

auguste



**« Il faut du temps
pour s'adapter »**

**À propos du placement
en EMS**

**alzguide.ch: des offres
près de chez vous**

**« Ici, personne
ne se trompe! »**

Auguste, première patiente atteinte d'Alzheimer

« Je me suis perdue moi-même », déclare Auguste Deter à plusieurs reprises à son médecin Alois Alzheimer en 1901. Compte tenu de son jeune âge (51 ans), Auguste est la première patiente chez qui la grande confusion éveille la curiosité d'Alois, qui donne à ce tableau clinique le nom de « maladie de l'oubli ». Lorsque le dossier médical réapparaît en 1997, presque un siècle plus tard, le cas d'Auguste Deter bouleverse le monde médical. Les dialogues entre le médecin et sa patiente illustrent de façon exemplaire la découverte scientifique de la maladie d'Alzheimer.



5

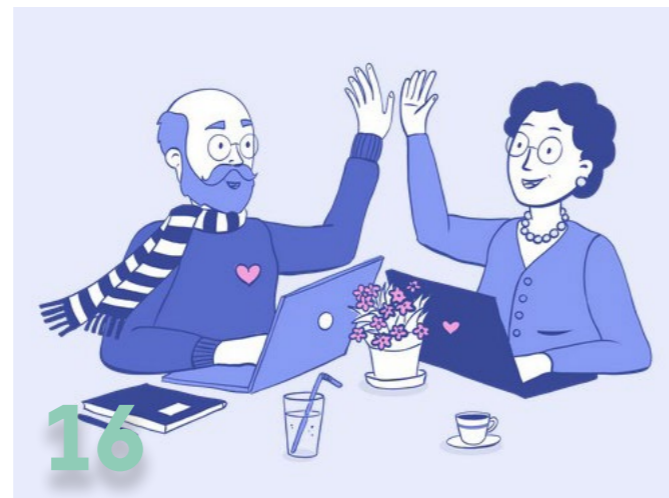
Dossier : vivre en EMS

« Il faut du temps pour s'adapter »



Solidarité

« Ici, personne ne se trompe ! »



Plateforme en ligne

alzguide.ch : des offres près de chez vous

| | |
|---|----|
| Dossier | 4 |
| Quotidien | 9 |
| Recherche | 10 |
| Bon à savoir | 12 |
| Questions juridiques | 13 |
| Solidarité | 14 |
| Plateforme en ligne sur les offres de soutien | 16 |
| Devinette | 17 |
| Témoignage | 18 |
| Impressum | 18 |
| À l'écoute | 19 |

Éditorial

Chère lectrice, cher lecteur,



Dr phil. Stefanie Becker
Directrice Alzheimer Suisse

Recevoir un diagnostic d'Alzheimer ou d'une maladie apparentée et organiser le quotidien en conséquence place les personnes concernées face à de nouveaux défis et à des décisions importantes. Tôt ou tard, la question d'un éventuel transfert dans un établissement de soins se pose aussi. Devoir quitter son environnement familial représente pour beaucoup d'entre nous une perspective douloureuse. Une telle décision peut donc être empreinte de peur ou de culpabilité. Souvent, la seule alternative est que les aidant-e-s s'épuisent en s'occupant de leur proche, finissent par tomber malades à leur tour, vouant leur mission à l'échec. Mieux vaut donc soigneusement préparer cette étape, au lieu de la subir dans l'urgence.

Il est parfaitement compréhensible que les personnes concernées souhaitent rester le plus longtemps possible dans leur environnement habituel. Lorsque la maladie atteint un stade avancé, un EMS peut toutefois grandement contribuer à la qualité de vie tant de la personne malade

que de ses proches. Pour que cette transition se passe au mieux, nos conseillères du Téléphone Alzheimer recommandent, dans la mesure du possible, de visiter ensemble une ou plusieurs structures au début de la maladie, avant que la nécessité ne l'exige. Discuter avec les responsables permet de balayer les idées reçues, de clarifier certaines questions et de bâtir une relation de confiance.

L'exemple du couple interviewé dans la présente édition montre comment organiser l'entrée en EMS et comment en retirer des effets positifs. Dans ce numéro, nous avons également décidé de vous présenter le travail au sein d'un EMS, en espérant que cela contribue à surmonter les peurs et les tabous liés à ce type d'établissement. La rubrique juridique fournit plus d'informations à ce sujet.

