

La Newsletter



n°2 - Février 2016



Nous vous rappelons que notre siège social se situe au rez-de-chaussée du bâtiment principal du Pavillon de la Mutualité - 45, Cours du Maréchal Gallieni à Bordeaux. Une permanence est assurée les mardis et jeudis de 14h30 à 17h00. L'accueil téléphonique est ouvert tous les jours de 09h00 à 17h00.

FORMATION 2016

La prochaine formation aura lieu en avril - mai - juin

Les connaissances sur l'approche des malades d'Alzheimer évoluant constamment, une nouvelle session de formation d'une durée de 39h va démarrer en avril prochain. Celle-ci sera proposée à l'ensemble des bénévoles et sera dispensée à raison de 2 jours par mois.

Les différents aspects de la maladie seront abordés par des professionnels du secteur médico-social : un médecin gériatre, directeur de CLIC, animateur en gérontologie, des psychologues et un juriste.

Vos frais de déplacement pour y assister seront pris en charge par l'association. Le planning de cette session vous sera communiqué courant février.



A VOS AGENDAS

29 Février : Lundi des familles

Les «Lundi des familles» de 18h 30 à 20 h, au CHU de Gérontologie à Lormont.

7 Mars : Réunion Bimensuelle Bénévoles

Comité de pilotage de l'association suivie de la réunion bimensuelle des bénévoles - de 12h00 à 16h30 - Crs Gallieni à Bordeaux

12 Mars : Café des aînés à Martignas

Café des aînés animé par un animateur gérontologue et une psychologue - de 10h à 12h (a lieu le 2e samedi du mois)

31 Mars : Conseil d'administration

Conseil d'administration de l'association à 14h30 - Lieu : 45, Crs Gallieni à Bordeaux

11 Avril : Lundi des familles

Les «Lundi des familles» de 18h 30 à 20 h, au CHU de Gérontologie à Lormont.

21 Avril : Assemblée Générale

Assemblée Générale de l'association à 14h30 - Lieu : 45, Crs Gallieni à Bordeaux

25 Avril : Conférence-débat à Carcans

Organisation d'une conférence - débat autour de la Maladie d'Alzheimer . Lieu : Carcans-Ville

6 Juin : Réunion Bimensuelle Bénévoles

Comité de pilotage de l'association suivie de la réunion bimensuelle des bénévoles - de 12h00 à 16h30 - Crs Gallieni à Bordeaux

13 Juin : Les Après-Midi de l'Asso

Les bénévoles de Carcans organisent «un après-midi gourmand» auquel sont conviés les familles, bénévoles et ouvert à tous public. Mairie de Carcans - à 14h30.



Succès

des après-midis de l'Asso

Le 4 novembre dernier, nous avons organisé notre premier «après-midi de l'Asso». Ce moment convivial a accueilli une dizaine de personnes (familles et bénévoles). «Le café a été apprécié. Nous avons chanté et même dansé ! Tout le monde était satisfait des échanges qui se sont faits» rapporte une bénévole présente.

Devant ce franc succès, nous avons réitéré ce moment de partage, désormais ouvert à tous publics, le 8 février au sein des locaux de l'association à Bordeaux pour fêter Mardi Gras. 20 personnes, familles et bénévoles, se sont retrouvés autour de délicieuses gourmandises faites maison.

Nous vous donnons d'ores et déjà rendez-vous le 13 juin à Carcans Ville.

Journée des Associations
2^e édition



Activité en bref

Nous avons participé le 19 janvier dernier à la 2e édition de la journée des associations organisée par l'association EPSAB (étudiants en psychologie de la santé) au sein de la faculté de Bordeaux - La Victoire. Lors de cette journée, notre association a présenté ses missions au public essentiellement étudiants qui a ainsi pu s'informer sur l'association et rencontrer des bénévoles qui leur ont fait partager leur expérience.

A lire au dos de la page : Témoignage d'une famille —>

RAPPEL Réunion des Bénévoles

Les temps de prise de parole animés par la psychologue auront lieu les 7 mars et 6 juin 2016. Il est vivement conseillé aux bénévoles d'y assister afin de partager leur expérience en famille.



Le meilleur porte-parole d'une cause est souvent celui qui est touché personnellement par celle-ci. C'est pourquoi, nous avons choisi de donner la parole à un aidant que notre association accompagne depuis quelques années déjà sur ce chemin souvent chaotique de la vie avec un conjoint touché par la maladie d'Alzheimer. Entre isolement, remise en question et moment de répit, J-L.M revient sur son parcours et ce que l'association lui a apporté...

