



10 ans déjà!

Durant cette décennie, la Plateforme Alzheimer de la Province de Luxembourg a relevé de nombreux défis.

DANS CE NUMÉRO :

Introduction	1
Du répit pour la VIE	2-6
Nouveau Président	7
La Plateforme Alzheimer souffle ses 10 bougies	8-9
Conférences à l'ère numérique	10
Semaine Aidants-proches	11
Information et Sensibilisation	12
Nouveaux projets et partenariats	13
Logos partenaires	14
Dons et coordonnées	15

Plus qu'un nom, c'est une grande famille et jusqu'à présent, toutes ses initiatives ont permis d'aider les nombreuses familles touchées par la maladie.

Ces deux dernières années, sous l'impulsion créative d'une équipe soudée, elle a fait face à cette pandémie en répondant sans cesse présente pour les aidants en demande d'écoute, d'information et de soutien. Cette crise sanitaire a aussi fait naître de nouvelles pratiques de travail. Aujourd'hui, plus motivée que jamais, elle poursuit dans cette voie mais l'heure est aussi aux rapprochements humains et projets de terrain. Durant ces prochains mois, elle souhaite redémarrer et initier ses activités de répits pour le plaisir d'être ensemble et de servir une grande cause qui lui est chère.

La Plateforme tient à féliciter et remercier tous les membres et administrateurs pour leur disponibilité, dévouement et leur motivation débordante à la faire vivre. Ce 23 mars est une occasion de renouer le contact et rencontrer les personnes qui nous sont chères. A l'occasion de son anniversaire, la Plateforme s'entourera de ses proches, partenaires, bénévoles et donateurs. Pour l'occasion, elle souhaite remettre le titre d'ambassadeurs à ses plus fidèles aidants et volontaires de la première heure. L'objectif étant de les mettre à l'honneur et leur confier un rôle majeur d'ambassadeurs bâtisseurs, réfléchissant ensemble pour dégager des pistes d'actions concrètes et aider les familles demain.

Sans conteste nous pouvons dire que cette ASBL est une belle réussite humaine qui ne manque pas de servir la population de son territoire.

Daniel Ledent, Président

Du répit pour la VIE

Venir en aide et soutenir les aidants en ces temps de pandémie n'a pas été chose aisée mais pourtant oh combien essentiel pour beaucoup d'entre eux. La plateforme Alzheimer par ses offres de répits a permis plusieurs escapades dans le respect des règles sanitaires en vigueur. Ces répits ont adouci le quotidien de tous et de nouvelles formules enrichies de beaux partenariats viendront encore compléter et diversifier avantageusement toutes les propositions déjà largement éprouvées.

Peu à peu au fil des ans, la plateforme Alzheimer se passionne pour les formules de répits.

Focus sur les offres de répits initiées et organisées

Des journées de répit « détente et patrimoine » à destination des aidants et des aidés

Du répit pour oublier la maladie et rencontrer d'autres couples vivant la même réalité. De mars à octobre, la Plateforme a proposé quelques belles journées. Jusqu'à présent et grâce aux dons reçus tout au long de l'année, ces répits ont pu être intégralement offerts aux participants.

Les bénévoles présents ont offert bien plus qu'un choix varié d'activités et le nombre de bénéficiaires n'a cessé de s'étoffer avec de nouveaux venus pour avoisiner les 20 personnes .

Comme pour toutes nos activités de répit, l'ambiance y était conviviale et chaleureuse et la journée se déclinait en toute simplicité au rythme de chacun, dans le respect de leur personnalité, leurs vécu et réalités personnelles qui les définissent .

L'avis est unanime et cette modeste bouffée d'oxygène a aidé les aidants dans leur quotidien difficile face à l'avancée de leur conjoint dans la maladie. Les personnes touchées par les TNC ont tous apprécié ces doux moments entre nous particulièrement les joies de la table.

Journée de répit « les butineuses du Chenêt » (mars) :

Une première journée à Marbehan placée sous le signe de la nature et des animaux de la ferme. Cette demi-journée fut une reprise post-covid et s'est déroulée en comité restreint dans une mini ferme pédagogique. La propriétaire des lieux a permis à 10 personnes de s'occuper des brebis, agneaux, poules, lapins, chevaux et ânes que les bénéficiaires ont pu brosser et promener à leur guise. Un goûter de la Halle de Han a clôturé cette belle après-midi de retrouvailles.

