

TÉMOIGNAGE

« 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 de l'Yonne 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.»

Miltiade Minéry

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 interpeller les pouvoirs publics

Pour plus de renseignements,
veuillez contacter votre association locale.



(coût d'un appel local)

SOUTIEN-INFOS-CONSEIL-ECOUTE

Maladie d'Alzheimer et maladies apparentées

FORMATION DES AIDANTS FAMILIAUX



Mieux comprendre
pour mieux aider



Crédit photos : © Carl Cordonnier Daillyffe - France Alzheimer, 2009

**France Alzheimer
et maladies apparentées**

Union nationale des associations France Alzheimer
21, boulevard Montmartre - 75002 Paris
www.francealzheimer.org



**ASSOCIATION
FRANCE ALZHEIMER®**
www.francealzheimer.org

Un malade, c'est toute une famille qui a besoin d'aide



Vous accompagnez un proche atteint de la maladie d'Alzheimer ?

— POURQUOI UNE FORMATION ?

France Alzheimer milite depuis longtemps pour faire reconnaître et développer les compétences et les talents 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.

— A QUI S'ADRESSE-T-ELLE ?

Soutenue par l'Etat 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.

— QUI L'ANIME ?

Elle est co-animée par un psychologue professionnel 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.

— LES OBJECTIFS

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

— EN PLUS DE LA FORMATION

Les associations France Alzheimer peuvent aussi proposer :

- Une permanence où l'on pourra vous écouter, vous informer, vous orienter
- 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 de vacances adaptés
- Des haltes-relais pour les personnes malades

LE CONTENU DE LA FORMATION

L'ensemble du cycle est d'une durée minimum de 14 heures. Les modules sont espacés sur plusieurs semaines.

module 1

Connaître la maladie d'Alzheimer

- Les questions les plus fréquentes
- Les différents troubles de la maladie

module 2

Les aides

- Les aides humaines
- Les aides techniques
- Les aides sociales et financières
- Les aides juridiques

module 3

L'accompagnement

- 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 dérangeantes

module 5

Etre l'aidant familial

- La relation d'aide
- Savoir prendre du répit
- Maintenir une vie sociale



L'association France Alzheimer vous propose un cycle de formation qui vous aidera à faire face.