

/ QUOI DE NEUF ? /

Halte-Répît Alzheimer

Les aidants heureux et reconnaissants

En 2010 s'ouvrait à Étampes la Halte Répît-Alzheimer 4A L'Escale (Association d'Aide aux Aidants d'Alzheimer). Une structure qui permet d'accueillir les personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer deux après-midis par semaine. Pendant ce temps, les aidants peuvent avoir un peu de temps libre pour respirer, s'occuper d'eux, faire des courses ou des démarches administratives.

« La maladie d'Alzheimer est une maladie très éprouvante pour les proches. Souvent, l'aidant néglige sa propre santé et s'épuise. Ils doivent être soutenus, accompagnés et aidés. C'est pour cette raison que nous avons souhaité, avec le soutien des Tulipes de l'Espoir organisées par le Rotary Club et la Ville d'Étampes, ouvrir cette structure adaptée pour permettre aux aidants de souffler un peu. Durant ces après-midis d'accueil des passagers (nom donné aux malades dans la structure), nos bénévoles leur proposent de nombreuses activités cognitives stimulantes, sensorielles et bienveillantes pour exercer la mémoire, entretenir l'habileté gestuelle et passer de bons moments », explique

Michel Batard à l'initiative de la création de la Halte-Répît et responsable de la structure.

« De nombreux intervenants extérieurs viennent aussi à la Halte-Répît. Ils proposent des ateliers d'art thérapie (dessin sur glace, sur sable, assemblage de feuilles...), de la médiation animale avec des chihuahuas. Nous avons aussi des animations musicales avec un accordéoniste et des tours de magie, de la danse thérapie et de la guitare... L'atelier de Nana vient aussi bénévolement une fois tous les deux mois pour leur faire un soin des ongles des mains.

La Halte-Répît s'est équipée également de tablettes tactiles avec un logiciel approprié proposant une quarantaine de jeux différents afin de faire travailler la mémoire, se repérer dans l'espace, dans le temps, pour leur raisonnement, la détente, le langage... avec des niveaux de difficultés différents. On a découvert également une ergo-thérapeute de Province qui vient d'éditer "les carnets de Léon et Augustine". C'est un mensuel avec des fiches de jeux diverses que nous leur fai-



sons faire à la Halte-Répît. Nous faisons vraiment du sur-mesure, au cas par cas. L'été, quand il fait beau, les activités se déroulent sur la terrasse ou dans le jardin. Depuis 5 ans, la Halte-Répît propose aussi aux aidants un séjour gratuit dans un Centre de répît près de Tours avec le concours de la Fondation Lions Alzheimer, ce qui leur permet de prendre de vraies vacances et de se reposer pour reprendre des forces », ajoute-t-il.

La Halte-Répît 4A L'Escale est ouverte le mardi et jeudi après-midi de 14 h à 17 h, à l'Espace Suzanne-Vayne, place du Port.

Tél. : 06 07 72 00 75.

LES AIDANTS EN PARLENT



Lourdes, « Cela fait 4 ans que nous fréquentons la Halte-Répît. Ce fut une super découverte pour moi et mon mari, qui est

atteint de la maladie d'Alzheimer. C'est un endroit vraiment merveilleux. Les personnes sont très attentionnées et gentilles. Mon mari a tout de suite adopté les lieux, il s'y sent bien. Je dois accompagner mon mari dans tous ses faits et gestes, le jour et la nuit. C'est très prenant et fatigant. Moi cela m'a permis de souffler un peu deux fois par semaine, d'aller faire mes courses tranquillement. Grâce à la Halte-Répît, j'ai pu prendre de vraies vacances dans un centre de Répît à Tours (37). J'étais avec mon mari, mais pour une fois je n'avais rien à faire, tout était pris en charge. On a partagé ensemble des loisirs, je suis allée marcher et cela m'a fait un bien fou ».



Michel, « Mon épouse est atteinte de la maladie d'Alzheimer. Pour les aidants, c'est stressant et très fatigant. On ne

sait jamais comment va se passer la journée. Au début de la maladie, je l'emmenais un peu partout puis cela a été de plus en plus difficile à gérer. La Halte-Répît m'a bien rendu service. Je profitais des 2-3 heures de répît pour faire des choses que j'avais à faire. J'étais tranquille d'esprit, soulagé et je savais qu'elle était bien aussi car on s'occupait bien d'elle. Cela m'a fait beaucoup de bien. Puis, la maladie a continué à s'aggraver. J'étais fatigué, parfois énervé, je n'en pouvais plus. Cela m'a fait mal au cœur, mais je ne pouvais plus garder mon épouse à la maison. Elle est désormais prise en charge dans un service spécialisé au sein d'un EHPAD ».



Jean-Pierre, « La maladie s'est installée progressivement et c'est maintenant du sérieux depuis 2 ans. Ma femme a tous les symptômes

de la maladie d'Alzheimer. Je m'occupe quasiment de tout. On m'a parlé de la Halte-Répît Alzheimer et j'ai décidé de venir tous les jeudis. Pendant que ma femme fait des activités, j'en profite pour aller me reposer à la maison ou aller marcher. J'ai 78 ans, je fatigue parfois. Le rôle d'aidant n'est pas toujours facile. J'ai besoin de repos, de respirer, d'être un peu tranquille. J'apprécie donc l'aide de la Halte-Répît qui me permet de me libérer du temps. Le soir, quand je vais chercher mon épouse, je me sens reposé, je la trouve aussi plus détendue. Et puis cela permet de créer du lien social. Elle rencontre des gens et moi aussi. C'est vraiment très bien ».