

Edito

Le printemps est amorcé et, avec lui, le retour de jours plus longs et plus ensoleillés... Mais comment aspirer à des jours meilleurs lorsque nos familles et leurs malades sont dans une traversée d'un désert sans issue ?

Épuisement moral et physique des aidants, dégradation des capacités cognitives des malades, nous assistons impuissants à leurs difficultés quotidiennes. Fatalistes sans aucun doute, les familles le sont mais l'espoir est-il permis alors que les avancées en matière de recherche sont trop lentes à leurs yeux ? Pourra-t-on un jour infléchir l'évolution de la maladie ?

France Alzheimer et Maladies Apparentées est aujourd'hui le premier financeur privé associatif de la recherche sur cette maladie. Un espoir est en train de naître avec la commercialisation d'une molécule aux Etats-Unis. Encourageant certes, nous devons cependant rester très prudents, notre mission de plaider auprès des décideurs publics et acteurs reste notre combat pour réfléchir collectivement à tous celles et ceux qui, désorientés, précarisés souffrent. Notre engagement de tous les instants et notre volonté d'y répondre ne faibliront pas.

Si le soleil semble encore s'attarder, nous avons besoin au-dessus des nuages de voir briller quelques rayons pour notre espérance, l'espérance qu'un jour cette maladie soit vaincue.

Evelyne RABEC, Vice-Présidente

Avril sur Coutances, un mois en soutien à France Alzheimer et nos aidants

L'Union des Commerçants et Artisans de Coutances a mis en place durant le mois d'Avril une collecte au profit de France Alzheimer Manche qui fête, cette année, son vingtième anniversaire.

Vingt ans ! Pour saluer cet événement, l'engagement et les valeurs de France Alzheimer Manche vers nos aidants et leurs malades, l'UCAC Coutances propose une soirée le :

**Vendredi 9 Juin dès 19 heures
en la salle Marcel Hélie de Coutances.**

A cette occasion, l'UCAC remettra un chèque représentant la collecte du mois d'Avril à Monsieur Jean SAUNIER, Président de France Alzheimer Manche, aux côtés de sportifs et de personnalités investis dans cette cause et en présence des commerçants participants.

France Alzheimer et l'UCAC de Coutances vous invitent nombreux à venir partager ce moment et à le poursuivre de 20h30 à minuit avec l'orchestre **Flash Back** qui prolongera cette soirée dans une ambiance musicale, émotionnelle et dansante.

Entrée gratuite pour tous. Restauration sur place.

Association France Alzheimer Manche

9, rue Daniel
50200 COUTANCES
02 33 17 16 41
contact@francealzheimer50.org

Permanences :
Mardi : 14h - 17h
Vendredi : 9h - 12h

Directeur publication : Jean SAUNIER

Rédactrice : Evelyne RABEC

Secrétariat d'édition : A. Marie LEPASQUIER

Sommaire

Page 2 :

Un conseiller en gestion de patrimoine
bénévole à France Alzheimer

Page 3 :

Nouvelles actions modélisées :
les jardins thérapeutiques,
la médiation animale,
l'activité physique adaptée

Page 4 :

Agenda

« Journée Mondiale France Alzheimer »

« France Alzheimer fête
son 20^{ème} anniversaire ! »

**Vendredi 22 Septembre 2023
10h à 17h30**

- Randonnée adaptée et ouverte à tous
- Repas sur réservation
- Animation dansante avec Granvill' Danse

(Pour le lieu et plus de détails, rendez-vous dans notre prochain numéro Alzheimer Info)

INTERVIEW DE MONSIEUR COUASNON

Pour tous les lecteurs de notre journal, Monsieur Couasnon, qui êtes-vous ?

« Jean-René Couasnon, 47 ans, conseiller en gestion de patrimoine, je travaille depuis 2018 dans ce secteur et, depuis deux ans, j'ai créé mon cabinet indépendant ».

Conseiller en gestion de patrimoine, en quoi consiste votre profession ?