Les articles sur le groupe de randonnée du canton de Zoug et sur la « réunion au sommet » de la section Aarau vous montreront la joie que peuvent susciter les activités partagées. Si ces offres sont possibles, comme tant d'autres proposées par nos sections, ce n'est que grâce à la participation de nos bénévoles, que nous remercions du fond du cœur !

Nous vous donnons également un premier aperçu de la Conférence nationale sur la démence 2024, qui se pen-

Devoir quitter son environnement familial représente pour beaucoup une perspective douloureuse

chera sur les tabous liés à la maladie d'Alzheimer et aux maladies apparentées. Enfin, dans un article consacré à un projet de recherche auquel ont participé plusieurs sections et qui est soutenu par Alzheimer Suisse, vous découvrirez de quelle façon les besoins des proches peuvent être intégrés aux offres de soutien.

Votre



Le jardin de l'institution incite à la promenade.

Dossier : vivre en EMS

« Il faut du temps pour s'adapter »

Samuel Thöni, un Oberlandais, s'est occupé de sa femme Heidi, atteinte de la maladie d'Alzheimer, chez eux pendant neuf ans. L'hiver dernier, elle a rejoint un EMS. Au début, Samuel a eu de la peine à s'adapter à cette nouvelle situation, mais ce changement était nécessaire.

Heidi Thöni a reçu le diagnostic d'Alzheimer en 2013 et depuis, Samuel Thöni tient un journal intime. Il y a inscrit l'entrée de Heidi en EMS le 18 novembre 2022. En y repensant, l'octogénaire déclare : « C'était une étape importante et une journée difficile. » Des personnes bienveillantes lui avaient conseillé depuis un bon moment de penser à son propre bien-être mais pour lui, il fallait d'abord penser « à nous ». C'est la vie de couple, après tout. Il sait que c'est grâce à sa femme qui s'est occupée de leur famille qu'il a pu se consacrer à sa carrière dans la construction. Après le diagnostic de son épouse à 69 ans, une chose était claire pour Samuel : il serait là pour elle.

Pendant longtemps, tout s'est bien passé. Même avec la progression de la maladie, la vie des Thöni a continué son cours. Ils partaient en voyage, jouaient au golf et sortaient au restaurant. Leurs deux fils et leur fille ont soutenu leur père dans son rôle d'aidant. Un jour par semaine, Heidi se rendait dans un centre de jour pour personnes atteintes

d'Alzheimer et recevait la visite d'une accompagnante un autre jour. À l'été 2022, Samuel a constaté que la maison n'était plus le lieu idéal pour elle et qu'il ne serait bientôt plus en mesure de soutenir sa femme si la maladie progressait encore. Il était parvenu à la même conclusion en discutant avec une proche dans une situation similaire.

Semaines d'essai

La mission de Samuel Thöni s'avérait toujours plus exigeante : il ne pouvait plus laisser sa femme sans surveillance. « J'étais sur le qui-vive du matin au soir, en espérant qu'il n'y aurait pas d'incident. » Quand il devait s'absenter à l'improviste, comme le jour où il a dû consulter un médecin après une piqûre de guêpe, peu de proches se sentaient capables d'assumer la responsabilité de le remplacer, même pour un court moment.

La décision de placement en EMS a été prise lors d'échanges avec les enfants et une médecin spécialiste

qui accompagnait le couple depuis des années. Samuel Thöni a organisé le déménagement de sa femme avec une grande rigueur, en consultant des spécialistes, en s'informant et en visitant des institutions. C'est finalement l'établissement d'accueil pour personnes atteintes d'Alzheimer « Oberli Bäch » dans l'Emmental qui a séduit les Thöni par son ambiance familiale et sa direction assurée par les propriétaires. Quatre semaines d'essai ont montré que Heidi s'y sentait bien. Une chambre s'est libérée peu de temps après.