Journée de répit à Clairefontaine (juin) :

La journée a permis de visiter ce magnifique site proposant des vestiges de l'aire gallo-romaine, des plantations d'herbes médicinales et aromatiques, son eau pure ou encore sa chapelle. L'animateur du jour nous a convié à déguster une boisson apéritive locale et le repas a été pris en terrasse et a permis de discuter ensemble, d'évaluer la journée et d'obtenir d'éventuelles suggestions pour les mois à venir.

Journée de répit à Bertrix « Le cheval de trait » (aout) :

La journée était dédiée au cheval de trait ardennais : pansage, balade en char à banc, attelage, initiation débardage, ferrage, ... Ce répit a fait émerger pleins de souvenirs chez beaucoup de participants et le repas fut l'occasion de partager toutes ces émotions et anecdotes sur la vie d'antan.

Journée de répit à Habay le 21 septembre :

La journée a débuté par une visite du musée Thiry suivie d'un apéritif généreux en accompagnements chez Marie-Agnès Gérard et d'un repas aux galeries du Châtelet. L'après-midi a permis à la quinzaine de personnes présentes de se balader autour des étangs du parc en profitant de la présentation des œuvres de Mr Bontemps. La journée s'est clôturée par un goûter et papotage.

Journée de répit à Torgny (16 octobre) :

Une journée vinicole lors des vendanges ...

Elle a débuté par une visite des vignes plantées à flanc de coteaux . Ce site magnifique à la vue dégagée a fait place à une dégustation dans le centre du village et un exposé sur Torgny. Le repas typiquement local pris dans la salle du village a fait place à un bel exposé et une promenade dans le village le plus méridional de toute notre province.

Un tout grand merci aux accueillants et bénévoles sans qui ces petits répits n'auraient pas eu la même raisonance chez chacun d'entre nous.

De Nouvelles destinations suggérées par beaucoup de nos bénéficiaires restent à planifier à la belle saison. Elles nous permettront de découvrir de magnifiques endroits. Orval, la Meuse en bateau, Han-sur-Lesse ou encore les épioux sont les destinations les plus attendues. Bien d'autres endroits des plus touristiques aux plus insolites seront à organiser selon l'envie des participants.

Du répit pour la VIE

Pour les mois moins cléments, la Plateforme proposera ponctuellement différentes activités dans un espace permettant d'accueillir une vingtaine de personnes .

Du répit en gîte en province de Luxembourg :

Une identité touristique à découvrir et à promouvoir.

Grâce à un beau partenariat engagé avec le service Tourisme de la Province, l'espoir de pouvoir proposer cette initiative dans toute la province est maintenant devenu une réalité. Le lancement officiel a eu lieu lors de notre Assemblée Générale du 23 mars.

Du 12 au 14 avril, la plateforme Alzheimer a proposé un nouveau concept de répit en gîte aux 6 Bonniers à Herbet. Cette formule a le mérite de proposer quelque chose de complémentaire et d'innovant. Totalemment différent, il permet de promouvoir notre belle région et ses producteurs locaux. Il apporte aussi plus de souplesse et d'intimité aux couples désireux de se ressourcer et se déconnecter sans partir loin de chez eux.

Une vingtaine de propriétaires nous ont rejoint. Une présentation du projet et une sensibilisation à la maladie s'est donnée afin que les propriétaires puissent savoir ce qui est attendu d'eux et puissent se sentir à l'aise avec les personnes souffrant de TNC. Ils accueilleront désormais des couples ou encore des groupes (comme dans la formule à l'hôtel) mais dans ce cas, à l'initiative et coordonné par la plateforme et la Province.

Cette première expérience était dévolue en particulier aux premiers aidants endeuillés ces derniers mois et fortement éprouvés par le confinement.

Fortement apprécié par tous, ce projet sera reconduit en septembre-octobre et sera à destination cette fois des binômes aidants-aidés. Il fait évidemment écho à des notions d'ouverture et d'intégration de la personne souffrant de TNC dans notre société. Il offrira des relais précieux aux aidants et aux aidés et leur donnera la garantie d'un équipement adéquat mais surtout un accueil bienveillant envers leur proche malade.

Appel à projet de l'AVIQ pour « développer les espaces communautaires » :

Dans l'espoir d'être parmi les 15 lauréats retenus, la Plateforme s'est associée à la MAPA de Paliseul dans le cadre de l'appel à projet ci-dessus. Dans ce partenariat de choix, la Plateforme apportera grâce à son expertise de terrain, une offre pleinement inclusive envers tous les aînés de la commune. Elle sensibilisera la population locale aux TNC, soutiendra la structure existante et assurera un accompagnement optimal tout au long du processus aux personnes souffrant de TNC et à leurs proches .

