

SOMMAIRE

P.1 Actualité : Faire face à vos côtés

p.2 Interview : Georgius Gruchet : "J'ai dû répondre à des problèmes particuliers"

La MAIA également sur le pont

p.3 Parole d'aidante : "Le confinement a permis une mise à jour sous le toit familial !"

Pour aller plus loin...

P.4 En bref

ACTUALITÉ

FAIRE FACE À VOS CÔTÉS

Pendant le confinement, même si nous avons dû fermer nos Maisons Cœur Alzheimer, nous sommes demeurés à vos côtés, grâce à la mise en place de plusieurs services à distance ou en présentiel.

• **Permanence téléphonique... et physique !** Salariée de France Alzheimer Réunion depuis début février, Jessy Legros a assuré pendant le confinement une présence quotidienne, le matin, au siège de l'association. L'après-midi, jusque vers 16h, elle répondait également aux appels. "Sylvie Agnez et moi, nous nous appelions tous les jours. De plus, Gabrielle Fontaine, la vice-présidente de l'association, et Daniel Belon, le trésorier, passaient tous les vendredis pour m'aider", complète-t-elle.

• **Entretiens individuels avec les aidants.** Les psychologues de l'association ont proposé aux proches de personnes malades qui le souhaitent des consultations téléphoniques, satisfaisant ainsi à la volonté de l'Union des associations France Alzheimer et maladies apparentées de poursuivre son action de soutien psychologique aux aidants malgré le confinement.

• **Ateliers cognitifs au domicile de personnes malades.** De mi-mars à début juin, Sylvie Panchèvre a mené une cinquantaine d'ateliers de médiation cognitive. "Ces ateliers s'adres-

sent à des malades dont les aidants en ont fait la demande ou qui ont été identifiés par des gestionnaires de cas de la MAIA (dispositif porté par l'association). Ludiques, ils s'adaptent aux capacités des personnes. Suivant avec qui je travaille je propose différentes choses : images, histoires de vie, photos "lointan", jeux cognitifs..., précise celle qui officie aussi en tant qu'art-thérapeute pour l'association avant de remarquer : le confinement risquait d'accroître l'isolement social, déjà très fort, de ces personnes. Il était donc très important de continuer à leur rendre visite."

• **Réouverture des Maisons Cœur Alzheimer dès la fin du confinement.** "Nous veillons au strict respect des mesures barrière, précise Sylvie Agnez, la présidente de l'association. Nous limitons à 8 le nombre de participants aux groupes de parole et aux ateliers et avons adopté le port du masque obligatoire. Pour autant, certaines familles se montrent encore réticentes à revenir, par peur de la Covid-19. A nous de les convaincre, car, souvent, elles ont besoin de ces moments de répit."

ÉDITO



Ce Modékri est en grande partie consacré à la manière dont nous nous sommes efforcés de vous accompagner pendant le confinement, vous qui êtes concernés par la maladie d'Alzheimer et/ou les maladies apparentées.

C'est que, durant ces presque deux mois, plus que jamais, vous avez été nombreux à souffrir d'isolement, voire d'épuisement, à vous sentir traités comme des "oubliés" de cette crise sanitaire.

Mais, nous, nous ne vous avons pas oubliés. Bénévoles et professionnels de notre association se sont mobilisés pour apporter écoute et conseils, pour tenter de conserver du lien social et maintenir des activités thérapeutiques.

La Covid-19 prouve combien le travail de notre association est important pour répondre aux besoins des personnes malades et de leurs proches aidants. Elle laissera des traces. A nous de militer pour que la société tire des leçons de cette sombre période.

Sylvie Agnez, Présidente

Contact

Vous souhaitez nous faire part de votre expérience, vos suggestions, ou vos conseils :
contact@reunion-alzheimer.org

26 bis, rue des écoliers
Le Chaudron
97490 Sainte-Clotilde
Tél. : 0262 94 30 20
www.reunion-alzheimer.org

INTERVIEW

GEORGIUS GRUCHET : "J'AI DÛ RÉPONDRE À DES PROBLÉMATIQUES PARTICULIÈRES"

Pendant le confinement, Georgius Gruchet, psychologue pour France Alzheimer Réunion, a assuré une quarantaine de consultations téléphoniques avec des aidants souvent encore plus épuisés et démunis qu'habituellement.



à ses angoisses. Avec certains aidants, des rendez-vous réguliers se sont institués. Au bout de deux à trois entretiens, je leur proposais, lorsque c'était possible, de nous "voir" par visioconférence. Observer les postures et les mimiques m'aide en effet dans mon travail de psychologue.