Un investissement conséquent

Le jour venu, leur fille les a accompagnés. Quelques jours auparavant, Samuel avait parlé du déménagement à sa femme, en lui expliquant que ce n'était pas à cause d'elle : « Je crois qu'elle m'a compris. » Le soir, ses enfants l'ont remercié pour les presque 10 ans passés à prendre soin de leur maman, avouant avoir été agréablement surpris par son engagement. « Ils me connaissaient comme un père exigeant, très investi sur le plan professionnel, souvent en déplacement », se rappelle-t-il, pensif. Le diagnostic de Heidi, épouse et maman, a permis à la famille de le découvrir sous un nouveau jour.

Heidi Thöni s'est adaptée à la vie en EMS, et son mari salue l'accompagnement dont elle bénéficie. Lors de

Dossier : vivre en EMS

« Les jours se suivent mais ne se ressemblent pas »

L'EMS Mont-Riant, une structure de la Fondation Saphir à Yverdon-les-Bains, accueille des personnes atteintes de troubles cognitifs ou psychiatriques. Suivant le concept d'accompagnement développé par la fondation, les équipes de Mont-Riant pratiquent une approche centrée sur la personne et sa qualité de vie.

Quelques voix parviennent de la salle d'animation, au rez-de-chaussée du bâtiment. L'espace est librement accessible tous les matins et diverses activités y sont proposées, sans contrainte, au gré des envies. Un choix de mandalas, en versions faciles et d'autres plus difficiles, ainsi que des crayons de couleur sont disposés sur

ses visites hebdomadaires, ils sortent ensemble dans les environs, font quelques pas, observent les animaux de l'institution. Ces petits moments à deux leur font du bien, même si les larmes coulent parfois aux adieux. Et Samuel Thöni, comment va-t-il ? À la maison, il a d'abord dû s'adapter à vivre seul, ce qui s'est avéré plus difficile que prévu. S'il a pris conscience que la prise en charge de sa femme l'avait épuisé, la routine quotidienne lui manque.

Reconnaissant pour ces beaux moments

Pour Samuel Thöni, le placement en EMS était une décision rationnelle qui aurait même pu être prise 6 mois plus tôt. Ce n'est que plus tard qu'il a réalisé qu'« il faut du temps pour s'adapter. » Ce temps, il l'a pris. À l'occasion de ses 80 ans, au printemps dernier, il a organisé une fête pour ses amis et les a remerciés de leur soutien, tout en les informant de l'entrée à l'EMS de Heidi. Sur l'invitation, il avait écrit : « Nous sommes tristes que Heidi n'habite plus à la maison, mais également très heureux d'avoir pu passer de si beaux moments ensemble ces dernières années, en dépit d'Alzheimer. »

[Vous réfléchissez à un placement en EMS? Les conseils du Téléphone Alzheimer sont là pour vous aider : alz.ch/telephone](https://alz.ch/telephone)



Les journées sont organisées en fonction des besoins des habitant-e-s.

retenu pour la fête de l'été organisée dans la maison. Le lieu est relativement calme ce matin-là. En revanche, les étages sont animés. Entre le lever, la toilette et les soins, les équipes s'activent depuis le début de la matinée et s'adaptent au rythme et aux souhaits de chaque bénéficiaire. Et composent aussi avec l'humeur du jour parfois.

Situé dans le cadre verdoyant de la colline de Bellevue, sur les hauts d'Yverdon-les-Bains, l'EMS Mont-Riant a ouvert ses portes en février 2017. Il accueille 56 bénéficiaires, principalement des personnes âgées avec des troubles cognitifs de type Alzheimer à un stade avancé et quelques personnes atteintes d'affections psychiatriques. Avec une résidence de logements adaptés, une colocation Alzheimer, un centre d'accueil temporaire et une organisation de soins à domicile, l'établissement Mont-Riant forme le pôle gériatrique construit à Bellevue par la Fondation Saphir, où elle a aussi installé son centre administratif. La fondation est très présente dans cette région du Jura-Nord vaudois. Elle y compte une vingtaine de structures, dont six EMS et deux colocations Alzheimer, et offre des prestations en gériatrie, en psychiatrie de l'âge avancé et en psychiatrie adulte.