« Mon métier consiste à conseiller et accompagner des familles, des chefs d'entreprise pour adapter et mieux gérer un patrimoine dans une vision globale. Je propose une stratégie sur le long terme. Il va revêtir plusieurs aspects :

- Un aspect économique lorsqu'il s'agit, par exemple, de faire fructifier ou constituer un capital ou de l'immobilier.
- Un aspect fiscal en optimisant la fiscalité des revenus du travail et du patrimoine.
- Un aspect de prévoyance en matière de transmission pour anticiper une réflexion en amont d'une situation (ex. : le handicap, l'arrêt de travail, le décès...).
- Un aspect juridique, aspect sur lequel j'interviens le plus dans mon accompagnement à France Alzheimer Manche. J'aide à faire le point sur une situation dans une transmission ou une gestion de patrimoine familial en relation avec la situation matrimoniale de la personne ».

Comment expliquer votre engagement au sein de France Alzheimer Manche ?

« En 2015, confronté au diagnostic de maladie d'Alzheimer chez ma mère, ainsi qu'à la problématique de sa mise sous curatelle en 2018, curatelle évoluant en 2022 vers une habilitation familiale, j'ai voulu suivre en 2019, une formation des aidants naturels, formation proposée au siège Coutançais. Là, j'ai vu qu'il manquait à cette formation tous les aspects et les dispositifs juridiques complexes liés à ce rapport au patrimoine ».

J'entends Monsieur Couasnon, mais lorsque nous transmettons l'information, nos familles nous disent « c'est beaucoup trop tôt ». Dans ce cas, que leur répondez-vous ?

« Ce n'est jamais trop tôt, pour exemple, ma mère a été démarchée à son domicile. Elle a su dire qu'elle était sous curatelle, ce qui a fait fuir le démarcheur qui n'a pu finaliser sa vente, il savait sa signature caduque.

Autre exemple, la vente d'un bien pour couvrir une prise en charge financière d'un EHPAD peut entraîner une vente précipitée. Le propriétaire n'est plus en état de signer, une mise sous curatelle ou tutelle demande un délai de 6 mois environ, il se pourra alors que cette vente devienne inexécutable, le temps à la mise en place de cette nouvelle situation peut en annuler la vente.

Mettre en place des mesures n'est pas si complexe. J'aide en cas de besoin à remplir et compléter un dossier de demande. Dans tous les cas, c'est le juge qui décidera de la mesure de protection. Une décision sera toujours prise dans l'intérêt du majeur et pas dans l'intérêt de la famille en tenant compte du contexte familial.

Anticiper une demande permet de l'adapter à la situation du malade et à un moment précis où il sera encore capable de la décider.

Lors de mon intervention pendant la formation des aidants, j'explique le vocabulaire qui sera employé par le juge comme, par exemple, actes de conservation, d'administration, de disposition. J'informe sur les différentes mesures de protection possibles, dispositions un peu complexes dans leur langage juridique ».

De vos rencontres et permanences à France Alzheimer Manche, quel est votre ressenti ?

« J'entends de fausses idées que j'essaie de corriger... Comprendre la démarche permet d'y adhérer en prenant les bonnes décisions. Se dire, je ne serai peut-être plus dans la capacité d'y souscrire d'ici quelque temps doit amener cette réflexion. Il n'est jamais trop tôt parce que demain, il se pourra qu'il soit déjà trop tard ».

(Propos recueillis par Evelyne RABEC)

CALENDRIER DES PERMANENCES

Les vendredis : 26 mai, 30 juin, 29 septembre,
27 octobre, 24 novembre, 15 décembre
de 10h à 12h au siège de l'association
(sur rendez-vous)

■ Les jardins thérapeutiques

Proposés après un arrondi en caisse par les magasins Truffaut en 2019, France Alzheimer Union Nationale a développé dès 2020 des jardins thérapeutiques au profit de personnes souffrant de troubles neurodégénératifs. Des jardinières thérapeutiques à hauteur réglable adaptées aux personnes à mobilité réduite ont ainsi été mises à disposition sur Avranches. L'hortithérapie, pratique non médica-



menteuse, est un espace dédié au jardinage ou des personnes actives peuvent s'occuper à charrier la terre, bêcher, semer, tailler alors que d'autres

plus passives profiteront du jardin en regardant les fleurs, écoutant les oiseaux, sentant les effluves ou touchant terre, feuilles et fleurs.