Y a-t-il eu des problèmes particuliers auxquels les aidants vous ont dit avoir été confrontés durant le confinement ?

G.G. : Oui, certains aidants ont eu un vécu catastrophique de cette période. Ils ont eu par exemple à gérer une personne malade qui ne comprenait pas pourquoi elle

malade, sans pouvoir compter sur les autres membres de la famille qui habituellement les soulagent et qui, là, n'osaient plus leur rendre visite par peur des contrôles de police.

Quelles réponses avez-vous pu apporter à ces appels de détresse ?

G.G. : Mon accompagnement dépend de chaque cas qui m'est soumis. Mais, de manière générale, j'invite souvent l'aidant à s'appuyer sur des éléments du discours de son proche malade pour avancer, peut-être en détournant son attention, pour qu'il cesse par exemple de se focaliser sur son envie de "sortir". L'objectif, c'est toujours de faire baisser la tension, de ne pas se braquer. Je peux aussi donner des exemples de postures d'aidants qui ont fonctionné. Je n'hésite pas non plus à reparler des troubles générés par la maladie : il faut essayer de s'adapter aux changements d'identité de la personne malade et à ses sautes d'humeur. L'important, c'est d'accepter la maladie, de bannir cette idée que la personne malade ferait "express" de vous contrarier, même si, parfois, il a des idées fixes très énervantes.

Comment se déroulaient ces séances ?

Georgius Gruchet : Pendant 45 minutes à une heure, j'écoutais et répondais aux interrogations de mon interlocuteur, à ses difficultés, voire

ne pouvait plus sortir, qui voulait fuguer ! Alors que de son côté, l'aidant pensait à la sécurité de son proche et au risque d'écopier d'une amende de 135 €. D'autres aidants se sont retrouvés seuls avec leur proche

LA MAIA EGALEMENT SUR LE PONT

Porté par l'association France Alzheimer Réunion, le dispositif MAIA d'amélioration de la prise en charge des personnes âgées (notamment celles qui souffrent d'Alzheimer) s'est lui aussi adapté au confinement. Du 17 mars au 11 mai 2020, le service de gestion de cas a instauré une coordination téléphonique et par mailing pour assurer le lien entre les personnes accompagnées, l'entourage et les différents professionnels de l'équipe de prise en charge. Pour l'épauler, il a pu compter sur les aides à domicile et les professionnels

qui se sont déplacés chez les personnes malades.

Cependant, les gestionnaires ont enregistré un impact négatif dû au confinement : majoration des troubles de santé ayant entraîné des hospitalisations, permanence et observance des soins mises à mal (interventions de professionnels à domicile interrompues à la demande des personnes âgées ou de leur entourage), fragilité psychologique chez les aidants suite à l'arrêt de certains services de type accueil de jour, groupes de parole...

Autant de situations que les gestionnaires de cas de la MAIA ont tenté d'améliorer.

D'autre part, les pilotes de la MAIA ont assuré une veille constante sur l'organisation et le fonctionnement de l'offre de santé afin de faire le lien avec les autorités (ARS, Conseil Départemental) dans l'objectif de fluidifier le parcours de la personne âgée.



Accueil, Écoute, Permanences

Saint-Denis
02 62 94 30 20

Du lundi au vendredi
de 8h30 à 15h30

Le Port
02 62 32 01 61

Lundi, jeudi 9h-12h et 14h-17h
Mardi, vendredi 9h-12h

Sainte-Marie
02 62 37 92 21

Mardi, samedi 9h-12h
Jeudi 9h-12h et 14h-16h30

Saint-Pierre
02 62 25 85 23

Lundi, mardi, jeudi 9h30-12h et 14h-16h
1 mercredi sur 2 14h-16h
Vendredi 9h30-12h

PAROLE D'AIDANTE

"LE CONFINEMENT A PERMIS UNE MISE À JOUR SOUS LE TOIT FAMILIAL !"

Corine Cadarsi est l'aidante de sa mère Rose (atteinte de la maladie d'Alzheimer) depuis cinq ans. Paradoxalement, le confinement l'a conduite à se recentrer sur l'essentiel, à mieux impliquer ses enfants et à ouvrir les yeux. Témoignage.