Redonner une place et la liberté de choix

À l'instar des autres structures, l'EMS Mont-Riant met en pratique, au quotidien, le concept d'accompagnement centré sur la personne et sa qualité de vie, lequel s'inspire d'approches diverses telles que l'humanité, la validation, la méthode Montessori ou encore la démarche carpe diem. Cette philosophie de l'accompagnement ressort du modèle Aedis – qui signifie domicile en latin – conçu

par la Fondation Saphir. Ce modèle vise à redonner une place et une liberté de choix aux personnes accueillies, et à personnaliser l'accompagnement en tenant compte de leur histoire, de leurs préférences et de leur rythme de vie. Pour ce faire, des entretiens ont été conduits avec les bénéficiaires, les proches et le personnel. À la question «Quelle est votre journée idéale?», les personnes âgées ont répondu «se sentir libres, bien boire, bien manger, bien dormir, avoir de bonnes relations sociales et des activités qui ont du sens», relate Valérie Baud Mermoud, directrice de l'accompagnement à la Fondation Saphir.

La philosophie de la fondation s'accompagne également d'un changement de vocabulaire. Et Valérie Baud Mermoud n'hésite pas à reprendre – avec bienveillance – ses collègues ou ses collaboratrices et collaborateurs qui utiliseraient toujours le terme de prise en charge plutôt que d'accompagnement. On ne parle plus de résidentes ou résidents dans les structures de la fondation, mais d'habitantes et habitants. De même, on n'indique plus le nombre de lits, mais le nombre de personnes accueillies. «Le choix des mots est important, insiste-t-elle. Ils doivent valoriser et être le reflet de l'attention et du respect que nous portons aux personnes.»

Communication et coordination

Au-delà de la terminologie, l'approche centrée sur la personne implique une communication de tous les instants et une bonne coordination au sein des équipes. «Cette philosophie tend à désorganiser le travail», reconnaît Simon Jaurès, responsable de l'accompagnement à l'EMS Mont-Riant. En effet, il n'est plus question, par exemple,

de systématiser les toilettes du matin dans une logique comptable, mais bien d'individualiser les soins en fonction des besoins de la personne dans le moment présent, quitte à la laisser dormir un peu plus longtemps si elle le souhaite ou à remettre à plus tard une douche si elle la refuse. Cette approche peut donc parfois créer des incompréhensions, des tensions et des rivalités au sein des équipes. Dès lors, cela suppose du responsable de l'accompagnement de favoriser la montée en compétences des collaboratrices et collaborateurs, l'esprit d'initiative et la créativité dans le travail quotidien.

Au deuxième étage, dans le petit bureau des soins, c'est l'heure des transmissions avant le changement d'équipe. L'ambiance est conviviale et détendue. «Les jours se suivent mais ne se ressemblent pas», observe Céline,

infirmière, qui travaille depuis vingt ans au sein de la Fondation Saphir, avec une motivation intacte. «Avant, nous étions dans le faire, aujourd'hui, nous sommes dans l'être», assure-t-elle. «Tous les jours, nous devons changer notre regard et nous adapter», ajoute sa collègue Fidelia, assistante en soins et santé communautaire. De fait, l'équipe n'a pas hésité à modifier ses horaires afin de pouvoir accompagner les bénéficiaires qui se lèvent tôt ou qui se couchent tard. Emilie, infirmière, n'hésite pas à interroger sa pratique et se pose toujours la question : «Est-ce que j'aimerais qu'on me fasse la même chose?» Et puisque la direction encourage le personnel à réinventer les approches et les pratiques de l'accompagnement, Emilie vient régulièrement au travail accompagnée de son chien Riley, pour le plus grand plaisir des habitantes et habitants de Mont-Riant.

Dossier : vivre en EMS

« Apprendre à lâcher prise »

La plupart des gens aimeraient vivre le plus longtemps possible chez eux. Mais souvent, un placement en EMS s'avère inéluctable. Yasmina Konow, conseillère au Téléphone Alzheimer, donne des pistes utiles aux proches et aux personnes atteintes de troubles neurocognitifs.

Yasmina Konow, la plupart des personnes âgées ne souhaite pas entrer un EMS. Pourquoi?

Renoncer à ses habitudes peut être difficile, et pas seulement à un âge avancé. De plus, on associe souvent les EMS à un quotidien que l'on ne peut plus rythmer à sa guise, à la dépendance aux autres et à la fin de vie. Ce ne sont pas des sujets faciles. Sans oublier le fait qu'un environnement connu et familier sont synonymes de repères et de sécurité, a fortiori pour les personnes atteintes de troubles neurocognitifs.

