



La lettre n°021 - mars 2021

ÇA BOUGE DANS NOS ANTENNES !

France Alzheimer va au plus proche des familles sur les territoires

Au cours de l'année 2020, une nouvelle antenne a vu le jour à Seurre, au sud du département. Le projet d'une **halte-relais hebdomadaire** a pu y être développé, et devrait être mis en route en mai ou en juin. De plus, une psychologue et une bénévole de l'association se sont formées au niveau national à la conduite du programme "**Vivre avec la maladie**", dont les premières sessions en Côte-d'Or auront lieu à Seurre. Le but de cette initiative est de donner aux personnes en début de maladie les moyens de mobiliser leurs ressources pour comprendre ce qu'elles traversent, échanger entre concernés et pouvoir organiser leur quotidien autour de cette nouvelle réalité.

+ Pour répondre à un besoin croissant chez les familles, plusieurs binômes de bénévoles viennent de se former aux visites à domicile. Pour cette première promotion, un binôme par antenne a été appelé afin de proposer ce nouveau format sur l'ensemble de la Côte d'Or.

Dans une volonté d'être toujours au plus proche des familles et de leurs besoins, France Alzheimer Côte d'Or a souhaité ancrer dans sa pratique la création d'antennes sur les territoires, en assurant leur accompagnement et leur soutien.

A Nuits-Saint-Georges, un partenariat est développé entre France Alzheimer 21 et le Grenier à Jeux, une association alliant plaisir ludique, solidarité et investissement sur le territoire. Ensemble, le Grenier à Jeux et l'antenne de Nuits-Saint-Georges et Gevrey Chambertin vont bientôt **proposer des visites à domicile avec support jeu**, dans une démarche d'inclusion ; en plus de jouer, les couples visités pourront inviter d'autres couples aidant-aidé, afin d'apprendre à redevenir un hôte chez soi et un invité chez l'autre. Les bénévoles intéressés ont commencé courant mars une formation en deux temps, animé par une salariée du Grenier à Jeux



Nous pouvons aussi fêter en ce début d'année 2021 la création de trois nouvelles antennes ; Chevigny-Saint-Sauveur dans la métropole dijonnaise, ainsi que **Saulieu** et **Liernais** aux portes du Morvan. Ces trois antennes vont commencer par proposer un Café Détente afin de créer un premier contact avec les familles et de proposer ensuite des activités adaptées à leurs besoins. A Chevigny, la mairie met à disposition, dans ses locaux, un bureau aux bénévoles afin que ces derniers puissent assurer une permanence physique pour France Alzheimer 21.

Enfin, nous prévoyons un déploiement des "bistrotts musicaux" sur les 7 sites annoncés précédemment (Nuits-Saint-Georges et Gevrey, Dijon, Beaune, Baigneux les Juifs, Montigny sur Aube, Talmay, Seurre) au cours de l'été, si le contexte sanitaire le permet.



La lettre n°021 - mars 2021

FORMATION DES AIDANTS FAMILIAUX BILAN ET PERSPECTIVES

➡ *Le groupe Formation des Aidants Familiaux : Marie-Christine GAUTHIER, Chantal-Juliette MARTIN, Danièle GRAND-PERRIN, Aurélie TENNACI MULLARD, Jean Claude VALDENNAIRE.*

En 2020, 22 aidants ont pu bénéficier d'une Formation des Aidants Familiaux complète, répartie sur trois sessions.

En effet, du fait de la pandémie, nous avons dû supprimer ou interrompre certaines sessions en présentiel mais nous avons su nous adapter en visio, ce qui a permis de terminer deux sessions à l'automne. Une troisième n'a pu se poursuivre, les participants ne pouvant se connecter. Lors des sessions en présentiel, nous avons accueilli un certain nombre d'aidés dans une salle voisine. Un animateur diplômé et des bénévoles leur permettent de participer à des jeux, des activités diverses et ainsi de renouer des liens.



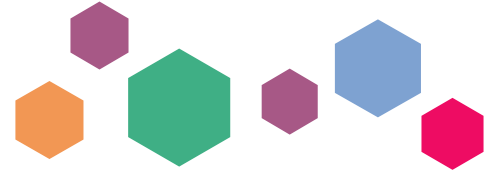
Pour le début de l'année 2021, deux formations ont déjà eu lieu et deux autres viennent de débiter, toutes en visio. Nous espérons pouvoir proposer prochainement des formations en présentiel.

Après avoir éprouvé une certaine crainte face à l'utilisation de la visio, il en est résulté une expérience très favorable pour tous, binômes et aidants : Zoom est facile d'accès, il suffit d'une bonne connexion, les familles sont heureuses de se retrouver et de se sentir moins seules, les échanges sont faciles, le temps de formation est privilégié et apprécié comme temps de ressource et de soutien.



La maladie, elle, ne s'arrête pas d'évoluer. **L'utilisation du numérique a l'avantage d'éviter les déplacements et de permettre à tous ceux qui sont loin, et sans moyen de locomotion, de participer à ces formations.**

Mais malgré tout, rien ne vaut le présentiel qui permet de parler en petit groupe ou en aparté, quand le contact entre tous est établi. **A l'avenir nous proposerons au choix**, soit la visio, soit le présentiel en fonction du besoin des familles.



