne seront pas pris en charge à 100% : **ne jamais résilier votre mutuelle complémentaire sous prétexte que vous « bénéficiez d'un 100% ».**

Procédure d'admission en Ehpad : le dossier de demande est simplifié

Un arrêté du 12 décembre dernier présente le nouveau modèle de dossier de **demande unique d'admission temporaire ou permanente en EHPAD** (établissement d'hébergement pour personnes âgées dépendantes).

Afin de simplifier les démarches administratives des personnes âgées et de leurs proches aidants, le même dossier de demande unique d'admission en Ehpad prend dorénavant en compte à la fois l'accueil de jour, l'accueil de nuit et l'hébergement temporaire.

Le dossier a également été actualisé sur des aspects d'ordre médical ou concernant la protection juridique des majeurs.

Rappel : Un seul dossier est nécessaire pour réaliser des demandes d'admission simultanées dans plusieurs Ehpad.

Ce dossier comporte :

Un volet administratif à compléter par le demandeur ou toute personne habilitée (famille, personne de confiance, travailleur social, personne chargée de la protection juridique...). Il est signé par le demandeur ou son représentant légal.

Un volet médical à compléter par un médecin. Ce volet doit être transmis sous pli confidentiel au médecin coordinateur de l'établissement qui pourra émettre un avis médical sur la possibilité pour l'Ehpad d'accueillir le demandeur.

2020 : 5 ateliers de relaxation FA93 chaque mois

Ouverts aux aidants et aux malades à domicile

Les Cèdres à Villemomble : les mardis 14 avril - 11 mai - 8 juin et 6 juillet

de 14 h 30 à 15 h 30 - 30 bis avenue de la station avec Karine

Le Tulipier à Rosny s/s B : 1er mardi du mois

de 14 h 30 à 15 h 30 - 16 rue Marcelin Berthelot avec Nathalie

Villa Beausoleil à Drancy : les mercredis

8 avril - 13 mai - 17 juin et 15 juillet

de 15 h à 16 h - 12 rue Louis Delplace avec Karine

Le Moulin Vert à Tremblay : les 2ème et 4ème jeudi de chaque mois

De 14 h 30 à 15 h 30 - 7 place Albert Thomas avec Claire

Informations et inscriptions par téléphone 01 43 01 09 66

Vers des seniors hyperconnectés ?

Parmi les innovations technologiques présentées à Las Vegas en janvier dernier, nombreuses sont celles, basées sur des capteurs "intelligents", qui visent à répondre au vieillissement de la population et au manque de ressources humaines pour s'occuper des personnes âgées isolées, malades ou dépendantes :

Sol intelligent

En cas de chute, le sol connecté est le premier au courant. Il peut même prédire des pertes d'équilibre. Sous la moquette, des capteurs de pression calculent le nombre de pas, la fréquence d'utilisation des toilettes, et analysent la manière de se déplacer des personnes. Ils transmettent ensuite les informations au personnel médical.

Couche connectée

Elle analyse les urines, prend la température et retrouve les pensionnaires égarés : avec un petit disque qui coûte 99 dollars et se clipse sur l'avant de la protection, elle-même équipée de capteurs jetables. La start-up basée à Miami a déjà signé des contrats avec plusieurs maisons de retraite aux Etats-Unis, en France et en Italie. Et l'idée de porter des capteurs dans une zone aussi intime ? *"Quand on vous demande si vous préférez qu'on mette plusieurs jours à détecter une infection urinaire ou que ce soit instantané, le choix est vite fait"*, répond le créateur de cette start-up.

Pyjama en veilleuse

Une marque japonaise des pyjamas "intelligents", qui analysent la qualité du sommeil. Ces capteurs intégrés au tissu permettent de récupérer des informations à distance et de façon "imperceptible".

Montre préventive

Une montre qui sait où se trouve la personne, combien de temps elle met à manger ou à se laver les dents... Et elle partage les informations avec les proches ou l'équipe soignante. Portée de façon préventive, elle repère les changements d'habitudes, une baisse d'appétit ou d'activité, par exemple. Pas d'écran sophistiqué sur la montre, juste un bouton qui sert à communiquer, comme un talkie walkie. *"Cela ne dérange pas les gens, car la montre ne partage pas d'informations intimes"*, assure le responsable des ventes.

Lunettes branchées

Elles n'adoucissent pas la chute mais pourront alerter les secours. Ces lunettes ont des verres pour la vue et des capteurs qui détectent les "chutes brutales ou molles".

Plafond sensible

C'est le plafond qui joue les espions, grâce à des capteurs qui détectent les battements du cœur. En cas d'arrêt cardiaque, ils alertent des agents qui appellent les secours et déverrouillent la porte du domicile après avoir vérifié leur identité via les caméras sur le palier. *"Contrairement aux accessoires qu'il faut penser à porter, vous n'avez pas besoin de vous préoccuper de la technologie, elle est intégrée dans votre environnement"*, remarque le promoteur de cette technologie.