CARTE



www.luxembourg-belge.be

Du répit pour la VIE



Changement de Présidence à la tête de l'ASBL

Lors de l'Assemblée Générale, Daniel Ledent, signale qu'il ne se représente pas à la présidence de l'ASBL. Il précise qu'il restera présent pour l'équipe et ses membres. Marc Dachy, le Vice-président n'ayant pas accepté ce poste, c'est une personne proche des équipes et située en Centre Ardenne qui a été proposée en la personne de Jean-Pierre Benhamon. Le vote a été approuvé à l'unanimité et cet ancien aidant-proche est le nouveau Président.



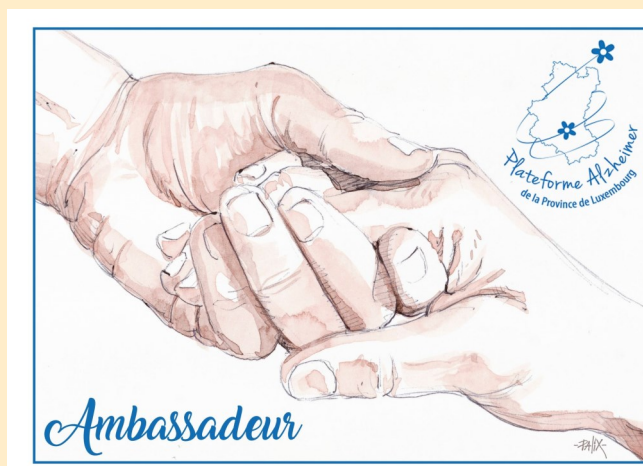
« Je suis très touché et honoré de la confiance que vous me témoignez en me nommant à ce poste. Très conscient que succéder à monsieur Ledent sera une lourde tâche. J'ai pu me rendre compte de son investissement, imagination, tempérament, de sa rigueur à trouver les personnes et les ouvertures possibles pour mieux faire connaître la Plateforme. Il me sera difficile d'arriver à sa cheville. Très sincèrement je ne connais pas trop les notions de la fonction mais avec le soutien et l'expérience de Dany et Marc j'arriverai à ne pas vous décevoir. Pourquoi ai-je accepté ? C'est simple, j'aime profondément la Plateforme. Je me sens redevable d'une magnifique amitié et d'un soutien incommensurable depuis déjà 6 ans. Il y a 5 ans, le Dr Gilles me conseilla vivement de me rendre à Laroche, au répit pour aidants proches. C'est ce jour-là que j'ai saisi toute la valeur de la Plateforme Alzheimer... Plateforme d'amitié et d'amour.... Récemment lors du décès de mon épouse et 8 jours après celui du mari de Mira, la Plateforme toute entière nous a soutenu par leur présence et ses messages remplis de tendresse et d'amitié. Nous avons été entourés par de belles personnes, une véritable famille. Il est clair que si j'ai tout à apprendre de la fonction, je crois pouvoir dire que cette maladie n'a plus de secrets pour moi et que je peux mettre cette expérience au service de ceux qui ont des difficultés à faire le pas vers la Plateforme. Aujourd'hui, je peux dire qu'Alzheimer m'a tout pris et paradoxalement tout donné.

Le futur existe, merci pour votre confiance» Jean-Pierre Ben Hamon

Des ambassadeurs pour la Plateforme Alzheimer :

Lors de son AG du 23 mars, la Plateforme a désigné comme ambassadeur(drice)s une dizaine de personnes qui ont toutes beaucoup œuvré pour la Plateforme Alzheimer. Un diplôme leur a été remis pour l'occasion. Il a été demandé à Palix de le symboliser. Le répit-gîte a permis de réfléchir à la place que chaque ambassadeur pourra prendre dans la Plateforme. Porte-parole, relais de proximité, référent et personne ressource pour promouvoir ses actions !

C'est assurément un regard nouveau qui se pose sur la Plateforme Alzheimer et un gage de pérennité.



L'ASBL Plateforme Alzheimer de la Province de Luxembourg souffle ses 10 bougies.



Notre anniversaire est le moment idéal pour célébrer notre évolution, et communiquer sur nos accomplissements ! Lancée en 2012 une telle Plateforme était incontestablement un défi qui perdure encore aujourd'hui.