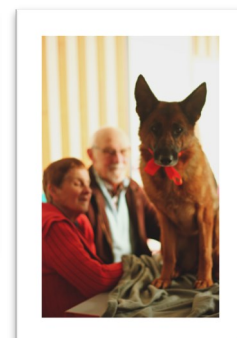
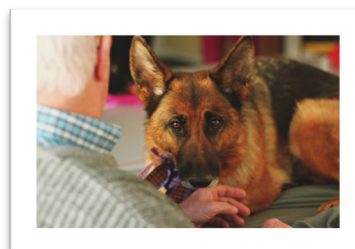
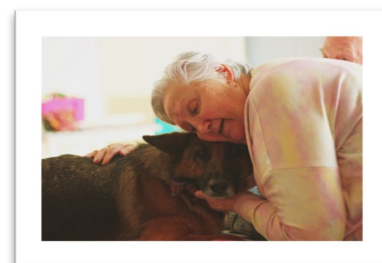
Le jardin à visée thérapeutique est un lieu de partage et de vie. C'est un espace social, source de stimulations sensorielles et de réminiscence des souvenirs d'enfance liés à son contenu.

■ La médiation animale

Thérapie non médicamenteuse, elle améliore la qualité de vie des personnes souffrant de troubles neurodégénératifs en rompant l'isolement, l'apathie et en améliorant les fonctions cognitives dont la mémoire fait partie.

Fondée sur une triangulation, intervenant, bénéficiaire, animal, elle repose sur l'attrait que cet animal exerce et sur sa capacité à stimuler. Capable de réciprocité et d'affection, l'animal ne porte pas de jugement et génère un sentiment de confiance. Cette interaction entraîne de nombreuses réactions en agissant sur les capacités intellectuelles, sensorielles et sociales.

A la résidence Saint-Vincent à Coutances, du 21 mars au 27 juin (dates p. 4), Thémis et sa maîtresse Anne-Lyse Blier font ressurgir des souvenirs, apaisent l'anxiété et adoucissent les émotions. Toutes les deux apporteront ce désir de communiquer par le contact visuel, tactile et verbal.



■ L'activité physique adaptée

L'activité physique adaptée est une pratique active adaptée aux pathologies et aux capacités fonctionnelles ainsi qu'aux limites de la personne. Lors de troubles neurodégénératifs, son objectif est de prévenir l'apparition ou l'aggravation de pathologies, d'augmenter l'autonomie ainsi que la qualité de vie des patients.

L'exercice physique est un excellent moyen de stimuler le cerveau. Il augmente la circulation sanguine et son apport en oxygène, ce qui peut aider à améliorer l'attention et la mémoire à court terme. Il va également augmenter la production de substances chimiques telles que l'endorphine, substance qui améliore l'humeur et le stress.



A Saint Lô, nous nous retrouvons le premier et troisième mercredi de chaque mois de 15h45 à 16h45 à « l'Orange Bleue » 545, rue Léon Jouhaux.

Dans un espace dédié au bien-être et à la remise en forme, après un temps d'échauffement, notre petit groupe entame une chorégraphie puis se dirige vers l'espace équilibre et coordination. Le programme est entraînant, musical et même si nos performances restent actuellement limitées, nous avons à cœur de nous améliorer !

Agenda

**Vous pouvez également retrouver toutes les actions des antennes
sur notre site Internet : www.francealzheimer.org/manche**

Antenne Coutances

Ateliers de mobilisation cognitive : Le jeudi de 14h30 à 16h30 et le vendredi de 10h à 12h à la Résidence Saint Vincent à **Coutances**.

