

TEMOIGNAGE

Tout seul dans la maison avec ma femme, c'était devenu très dur. Il y avait des tensions et je ne savais pas toujours comment la prendre. Face à la maladie, je me suis vite senti désarmé, avec le risque de me retrouver isolé. Dans les petites villes, du jour où vous avez un malade chez vous, les gens ne viennent plus vous rendre visite.

Quand l'association France Alzheimer Ariège m'a proposé de suivre une formation, je n'ai pas hésité. Cette formation m'a été d'autant plus bénéfique que j'ai pu échanger avec d'autres aidants. J'ai mieux compris ce qu'était la maladie. Lorsque le médecin vous parle de démence, vous ne retenez que ce terme. Mais la maladie d'Alzheimer, c'est tout sauf de la folie. Les formateurs nous ont appris comment se comporter dans les situations de crise. Il ne faut pas se braquer, ni brusquer la personne malade. La première chose à faire est d'essayer de se mettre à sa place, de se demander pourquoi elle se comporte ainsi. Son attitude est le résultat d'une souffrance. Et si son agressivité se fixe sur nous, c'est souvent parce qu'on représente un frein à ce qu'elle veut faire. C'est difficile. Les personnes malades ont une logique différente. On finit par ne plus se comprendre. Les formateurs m'ont également montré comment rendre la vie plus confortable à ma femme, en aménageant la maison. Et je suis maintenant convaincu qu'il ne faut pas vouloir tout faire tout seul. Il faut accepter de se faire aider. Si on attend trop longtemps, on risque de se mettre en danger, ainsi que la personne malade.

Paul Maury

**FRANCE ALZHEIMER EST UNE UNION
D'ASSOCIATIONS PRÉSENTES DANS TOUTE LA
FRANCE AU SERVICE DES PERSONNES MALADES
ET DE LEUR FAMILLE.**

Reconnue d'utilité publique depuis 1991, ses missions essentielles sont :

- Informer et soutenir les personnes malades et leurs familles
- Former les professionnels de santé et les bénévoles
- Contribuer à la recherche
- Sensibiliser le public et interpeler les pouvoirs publics.

POUR PLUS D'INFORMATION ET INSCRIPTION GRATUITE.

Contact : Jean-Michel PETIOT - 06 10 80 07 65

Dates prévues pour les 5 modules :

Vendredi 25 mars 2022 14h-17h

Vendredi 1^{er} avril 2022 14h-16h30

Vendredi 8 avril 2022 14h-16h30

Vendredi 15 avril 2022 14h-17h

Vendredi 22 avril 2022 14h-17h

Intervenants :

Carole PELIX - neuropsychologue

Jean-Michel Petiot – formateur France Alzheimer

Lieu de la formation : Pays de Tarascon

NB : le lieu précis sera indiqué après inscription

Avec le soutien de :



**Nouvelle session
Printemps 2022**

**FORMATION
DES AIDANTS**

PAYS DE TARASCON

**FORMEZ-VOUS GRATUITEMENT
AVEC FRANCE ALZHEIMER ARIÈGE**

VOUS ACCOMPAGNEZ UN PROCHE ATTEINT DE LA MALADIE D'ALZHEIMER ?

POURQUOI UNE FORMATION ?

France Alzheimer milite depuis longtemps pour faire reconnaître le rôle essentiel des aidants familiaux.

Ceux-ci, malgré tous les efforts déployés, peuvent être confrontés à des situations d'échec, avec des risques d'épuisement et d'isolement.

Ils sont nombreux à réclamer de l'aide pour améliorer la qualité de l'accompagnement d'un proche et développer leurs compétences.

À QUI S'ADRESSE-T-ELLE ?

Soutenue par l'État dans le cadre du Plan Alzheimer 2008 – 2012, cette formation s'adresse aux personnes qui accompagnent un parent ou un proche atteints de la maladie d'Alzheimer ou d'une maladie apparentée.

Les participants sont réunis en petits groupes pour favoriser le partage d'expériences et les échanges. **Cette formation est gratuite.**

QUI L'ANIME ?

Elle est co-animée par un psychologue et un bénévole de l'association, formés ensemble pour cette action.

Ce travail en binôme, spécificité de France Alzheimer, permet d'apporter des réponses au plus près des réalités vécues par les participants.

LE CONTENU DE LA FORMATION

L'ensemble du cycle est d'une durée de 14 heures. Il est découpé en plusieurs modules, espacés sur plusieurs semaines.

- ▶ **Module 1 : Connaître la maladie d'Alzheimer**
Les questions les plus fréquentes
Les différents troubles de la maladie
- ▶ **Module 2 : S'informer sur les aides possibles**
Les aides humaines
Les aides techniques
Les aides sociales et financières
Les aides juridiques
- ▶ **Module 3 : Accompagner au quotidien**
Les actes du quotidien
Les temps de partage et de détente
- ▶ **Module 4 : Communiquer et comprendre**
Rester en relation et maintenir l'échange
Répondre aux manifestations de l'humeur et aux conduites dérangementes
- ▶ **Module 5 : Être l'aidant familial**
Modification des rôles dans la famille
Importance des temps de répit et du maintien du lien social.

Les deux derniers modules sont abordés si le groupe est composé d'aidants ayant leurs proches malades en établissement ou fréquentant un accueil de jour ou encore d'aidants qui peuvent arriver à la limite de l'accompagnement à domicile et se posent la question de l'entrée en établissement :
- ▶ **Module 6 : Préparer l'entrée en établissement**
Reconnaître les limites de l'accompagnement à domicile
Envisager l'entrée en établissement de son proche malade
- ▶ **Module 7 : Vivre en établissement**
Fonctionnement d'un établissement
Accueil de la personne malade et de sa famille
Place de l'aidant et ses relations avec le personnel soignant

LES OBJECTIFS

- ▶ Mieux comprendre les mécanismes de la maladie
- ▶ Mieux adapter ses attitudes et ses comportements face à la personne malade
- ▶ Mieux communiquer pour maintenir une relation d'échange
- ▶ Mieux évaluer ses possibilités et savoir reconnaître ses limites
- ▶ Mieux connaître les aides dont on peut bénéficier

EN PLUS DE LA FORMATION

Les associations France Alzheimer peuvent aussi proposer :

- ▶ Une permanence pour être écouté, informé et orienté
- ▶ Des groupes de parole animés par des psychologues
- ▶ Des groupes de partage d'expériences, de convivialité et de loisirs
- ▶ Des conférences-débats où interviennent des experts professionnels
- ▶ Des Séjours Vacances-répit Alzheimer®
- ▶ Des haltes-relais pour les personnes malades et leur aidant familial ainsi que des Cafés mémoire® France Alzheimer