La genèse et l'histoire de cette belle aventure ont été insufflées par plusieurs hommes: feu Evence Coppée mais aussi le gouverneur Bernard Caprasse et le Député Provincial Daniel Ledent sans qui rien n'aurait été possible.

Une fois n'est pas coutume. Merci à ce remarquable Président pour cette initiative politique majeure lancée. Il n'a eu de cesse de s'investir dans la durée avec compétence et dynamisme pour faire naître et grandir ce très beau projet. Son engagement et sa force de conviction auprès des différents partenaires l'ont fait évoluer pour être ce qu'elle est devenue aujourd'hui . Je le remercie pour son accompagnement sans faille, sa complicité, sa confiance et ce sentiment qui l'anime de vouloir porter cette ASBL dans un souci de rigueur financière avec une générosité sans égale.

C'est toujours un plaisir et un honneur d'en être la coordinatrice et d'être parmi vous tous qui la composez. Ce réseau de partenaires, de forces vives qui en fait sa richesse chacun dans son domaine d'excellence. Dix ans après, nous pouvons dire que ses objectifs ont été largement accomplis. Mesurons l'importance du chemin parcouru pour une réussite qui n'allait pas de soi. Je rends ici hommage à votre action et à votre engagement constant .

Le pari voulu par ses pères fondateurs est relevé mais ne s'arrête pas là. Il faut rester ambitieux et inventer l'avenir. C'est à ces chantiers qu'il nous faut maintenant travailler. Par fidélité envers la mémoire et la vision de l'un des tous premiers d'entre eux, je voudrais vous redire que la Plateforme Alzheimer ne ménagera pas ses efforts pour consolider ses acquis et s'adapter pour répondre aux besoins de sa population.

cette plateforme est une belle réussite dont nous pouvons collectivement être fiers.



ZOOM et COUP DE PROJECTEUR :

10 ANS DE TRAVAIL ! 10 ANS DE PROJETS ET D'ACTIONS :

Un partenariat fort et constant avec la Wallonie, la Province de Luxembourg, Vivalia et les Universités, notre Comité Scientifique, les amis du Québec, la commune de Tintigny, Orval, Baluchon Alzheimer et Action Luxembourgeoise.

Des collaborations avec Alzheimer Belgique, Le Bien Vieillir de Namur, la Fondation Roi Baudouin, les services des soins à domicile, le secteur des MR-MRS, la clinique de la mémoire, ...

De très nombreuses séances d'information

Plusieurs colloques

Des séances de ciné débat

La mise en place d'une Cellule Appui

La création et cogestion de la Maison d'Accueil Communautaire de Rossignol

Une action sur le manger-main

L'écriture de livrets de vie

L'organisation de nombreux Répits Aidants-Aidés

L'organisation de plusieurs après-midi découvertes pour les familles

Des enregistrements et mise en ligne de vidéo d'information et de conseil

L'organisation d'une exposition en rapport avec la maladie

Des contacts et visites aux familles atteintes pendant la période de confinement

10 ANS, LE MOMENT DE NOUVEAUX DEFITS ET DE NOUVEAUX PROJETS :

Le renforcement des partenariats existants

Le lancement d'un réseau d'Ambassadeurs

L'amplification d'une politique d'aide, d'écoute et de proximité avec les familles et aidants

La démultiplication des moments de Répits

Le lancement de nouvelles collaborations avec le secteur du tourisme pour des Répits en gîtes

Le lancement d'activités d'art thérapie adaptées à notre public cible

Le lancement d'activités de psychoéducation

Le développement d'une collaboration avec le secteur des bibliothèques et de la lecture

La relance de la Cellule Appui via un réseau de personnes relais de terrain bien réparti sur l'ensemble du territoire de la province

Site internet : les conférences à l'ère du numérique :

Présenté par des experts de divers horizons, notre cycle de visioconférences est devenu depuis le Covid un moyen incontournable pour soutenir et informer les familles et les professionnels.

6 vidéo-conférences sont actuellement disponibles en ligne :

- « Troubles neurocognitifs : cognitifs, et au-delà »
- « Les maladies neurodégénératives : un concept pertinent ? »
- « Prévention - Diminution du risque »
- « Gérer au mieux les situations difficiles »
- « Problème de mémoire : toujours un Alzheimer ? »
- « Mieux comprendre pour mieux vivre »

De nouvelles capsules seront à l'ordre du jour dans le courant de l'année 2022.

Il s'agira de vous présenter des thématiques comme :

- ♦ les différents types d'aides et de services
- ♦ la psychoéducation en collaboration avec le Dr Bier dont il est à l'initiative,
- ♦ la philosophie « Carpe Diem »,
- ♦ La méthode Montessori,
- ♦ la validation,
- ♦ ...

