

# Libourne, ville aidante Alzheimer

Libourne est « Ville aidante Alzheimer » depuis le 5 février 2020.

La ville s'engage aux côtés de l'association France Alzheimer afin de favoriser l'inclusion au sein de la cité de ses administrés atteints de la maladie d'Alzheimer.

## Animations

### Café mémoire

Boulangerie Feuillette, 95 avenue du Général de Gaulle le 1<sup>er</sup> jeudi du mois de 14h à 16h

Alors qu'il est souvent très difficile pour les familles de s'exprimer sur la maladie, le café mémoire leur propose un format chaleureux, dans un lieu public propice à la rencontre et à l'échange. Autour d'un café et d'une collation, les participants partagent de l'information et tissent des liens entre eux.

Aidé par un psychologue, le bénévole accueille et anime le moment. Il peut convier à la table des invités ; médecins, nutritionnistes, ergothérapeutes etc.

### Objectifs

- › Offrir un espace d'information et de partage aux familles, amis et personnes concernées par la maladie d'Alzheimer ou une maladie apparentée.
- › Rompre l'isolement en venant échanger dans un lieu convivial.
- › Changer le regard de la société sur ces maladies afin que familles et personnes malades se sentent bienvenues dans tous les lieux publics.
- › Favoriser une prise de contact en douceur et aider les familles à accepter progressivement d'autres formes de soutien.

### À qui cela s'adresse ?

Le café mémoire accueille les personnes malades, les proches aidants et toute personne intéressée par le sujet. Il s'adresse particulièrement aux familles en demande d'information et qui souhaitent échanger sans pour autant s'inscrire dans un dispositif trop cadré.

### Halte relais (sur inscription)

Chaque mardi de 14h à 17h

Devant la difficulté de certains aidants à se séparer de leur proche malade pour le confier à des professionnels, la halte relais est intéressante. Au sein du même espace, le couple profite d'activités communes et partagées, l'aidant peut aussi prendre un temps pour lui. La halte relais lui permet ainsi de constater que son proche malade peut profiter d'échanges relationnels en dehors de sa présence. Elle offre un cadre serein pour accompagner en douceur le couple vers l'acceptation progressive d'aides extérieures.

Elle est co-animée par une équipe de bénévoles formés et un professionnel.

## Objectifs

- › Permettre aux personnes malades et à leurs proches de sortir de chez eux et de rompre l'isolement.
- › Faire accepter progressivement la nécessité d'aides extérieures.
- › Permettre à l'aidant de prendre conscience que son proche malade peut bénéficier d'activités collectives, sans lui.
- › Partager ensemble des temps de convivialité et de loisirs.

## À qui cela s'adresse ?

La halte relais s'adresse en particulier à des familles qui ont de la difficulté à se séparer de leur proche malade et qui recherchent un espace partagé. Elle accueille conjointement la personne malade et son proche aidant et leur propose, à certains moments, des activités séparées.

## Groupe de parole (sur inscription)

- › Espace et vie, 20 cours Tourny
- › Maison des associations

Le groupe de parole offre un espace de soutien et d'écoute. Les proches aidants vont s'y rencontrer pour échanger sur les problématiques qu'ils vivent et qu'ils traversent.

Aidés par un psychologue, les participants vont pouvoir partager leurs savoirs et construire ensemble de nouvelles pistes de réflexion pour mieux vivre leur quotidien.

## Objectifs

- › Diminuer l'angoisse et la culpabilité du proche aidant grâce à une meilleure compréhension des comportements dus à la maladie.
- › Prévenir les situations d'épuisement qui affectent la santé physique et psychique du proche aidant et entraînent des répercussions sur sa vie sociale et familiale.
- › Apporter du soutien et rompre le sentiment de solitude via l'échange des familles sur leurs expériences personnelles, à la fois semblables et singulières.
- › Partager un vécu difficile, exprimer une charge émotionnelle et découvrir des stratégies pour mieux accompagner son proche malade.

## À qui cela s'adresse ?

Le groupe de parole s'adresse à tout proche aidant désireux de s'exprimer librement sur un sujet qui le touche en présence de personnes confrontées à la même situation et auxquelles il sera possible de s'identifier.

Certaines associations proposent également un groupe de parole spécifique pour les personnes malades notamment

pour celles en début de maladie et/ou de moins de 65 ans.



**HOTEL DE VILLE**

42 place Abel Surchamp  
33500 Libourne

**HORAIRES :**

8h30 > 12h30  
13h15 > 17h