Comment peut-on faciliter l'entrée en EMS?

Nous conseillons aux proches qui s'occupent d'une personne malade vivant encore à domicile de recourir à des offres de soutien externes. Au début, il peut s'agir d'une prise en charge à l'heure par une tierce personne, de la

fréquentation d'une offre de jour ou d'un court séjour de vacances dans un foyer. Cela permet aux deux parties de progressivement s'habituer à la situation future. Lâcher prise et accepter de déléguer ne va pas de soi. En outre, recourir à des offres externes, c'est aussi l'occasion pour les malades de faire de nouvelles expériences et pour les proches, de reprendre des forces.

Comment trouver un EMS adapté?

Il vaut la peine de se renseigner suffisamment tôt sur les différents établissements et de les visiter, si possible en faisant participer la personne malade. Souvent, cette dernière peut effectuer des séjours de courte durée, ce qui lui permet de découvrir son futur environnement. Dans l'idéal, il convient de choisir une structure qui propose différentes offres telles que centre de jour, chambres de

vacances ainsi que des unités ouvertes et protégées. Car si un changement s'impose en raison de l'évolution de la maladie, la personne concernée pourra rester dans un lieu connu et on lui évitera un saut dans l'inconnu.

Pourquoi les proches ont-ils de la peine à confier leur proche malade à un EMS ?

Souvent, les proches ont promis à la personne malade de ne jamais la laisser. Mais à un stade avancé de la maladie, la prise en charge à la maison devient impossible, même avec une aide externe. Les proches sont alors confrontés à un dilemme et à des sentiments de culpabilité. Nous conseillons donc de faire ce genre de promesses pour une durée déterminée, en ajoutant par exemple « tant que j'en ai la force » ou « aussi longtemps que tu acceptes une aide externe. »

Faut-il trouver un EMS à proximité du lieu de domicile actuel ou peut-on imaginer un tout autre environnement ?

Lorsqu'un parent resté seul doit entrer en EMS, les enfants ont souvent tendance à chercher un établissement proche de chez eux, car ils aimeraient pouvoir lui rendre visite plusieurs fois par semaine. Mais en général, les enfants ont une vie bien remplie et ne parviennent pas à

voir leur parent plus souvent qu'avant. Il peut donc être plus judicieux de choisir un EMS au lieu de domicile du parent : les amis, connaissances et voisins peuvent ainsi maintenir les contacts et lui rendre visite, facilement et de façon spontanée.



Yasmina Konow, conseillère au Téléphone Alzheimer



Planifier l'entrée en EMS

La plupart des gens aimeraient vivre le plus longtemps possible à la maison. Mais il est souvent difficile d'éviter une entrée en EMS, surtout en cas de troubles neurocognitifs. Comment affronter le sujet ? Quel est le bon moment ? De quoi faut-il tenir compte ? Autant de thèmes abordés dans la fiche d'information *Préparer l'entrée en EMS*. Vous pouvez la commander gratuitement et/ou la télécharger sur notre boutique en ligne sur alz.ch/publications.

alzguide.ch : des offres spécifiques dans votre région

Vous souhaitez trouver une place dans une clinique de jour adaptée aux besoins des personnes atteintes d'Alzheimer ? Vous êtes proche aidant-e, aimeriez souffler un peu et auriez besoin de quelques heures ou d'un jour de répit ? Sur alzguide.ch, vous trouverez rapidement des offres professionnelles spécifiques à proximité de chez vous. Pour en savoir plus, rendez-vous en page 16 du présent magazine.

Quotidien

« À chaque fois, on apprend quelque chose »

Le groupe de randonnée de la section Alzheimer Zoug est une équipe soudée et joyeuse, dont le nombre de participants a augmenté au fil des ans. Organisées avec des personnes accompagnantes expérimentées, les balades ont lieu toute l'année et parfois même dans d'autres cantons.



Le groupe est paré pour la pluie.

Les prévisions météo sont toujours un facteur d'incertitude pour le groupe de randonnée de la section Zoug, qui part à la découverte des environs onze fois par année. La balade du jour mène aux alentours d'Affoltern am Albis, en direction de Zwillikon. Daniela Bigler, responsable de la section Zoug, reste positive : depuis que l'offre existe, et cela fait cinq ans maintenant, elle n'a dû annuler que quatre randonnées en raison du mauvais temps.