"Pendant le confinement, confie Corine, j'étais moins speed, parce que je n'avais plus à enchaîner les rendez-vous. De plus, l'aide-ménagère de maman et l'infirmier ont continué à venir, ce qui m'a beaucoup aidée. J'ai redécouvert ma mère. Je savais que la maladie allait s'aggraver, mais, là, à force d'être tout le temps avec elle, je me suis rendu compte à quel point son état s'était détérioré. Parfois, maman ne me reconnaît plus." Un constat difficile, mais qui l'a obligée à réfléchir à ce qu'elle vit au quotidien avec sa mère.

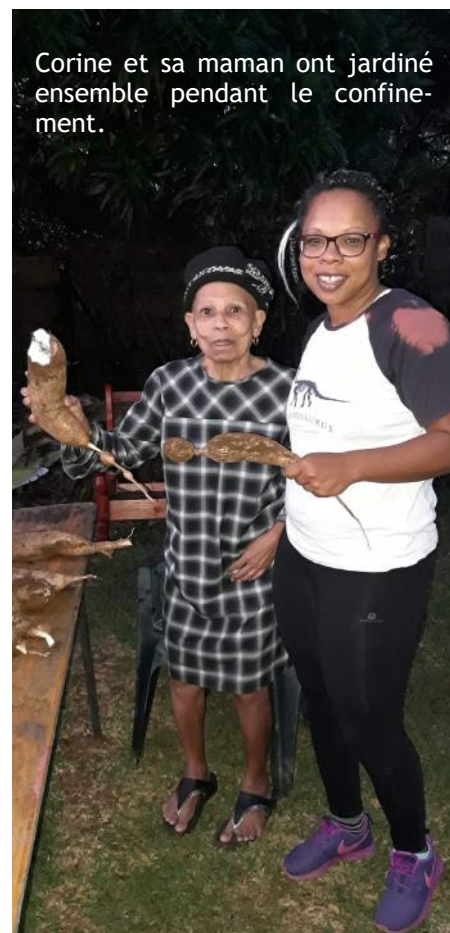
La présence de son compagnon et de ses trois enfants en permanence a également changé la donne. "Ils ont pu comprendre certaines de mes attitudes avec maman, dues à sa maladie. Ça a été notamment im-



portant pour mon fils qui avait quitté La Réunion pendant 5 ans et n'est rentré que l'année dernière. Pendant le confinement, il a vraiment pris conscience de la maladie de sa mère. De mon côté, j'ai accepté que mes proches s'occupent de maman alors qu'avant, je ne déléguais pas, sauf à l'aide-ménagère. J'avais l'impression que j'étais la seule à savoir faire. Pendant le confinement, ils ont mis la main à la pâte et ils se sont bien débrouillés."

Corine explique également que le confinement l'a poussée à recommencer à partager des activités ludiques avec sa mère. "Nous avons joué à des jeux de société, aux cartes, aux dominos... On le faisait auparavant, mais, avec le temps, c'est une habitude que j'avais abandonnée. Nous avons écouté de la "musique lointan", j'ai dansé avec maman. Ma benjamine nous accompagnait aux percussions. J'ai aussi dressé mon arbre généalogique en sollicitant maman, j'ai jardiné avec elle... Il fallait combler toutes ces journées libres, pour ne pas s'ennuyer", commente-t-elle.

"En fait, conclut-elle, je me suis aperçue que je pouvais vivre sans courir. Depuis, j'ai gardé ce rythme. J'ai aussi accepté d'acheter un ordinateur pour pouvoir effectuer des démarches sur Internet. Ça n'était pas dans mes valeurs, mais l'épidémie m'a convaincue de le faire. Et je me suis rendu compte que cela me permettait de gagner du temps. Et



Corine et sa maman ont jardiné ensemble pendant le confinement.

évidemment de nous protéger. Surtout, je consacre plus de temps à tout simplement passer de bons moments avec maman. C'est comme si le confinement avait permis une mise à jour sous le toit familial, pour que les choses reprennent leur juste place." Comme un recentrage sur l'essentiel...

POUR ALLER PLUS LOIN...

Soucieuse de dégager des enseignements du confinement, France Alzheimer Réunion s'est associée à une enquête nationale sur la solitude et l'isolement durant cette période très spéciale.

L'association s'est parallèlement fixé pour mission d'obtenir de ses partenaires des budgets supplémentaires. "Nous en avons besoin notamment parce que la crise de la Covid-19

nous contraint à limiter à dix personnes les participants tant à nos ateliers qu'aux groupes de parole, martèle Sylvie Agnez, la présidente de l'association. De plus, nous aimerions pouvoir organiser des groupes de parole différenciés, séparant par exemple les proches aidants de personnes malades en début de maladie de ceux qui accompagnent des personnes à un stade déjà avancé de la maladie, mais aussi augmenter les

entretiens psychologiques individuels que nous pouvons proposer aux aidants. Une chose est sûre : nous allons continuer à nous battre face à cette maladie, pire que cette pandémie que nous traversons, comme nous le faisons depuis plus de 20 ans."