Atelier de médiation animale : Les mardis 30/05, 13/06, 27/06 de 14h30 à 15h30 à la Résidence Saint Vincent à **Coutances**

Atelier Sophrologie : Les jeudis 08/06, 13/07, 14/09, 12/10, 09/11 de 15h à 16h au Centre d'Animation « Les Unelles » à **Coutances**.

Formation des aidants familiaux : du 29 septembre au 8 décembre de 10h à 12h à la mairie de **Coutances**.

Conseil Patrimoine : Les vendredis 29/09, 27/10, 24/11, 15/12 de 10h à 12h sur rendez-vous.

Antenne Granville-Villedieu

Groupe de parole : Les vendredis 25/08, 29/09, 27/10, 24/11, 22/12 de 14h à 16h à la Maison des Services à **Villedieu-les-Poêles**.

Café-mémoire : Jeudi 25 mai au restaurant « Le Fruitier » à **Villedieu-les-Poêles**.

Atelier Peinture : les lundis 18/09, 23/10, 13/11, 27/11, 11/12 de 14h30 à 16h30 à l'espace Pierre et Marie Curie à **Granville**.

Formation des aidants familiaux :

À **Granville** du 29 septembre au 8 décembre de 14h30 à 16h30 à la Résidence Autonomie « Les Herbiers ».

À **Villedieu les Poêles** du 18 septembre au 23 octobre à la Maison des Services.

Après-midi de convivialité « La Bouffée d'air » : Les 06/06, 06/07, 03/10, 05/12.

Antenne Nord Cotentin

Atelier de mobilisation cognitive : le vendredi de 10h à 12h au Pôle Santé - **Les Pieux**.

Groupe d'entraide : le vendredi de 14h à 17h au Foyer Résidence « Les Roquettes » à **Cherbourg**.

Atelier Art Thérapie - 1er groupe : 25 mai, 15 juin, 7 septembre, 5 octobre, 16 novembre, 14 décembre

2ème groupe : 11 mai, 1^{er} juin, 29 juin, 21 septembre, 19 octobre, 30 novembre

3ème groupe : 15 mai, 2 juin, 10 juillet, 1^{er} septembre, 6 octobre, 13 novembre, 1^{er} décembre

de 14h30 à 16h30 - Bâtiment Arc en Ciel à **Valognes**.

Halte relais : le mercredi de 14h à 17h à l'EHPAD Roland Ricordeau à **La Hague**.

Atelier Sophrologie : les mercredis 07/06, 28/06, 19/07, 13/09, 11/10, 15/11, 13/12 à la Résidence « La Chancelière » à **La Glacerie**.

Formations des aidants familiaux - 1ère session : du 17 octobre au 5 décembre de 18h à 20h

2ème session : du 18 octobre au 6 décembre de 10h à 12h à la Résidence « La Chancelière » à **La Glacerie**.

Antenne Saint-Loise

Ateliers de mobilisation cognitive : le mardi de 9h45 à 11h45 et 14h à 16h à la Maison de la Vie Associative Calmette et Guérin à **Saint-Lô**.

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

Groupes de parole : les vendredis 26/05, 16/06, 15/09, 20/10, 17/11, 15/12 de 18h à 20h à l'EHPAD La Fontaine Fleury à **Saint-Lô**.

Accueil-Écoute : le 1er mardi du mois de 14h à 17h à la Maison de la Vie Associative à **Saint-Lô** sur rendez-vous.

Formation des aidants familiaux : du 21 octobre au 2 décembre de 10h à 12h à l'EHPAD La Fontaine Fleury à **Saint-Lô**.

Antenne Sud Manche

Formation des aidants familiaux : du 17 octobre au 28 novembre de 18h à 20h à **Saint Hilaire du Harcouët**.

Merci de nous contacter au 02.33.17.16.41 pour toute inscription aux actions de l'association.