Le temps reste sec et la journée démarre tranquillement au point de ralliement à Affoltern am Albis. La logistique est toujours un défi, explique Daniela Bigler : il faut gérer les inscriptions et désinscriptions, même de dernière minute, répartir les participants dans les véhicules des organisateurs et vérifier que le matériel nécessaire arrive bien au point du rendez-vous.

Des accompagnateurs et un guide expérimentés

L'itinéraire est préalablement contrôlé par l'un des deux accompagnateurs chevronnés du CAS. Aujourd'hui, il

Alzheimer Zoug

Alzheimer Zoug organise onze randonnées par année mais propose aussi d'autres offres pour les malades et leurs proches. Citons notamment le groupe de sport Silver Fit, les entraînements de la mémoire, les groupes d'entraide, les conférences et offres de formation pour les bénévoles. Plus d'informations sur alz.ch/zug

s'agit de Urs, âgé de plus de quatre-vingts ans. Il sait combien les détails sont importants : le dénivelé, la nature du terrain, les possibilités de se restaurer et la présence de toilettes. Ce midi, l'arrêt dans un restaurant constitue une exception, car d'habitude, on fait des grillades sur le feu. Sept bénévoles sont présents aujourd'hui, tous avec de longues années d'expérience en matière de troubles neurocognitifs. L'une d'elles résume joliment ce qu'elle retire de ces randonnées en groupe : « À chaque fois, on apprend quelque chose. »

Une équipe soudée

Trois des randonneurs font partie du groupe depuis sa création, qui compte désormais quelque 14 malades, plus les personnes qui les accompagnent. Chacun marche à son rythme, avec ou sans bâtons. La participation est ouverte à toutes les personnes qui sont encore suffisamment en forme.

Une fois parvenus à la buvette, une ancienne étable, l'humeur est plus joyeuse que la météo. L'arrivée de la soupe et des boissons délie les langues. Le tenancier s'étonne : « On ne remarque même pas qu'ils ont la maladie d'Alzheimer. »

Chantons sous la pluie

Mais Daniela Bigler retient le groupe : « Nous ne partions pas sans avoir chanté ! » D'habitude, on chante après le repas, mais aujourd'hui, la tradition se voit quelque peu bousculée. Alors tous ensemble, par 4,5 degrés et sous la pluie, mais bien emmitoufflés, nous entonnons la chanson *Alle Vögel schon da* (« Tous les oiseaux sont revenus »). Et force est de constater que par ce temps, nous étions les seuls oiseaux chanteurs !

Découvrez l'article complet sur alz.ch/auguste
Vous trouverez la liste des randonnées accompagnées et d'autres activités dans votre région sur alz.ch/agenda

Les proches, des partenaires

Bien qu'il existe un grand nombre d'offres de soutien pour les proches de personnes atteintes d'Alzheimer et de maladies apparentées, celles-ci ne correspondent pas toujours à leurs besoins. Un projet de recherche financé en partie par Alzheimer Suisse a étudié les optimisations nécessaires et les possibilités de mise en œuvre.



Clivage entre offres et besoins

Les proches de personnes atteintes d'Alzheimer et de maladies apparentées assument des tâches d'accompagnement et de soins dépassant le cadre domestique, réduisant ainsi la charge du système de santé. Des solutions adaptées de soutien et de répit sont donc essentielles pour mener à bien ces tâches souvent éprouvantes. Bien qu'il existe de nombreuses offres, celles-ci ne correspondent pas toujours aux besoins réels. Le recours à ces prestations est souvent perçu comme compliqué et chronophage. Les proches sont rarement consultés lors de l'élaboration des offres et davantage considérés comme des bénéficiaires malgré l'étendue de leur expertise, acquise par l'expérience durant plusieurs années. Une

équipe de chercheurs de la Haute école spécialisée de Suisse orientale cherche à faire évoluer les offres de soutien et de répit, en prenant en compte l'avis des aidant-e-s. « Cette démarche devrait donner la parole aux proches afin d'optimiser les offres en fonction de leurs besoins », soulignent les deux professeurs chargés du projet désormais abouti, Martin Müller et Steffen Heinrich.