« C'est maintenant, après des années, que je me remémore comment j'ai réussi à trouver un équilibre, à la recherche de solutions pour gérer notre quotidien, en rendant possible le maintien à domicile de mon épouse, frappée par cette maladie dont on parle beaucoup, mais dont, seuls, ceux qui vivent avec le malade peuvent vraiment se rendre compte des difficultés pour vivre le quotidien ».

Une organisation de vie fragile et perpétuellement remise en cause ...

« **Cela a d'abord commencé par un vent de panique... ; je gérais tout par moi-même, n'acceptant d'autre aide que la mienne...** et puis, le médecin gériatre, la psychologue qui lui était attachée - je dirais surtout la psychologue - M. H. - m'a fait prendre conscience que je devais accepter de parler, de rencontrer du monde, et j'ai alors constaté combien beaucoup ne demandait qu'à vous aider, mais n'osait pas non plus entrer dans votre vie privée.

Le temps a fait murir beaucoup de choses, et ainsi, je peux dire maintenant, que j'ai **pu mettre en place une organisation de vie ; celle-ci reste très fragile**, et perpétuellement remise en cause par l'évolution de la maladie, oblige à se confier à d'autres, des spécialistes, d'autres aidants, afin de mettre en commun nos difficultés.

J'en arrive là, à dire ce que m'a apporté l'Association. M.H. **m'a donc d'abord suggéré d'aller à des Cafés Mémoires** ; nous nous retrouvions autour d'un thème, dans un café à Mérignac, et voyions là que **nous n'étions vraiment pas seuls, qu'il existait de nombreuses possibilités de rencontres** ; je dirais qu'il en existait tant, **qu'il fallait choisir** ; ce que j'ai fait - et **c'est ainsi que l'Association d'aides aux Aidants du Pavillon est arrivée près de nous**. Cela s'est fait par un premier contact avec la psychologue de l'Association P.D., qui s'est rendue à notre domicile, et ayant rencontré mon épouse et moi-même a pu cerner les besoins d'aide qui seraient les miens. Je vivais un peu reclus, et avais quasiment abandonné les parties de cartes que je faisais régulièrement chaque semaine ; elles étaient pour moi un vrai moment de détente ; je gommais le temps d'une après-midi tous les soucis liés à l'organisation de la vie de la maison et la recherche de ce qui pourrait occuper mon épouse ».

Martine, plus qu'une bénévoles, une amie et un soutien précieux

« **L'Association a pour vocation d'aider les Aidants ; les bénévoles sont formés, discrets et apportent de la chaleur humaine aux personnes fragilisées. Martine est arrivée, et chaque mercredi vient passer quelques heures auprès de ma femme. Une amitié est née**, et moi, l'Aidant, ne suis plus à téléphoner à mon épouse, qui n'est d'ailleurs plus capable de décrocher le combiné du téléphone, afin de savoir si elle va bien. Je sais qu'une amie est à la maison et que mon épouse est en sécurité. Je m'adonne à mon passe-temps favori, me concentre sur le jeu, et... gagne de nouveau !!! cela peut paraître futile, mais croyez le, cela rend la vie plus facile. **On en arrive à se confier. On vous apporte des pistes aussi bien humaines que pratiques, et on vous ouvre des réseaux qui vous aident aussi bien sur le plan humain que sur le plan pécuniaire** – comment agir pour obtenir des aides financières des pouvoirs publics .

L'Association agit bénévolement et la question s'est posée pour moi de savoir comment je pouvais rendre un peu de ce qui m'était donné. J'ai assisté à une Assemblée Générale, et ai compris que pour vivre l'Association avait besoin de subventions des pouvoirs publics, et pour cela de trouver de nouveaux adhérents afin d'atteindre un seuil en dessous duquel il n'est pas possible d'obtenir quoi que ce soit de l'Etat. **J'ai donc proposé la carte d'adhérent autour de moi - 7 € l'an - à ma famille, mes amis, mes fournisseurs, les parents et amis de mes amis... cela a fait boule de neige et j'entends bien continuer en 2016, souhaitant ainsi aider à consolider l'avenir de l'Association.**

Essayons tous d'en faire autant !!!

Croyez le bien, ne restons pas seuls, n'hésitons pas à communiquer nos soucis, tout en reprenant un minimum de tonus pour entourer nos êtres chers, et nous sentir mieux pour assumer l'avenir. »

J.-L. M.