La lettre n°021 - mars 2021



Depuis un an le virus est là. Avec lui, stress, angoisse, mal-être. Il rend la vie difficile à vous tous aidants-aidés, il nous isole et hélas, des décès s'ensuivent.

Voici le récit poignant d'Y.C. écrit pendant le premier confinement.

Le 3 mars 2020 au matin, suite à un AVC, mon mari est emmené aux urgences au CHU. Après une attente sans fin, je peux le rejoindre à 16h. Aucune explication, il est calme et se demande pourquoi il est là. Enfin à 17h, on lui trouve un lit en neurologie.

Mes enfants qui habitent en Normandie et en Provence sont prévenus. Le soir même, mon fils de Marseille arrive avec ses deux grands fils de 22 et 27 ans. Ils repartiront le lendemain, travail oblige. Ma petite fille et mon fils du Havre arrivent pour le week-end, mais tous les deux ne peuvent voir mon époux que pendant deux heures, c'est le nouveau règlement.

Le 12 Mars, j'arrive à 13h comme d'habitude. Mon mari a les bras, les mains et les jambes attachés. J'hurle. Il veut fuir l'hôpital, il est conscient, mais son cas n'intéresse personne. Malgré tout, on vient le détacher.

Je viens le voir tous les jours, le 15 mars, à 19h les infirmiers l'emmenent pour un scanner. Je ne peux l'embrasser, un signe de la main pour dire à demain, mais mon mari fait NON de la tête. **Il est fort, pudique et ses larmes me bouleversent.**

Le 16 au matin, j'apprends que les visites sont interdites. Il ne me reste que le téléphone. Le 20 mars, transfert à Champmaillot. Impossible de voir mon époux. Je suis dévastée.

Durant son séjour à Champmaillot, de temps en temps j'avais mon mari au téléphone qui ne comprenait pas pourquoi je ne venais pas le voir... Le 30 mars mon mari tousse beaucoup. Il a de la fièvre. C'est le virus COVID. Il est mis à l'isolement.

Les jours suivants 6 - 7 - 8 - 9 - 10 avril, état stationnaire. Il est calme et ne me demande plus ; le 11 avril à 10h j'appelle le service.

Je suis inquiète. Je veux des nouvelles. Il est calme.

Le 11 avril 2020 à 15h30 mon mari vient de décéder. C'est le Samedi Saint, veille de Pâques. Je suis perdue, je veux le voir mais la réponse est négative.

Le 12 avril, je suis allée avec mes enfants le voir (2m de distance). Il a son costume et sa cravate, mais son visage porte toute la souffrance endurée.

Il est MORT SEUL.



La lettre n°021 - mars 2021

REPRISE DES ACTIVITÉS

..... en 2021



Si le contexte sanitaire rime toujours avec incertitude, France Alzheimer 21 travaille à une **reprise progressive de ses activités**. Dans un premier temps, l'association étudie à un redémarrage pour **l'activité physique adaptée, la halte-relais et le groupe de parole** en présentiel. La sophrologie se poursuit quant à elle en visio, sur zoom, tandis que les bistrot musicaux, cafés mémoires et activités de convivialité devront attendre une meilleure visibilité sur l'évolution de la Covid-19 et du plan de vaccination.

Voyages sonores



De son côté, la musicothérapie a déjà repris sous une nouvelle formule. Depuis le 5 mars, Vincent LAUTH propose aux couples aidant-aidé un temps de poésie et de ressourcement. Il nous invite à un voyage sonore guidé par son instrumentarium bigarré fait de bols, gongs, tamera et autres instruments insolites. Le mot d'ordre ? **S'asseoir, écouter et profiter !**

Nous avons une pensée chaleureuse pour ceux qui nous ont quittés :

Madame BARON



Monsieur ROUGET

La Présidente et toute l'équipe France Alzheimer Côte d'Or adressent aux familles leurs sincères condoléances.

Une pensée également à la maman de Françoise GINER, bénévole à l'association.

Notre sincère amitié à Pascale ROBEIN pour son fils qui nous a quitté en début d'année.



REÇUS FISCAUX 2020

Suite à un changement de logiciel au sein de notre Union Nationale, nous n'avons pas encore pu éditer les attestations fiscales pour l'année 2020.

Avec toutes nos excuses, nous vous les ferons parvenir dès réception.

ADHÉRER EN 2021

.....

Pourquoi adhérer ? Devenir adhérent de France Alzheimer Côte-d'Or vous permet de **participer gratuitement à l'ensemble des activités proposées**, mais aussi de recevoir la revue « Contact » éditée par l'Union Nationale et d'obtenir les informations locales comme cette lettre d'information.

En plus de nous soutenir financièrement, vous nous aiderez aussi à avoir plus de poids auprès de nos partenaires et des institutions, afin d'épauler au mieux les familles et de développer notre activité.

DE NOUVEAUX VISAGES ! France Alzheimer a accueilli en février...



Marêva PERRIER-BAVOUX, nouvelle salariée pour une durée d'un an au poste de chargée de missions et de développement des actions sur Dijon métropole.



Pauline KROLIC, étudiante en master de sociologie à l'Université de Bourgogne, en stage pour 6 mois avec pour mission principale de dresser une cartographie de nos partenaires.