D'autres sujets seront également abordés comme : La participation des malades et de leurs proches et pourquoi n'y a-t-il pas de médicament pour la MA ?

Pour promouvoir toutes ses activités, la Plateforme Alzheimer utilise depuis plusieurs mois Facebook. N'hésitez pas à devenir « amis » et consulter régulièrement notre page.



Rejoignez-nous sur notre page Facebook <https://www.facebook.com/plateforme.alz/>

Livrets de vie : Bilan et nouvelle intervieweuse :

En partenariat avec la Clinique de la Mémoire, la Plateforme Alzheimer a pu poursuivre son projet et réaliser 2 nouveaux livrets de vie.

Un tout grand merci à nos deux bénévoles Marie-Anne Denis et Annick Burette (nouvellement formée) qui permettent de pérenniser ce beau projet émanant d'un appel à projet de la Fondation Roi Baudouin.

Participation à la « Semaine des Aidants Proches »

Projections de films documentaires (ciné-débat)

Ce 5 octobre dernier, dans le cadre de la Semaine Aidants-proches, la Plateforme Alzheimer s'est associée à différents partenaires pour proposer 2 séances de films documentaires au Cinémarché de Marche-en-Famenne.

Les 2 courts-métrages s'intitulaient «Auguste et Marie» et «Le Temps long».

Ils furent animés par le Dr Gilles. Le public très intéressé était composé au total d'une soixantaine de personnes. Plusieurs de nos aidants nous avaient rejoints pour l'occasion.

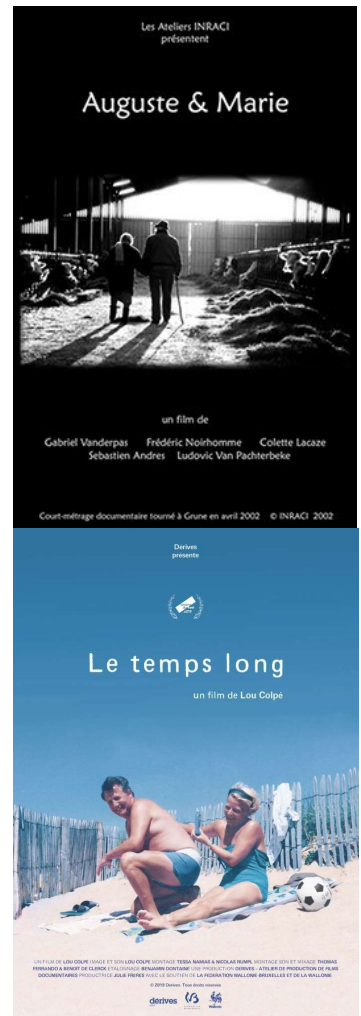
Vu le succès rencontré, les différents partenaires (Mutualité Socialiste, service ASPH et Femmes Prévoyantes Socialistes, ASBL aidants-proches, Plan de Cohésion Sociale de Marche, administration communale, responsable Cinémarché, Dr Christian Gilles) souhaiteraient reconduire cet évènement l'an prochain.

« A livre ouvert » :

La Plateforme Alzheimer a pour projet de constituer une bibliothèque virtuelle au départ de son site internet en y proposant des ouvrages, livres et revues référencées par notre Comité Scientifique.

Un partenariat avec la bibliothèque provinciale (dont le bibliobus) et les bibliothèques communales sera également proposé. Des bibliothèques privées pourront nous rejoindre à l'occasion pour présenter certains ouvrages en vue de sensibiliser le tout public et aux aidants désireux de s'informer et s'exprimer sur le sujet.

Deux lectrices bénévoles se tiendront également disponibles pour proposer un atelier lecture aux aidants et/ou aux personnes souffrant de troubles neuro-cognitifs légers. Ces moments conviviaux permettront de se faire de nouvelles connaissances, de partager des idées /expériences ou encore tout simplement de s'offrir un moment de répit en écoutant un brin de lecture.



La sensibilisation et la formation :

La Plateforme Alzheimer a pour mission de sensibiliser le tout public. Former et informer tous les professionnels sur les TNC et sa prise en charge. Ces derniers mois, elle a été sollicitée à deux reprises.

Présentation à la HERS—HENALLUX :

Depuis plusieurs années, la Plateforme Alzheimer se rend auprès des étudiant(e)s assistant(e) social(e) de 3ème année d'Arlon.