Comme les astronautes

Le cofondateur de la société qui a conçu l'Intelligence Artificielle qui surveille les données biométriques des astronautes de la Nasa pendant leurs sorties dans l'espace et communique avec eux, pour leur dire, par exemple, qu'ils seront bientôt à court d'oxygène, a présenté un système qui s'en inspire pour des patients de 85-90 ans : leur technologie récupère les données de tous les capteurs et accessoires connectés disponibles et informe en conséquence les personnes et leur équipe soignante.

Sources AFP – EGORA.fr

QUESTIONS :

Progrès ou atteintes intolérables à l'intimité et aux droits individuels ?

Progrès ou transferts à l'intelligence artificielle des décisions de soins médicaux et d'aides ?

Il est certain que les malades ont besoin d'un meilleur suivi et de soins adaptés, que les aidants familiaux ont besoin d'être soutenus et que des technologies peuvent y contribuer.

Aidants familiaux et personnes malades, avons-nous envie de vivre sous le regard permanent de « l'intelligence artificielle » ?

Mais en attendant d'être « connectés », pensez à la téléassistance et si la personne malade vit seule, à confier une clé à un voisin de confiance.

FRANCE ALZHEIMER 93

Correspondance
17 Bd de l'Ouest
93340 LE RAINCY

01 43 01 09 66

francealzheimier93@gmail.com

www.francealzheimier.org/seinesaintdenis

Adhésion à FA93

Le bulletin d'adhésion 2020 vous a été récemment adressé avec l'invitation à participer à notre AG du 28 mars prochain.

Il ne s'agit pas que de « payer une cotisation ».

Adhérer, c'est aussi faire partie d'un mouvement réunissant des familles et des bénévoles, tous concernés pour soutenir des personnes malades que nous savons si vulnérables.



**FRANCE
ALZHEIMER**
& MALADIES APPARENTÉES
93 SEINE-SAINT-DENIS

Assemblée générale de FA93

28 mars prochain à 15 h.

Agora

1 allée Nicolas Carnot

Le Raincy

**Le Conseil d'administration
de votre association FA93 et
tous les bénévoles, espè-
rent vous y retrouver nom-
breux pour imaginer et choi-
sir ensemble nos actions et
projets en 2020.**

*Pour les adhérents qui ne peu-
vent se déplacer, envoyer votre
pouvoir est aussi une forme im-
portante de votre participation.*

Accueillir l'imprévisible

Lire dans les yeux ce qui ne se dit pas

Zapper sur les moments douloureux

Humaniser l'espace pour apaiser l'angoisse

Epier les petits cadeaux que donne la vie

Inventer des outils pour rester dans l'échange

Marcher dans le désert mais sans quitter la route

Espérer contre toute espérance

Refaire chaque matin le premier pas du jour

Vérène aidante de son mari (témoignage FA92)

Quelques chiffres de notre bilan d'activité 2019

Notre association FA93 réunit au 31 décembre 2019, **305 adhérents** à jour de leur cotisation.

Mais ce sont **1000 familles** qui reçoivent chaque trimestre ce journal.

Nous avons organisé entre autres :

60 réunions mensuelles locales d'information, conseils et soutien des familles, **6 formations des aidants familiaux**, **10 stands FA93** dans des Forum Santé municipaux, et **40 rendez-vous individuels**.

Tout cela grâce à l'engagement de quelques bénévoles !

Quelques lectures pour vous accompagner

Comment aider ses proches sans y laisser sa peau

De Janine-Sophie GIRAUDET et Inge CANTEGREIL chez Robert LAFFONT

Alzheimer précoce - Mes petits carnets de vie

De Florence Niederlander chez MICHALON, témoignage d'une malade jeune pour mieux comprendre ce que vit votre proche.

Alzheimer l'invité imprévu

de Juliette Rivière - Editions du JUBILE, éclaire les différents points de vue du vécu, au sein d'une même famille, de l'entrée en établissement d'accueil d'un parent.

Parlez-vous cerveau

De Lionel Naccache chez Odile JACOB, pour en savoir plus sur le cerveau et le jargon des neurosciences ... de façon distrayante.

Vivre au quotidien avec la maladie d'Alzheimer

De Benoît Selingue chez De Boeck. Neuropsychologue, Benoît Selingue a animé pendant plusieurs années les formations des aidants familiaux pour France Alzheimer 93.

Trembler

De Catherine Laborde chez Plon, témoignage de la célèbre journaliste météo, sur le vécu de sa maladie neurologique.

Alzheimer et autres maladies du cerveau

De Megan Carnarius - Collection Nouvelles pistes thérapeutiques, *formée en Europe et aux Etats-Unis, cette infirmière apporte ses 25 années d'expérience d'une approche chaleureuse et humaine dans l'accompagnement et le soin des personnes malades.*