L'association a également toujours, et plus que jamais, besoin de nouveaux bénévoles. Alors, n'hésitez plus !

EN BREF

ZUMBA DANS LE SUD

Depuis août, tous les lundis matins, Edina Pellier (d'Edina Zumba) anime un atelier de zumba à la Maison Cœur Alzheimer (MCA) Sud. "Les aidants qui participent à ces séances adhèrent à ce lâcher prise. Ils avaient besoin de cadencer un peu !", s'exclame Dolaine Blanco, la responsable de la MCA Sud. Deux groupes, limités chacun à 5 personnes, se dépensent ainsi chaque semaine en alternance.



FORMATION DES AIDANTS

Animée par la psychologue Christel de Martin de Viviès avec le soutien de la responsable de la MCA Sud, Dolaine Blanco, la formation des aidants débutée le 14 février s'est finalement clôturée le 21 août par un petit-déjeuner "partage", après une interruption pendant le confinement. Elle s'est, comme à l'accoutumée, articulée autour de sept modules : connaître la maladie, s'informer sur

les aides, accompagner le quotidien, communiquer et comprendre, être l'aidant familial, préparer l'entrée en établissement, vivre en établissement. "Cette formation m'a ouvert les yeux et permis d'avancer. Nous étions un groupe homogène dans lequel régnait beaucoup d'empathie. Tous les aidants devraient suivre cette formation", conseille Huguette Baillif, aidante de son époux.

ATELIERS COGNITIFS DANS L'OUEST

Dès la fin du confinement et, à nouveau à partir du 21 septembre, Nicole Payet et Cécile Lechien, deux bénévoles de la Maison Cœur Alzheimer Ouest du Port, ont recommencé à accueillir chaque lundi après-midi des petits groupes de 2 à 6 personnes souffrant d'Alzheimer ou de syndromes apparentés aux stades premiers de leur maladie pendant une heure et demie pour des ateliers cognitifs. Elles proposent des activités construites en fonction des goûts et compétences des participants : lecture à haute voix, jeux sur les cinq sens, jeux de société, activités manuelles, musique et chant... "J'avais le désir profond d'apporter un soutien moral aux familles et aidants dans la détresse. De plus, j'avais envie de réaliser avec des personnes malades des activités adaptées, pour leur permettre de conserver le plus longtemps possible une certaine autonomie", précise Nicole Payet. "Il me semblait important de co-animer des moments d'échanges permettant de partager avec nos aînés ce qui leur est cher dans des activités visant à sauvegarder des modèles de communication. Le temps passé,

même court, nous renvoie à nous, bénévoles, chaleur et découvertes humaines très enrichissantes", complète Cécile Lechien

ELLE VOUS REÇOIT

Embauchée début février, en remplacement temporaire d'Odile Payet toujours assistante de direction, Jessy Legros assure le suivi administratif de France Alzheimer Réunion. J'ai souhaité travailler autrement, détaille-t-elle. J'ai envisagé une reconversion dans des activités de couture (Jessy a cousu des masques en tissu pour les membres de l'association pendant le confinement). Parallèlement, j'ai effectué une réactualisation de mes acquis en bureautique. Cette formation venait de s'achever quand je suis tombée sur l'annonce de l'association qui recherchait une secrétaire administrative. J'ai saisi cette opportunité qui me permet de m'engager dans un domaine où la compassion signifie quelque chose."



MERCI AU GROUPE SIPR !

La Société d'Importation des Pharmaciens de La Réunion (groupe SIPR - CERP Réunion) a approvisionné notre association en gel hydro-alcoolique et en masques. Merci à ce partenaire de longue date ainsi qu'à l'ensemble des entreprises qui nous offrent un fidèle soutien !

BULLETIN D'ADHÉSION

Nom : _____
Prénom : _____
Adresse : _____
Code postal : _____
Ville : _____
E-mail : _____
Tél. : _____

- Adhérent 20 €
 Don : _____

(Règlement par chèque bancaire ou postal à l'ordre de France Alzheimer Réunion)



Coupon à détacher et à retourner accompagné de votre règlement à :

FRANCE ALZHEIMER RÉUNION
26 bis, rue des écoliers
Le Chaudron
97490 Sainte-Clotilde