Durant les 2 heures qui lui sont données, elle y présente son ASBL, ses activités, les troubles neuro-cognitifs et le savoir-être à tenir avec une personne atteinte de la maladie d'Alzheimer.

Sur invitation de Mr Axel Geeraerts, directeur de la MRS d'Habay, en charge de ce cours optionnel, cette séance du 24 novembre a été donnée à une quinzaine d'étudiantes. Ce fut l'occasion d'échanger et partager nos expériences de terrain pour des étudiantes qui se sont montrées particulièrement très intéressées cette année.

Information et sensibilisation à l'ADMR d'Orgeo :

A la demande de l'institution, Christian Gilles en présence de la coordinatrice a donné une séance de formation aux aides familiales en proie à des difficultés dans l'accompagnement de leurs bénéficiaires souffrant de troubles neuro-cognitifs. Une seconde étape devrait permettre d'échanger sur leurs difficultés afin d'y trouver ensemble les réponses les plus adaptées.

Dans un second temps, la coordinatrice s'est rendue auprès des stagiaires aides familiales afin de leur exposer la maladie et les attitudes à privilégier avec les personnes souffrant d'une maladie de type Alzheimer et leurs aidants.

Senior Montessori :

De son côté, la coordinatrice de la Plateforme Alzheimer a participé à une séance d'information sur la méthode Montessori adaptée aux seniors. Ce regard positif sur le vieillissement fut donné ce 17 février à Bertrix par son Directeur Simon Erkes.

De nouveaux projets et partenariats à l'horizon 2022-2023

La psychoéducation par Nathalie de Wouters :

Ce long confinement a été une catastrophe pour les aidants comme les aidés. Une nouvelle collaboration dans l'idée de psychoéduquer les aidants est née. Ce projet qui se situe entre un groupe de parole et une formation pour les aidants se base sur un dispositif non médical créé par le Dr Jean-Christophe Bier. Ce programme ferait reculer l'institutionnalisation jusqu'à 500 jours (étude menée par le KCE) et apporterait une meilleure qualité de vie de l'aidant par une diminution du stress et de dépression. Cela diminue aussi ses propres troubles du comportement.

La psychoéducation est une méthode pour mieux comprendre et appréhender les situations de vie difficiles. Le but est d'apprendre aux aidants à modifier leurs comportements grâce à une meilleure compréhension de la maladie et de ses troubles .

Prendre soin de soi est important. Cette aide se fait par le biais de la connaissance au travers d'échanges d'expérience et de solutions, de jeux de rôle et de mises en situation. Un petit groupe de 8 à 12 aidants va apprendre les uns des autres et l'entraide début mars .

L'art-thérapie par Pascale Es :

Proposer du soutien aux aidants sous différentes formes artistiques.

Son approche non formatée propose de travailler avec pour matériel premier : le carton mais encore le papier et le crayon.

Quand on est créatif, on se connecte à soi-même. S'exprimer par l'art permet de traduire ses émotions. Il y a un côté non transgressif puisqu'il n'y a pas de mots et les couleurs sont à elles seules un dialogue oublié, détourné. Le travail du toucher est aussi important.

Nous avons 5 sens à nourrir et à épanouir. Un atelier demande à exprimer une émotion. Cette méthode est un cheminement évolutif.

Il s'agira d'établir un protocole et de travailler à la demande. Une séance se fait soit individuellement soit en groupe où alors des thématiques peuvent être abordées (ex .: atelier sur les retrouvailles)

En art thérapie, la personne instinctivement va s'exprimer avec une feuille et un crayon. Un trait peut entamer un dialogue et induire des choses qui vont évoluer au fil des séances. La colère frustre, isole et demande beaucoup d'énergie. Il faut tâcher de dépasser cela, se libérer pour utiliser son énergie autrement.

Il est important d'insister sur cette notion de groupe qui fait du bien.





Aidez-nous à construire
notre page « logos partenaires »
en nous envoyant le vôtre.



" Il y a quelque chose
de plus fort que la mort ...
C'est la présence des absents
dans la mémoire des vivants. "
Jean d'Ormesson



Respectueusement

Pour encourager nos activités :

IBAN : BE06 0689 3891 1022

BIC : GKCCBEBB

Coordinatrice : Katty CLARENNE

Collaboratrice : Sophie JACOB

061 / 413 411

Plateforme.alzheimer@province.luxembourg.be

www.plateforme-alzheimer.be



Villa Servais

Avenue d'Houffalize, 41

6800 LIBRAMONT