Identification des besoins

Les chercheurs ont tenté d'analyser les écarts entre les offres et les besoins ainsi que l'origine de ce fossé, afin mieux les coordonner. Dans cette optique, l'équipe de recherche s'est entretenue avec des proches aidant-e-s ainsi qu'avec des spécialistes de quatre réseaux professionnels

de soutien. Ces derniers étaient composés de collaboratrices et collaborateurs des sections cantonales d'Alzheimer Suisse, d'un service d'aide et soins à domicile, de Pro Senectute ainsi que d'employés communaux de quatre régions (Bassersdorf, Coire, Rapperswil-Jona et Schaffhouse).

Les entretiens ont révélé que les proches étaient plutôt satisfaits des réseaux de soutien, mais qu'il existait des obstacles. En effet, certaines offres ne seraient pas facilement accessibles, tandis que la communication et la mise en réseau entre les différents spécialistes seraient insuffisantes. « En outre, on considère souvent les aidant-e-s comme de simples bénéficiaires d'offres de répit et de soutien, et non comme des partenaires susceptibles de contribuer à l'élaboration des offres », expliquent les deux chefs de projet. D'après eux, cette situation est notamment due au manque de ressources, tant du côté des prestataires que des proches.

Élaboration participative

Des pistes d'amélioration ont été explorées par les spécialistes en collaboration avec les aidant-e-s afin d'intégrer les enseignements tirés des entretiens dans la pratique. Pour commencer, ils ont défini des mesures afin de

mieux informer et impliquer les proches : un dépliant sur Alzheimer et les autres formes de démence a notamment été distribué chez les médecins de famille pour atteindre le plus grand nombre, tandis que des proches ont participé au choix de thèmes à aborder dans le cadre des Cafés Alzheimer. Les chefs de projet ont noté que la démarche commune d'analyse et d'élaboration participative entre proches et acteurs du réseau dans le cadre de ce projet a été perçue comme une expérience enrichissante par toutes les parties.

La boîte à outils « Créer des réseaux de soutien avec les proches » a vu le jour afin de soutenir d'autres réseaux dans le développement de leurs futures offres. Cet outil contient des informations et conseils pratiques à l'attention des professionnels dans le but d'aligner les offres sur les besoins des proches, leur donnant également la possibilité de participer à l'élaboration en qualité de partenaires. Cette démarche contribuera résolument à soutenir les aidant-e-s et à améliorer la prise en charge ambulatoire des personnes malades.

Plus d'informations au sujet de la promotion de la recherche d'Alzheimer Suisse sur alz.ch/recherche

Un pas vers les proches



Regula Kündig, directrice de la section Alzheimer Saint-Gall/deux Appenzell

Pour Regula Kündig, directrice d'Alzheimer Saint-Gall/deux Appenzell, l'expérience des proches est cruciale.

Regula Kündig, comment intégrez-vous ces connaissances dans le travail de la section ?

Connaître les souhaits des proches est décisif pour axer notre activité sur leurs besoins et sur ceux des malades. Les retours sont transmis directement aux responsables d'offres, et je rends souvent visite à nos groupes d'entraide. Les participant-e-s peuvent ainsi nous communiquer leurs requêtes sans perdre de temps.

Quelle offre de répit est particulièrement prisée ?

Nos vacances Alzheimer sont très demandées. En journée, des accompagnant-e-s bénévoles s'occupent des personnes malades en suivant les consignes des responsables. Cela permet aux proches de s'accorder du repos et de partager de bons moments.

Les proches passent souvent « par quatre chemins » pour trouver des offres de soutien. Pourquoi est-ce si compliqué ?

Malheureusement, les proches rapportent souvent à quel point ils se sentent seuls à la suite d'un diagnostic. Si les médecins pouvaient recueillir leur consentement en vue d'une prise de contact lors de l'annonce du diagnostic par exemple, nous pourrions les accompagner plus tôt et éviter ainsi cette situation. Nous élaborons actuellement une offre avec le service de conseils et suivi personnalisés pour conseiller à domicile les personnes atteintes d'Alzheimer et maladies apparentées ainsi que leurs proches.

Plus d'information au sujet des offres d'Alzheimer Saint-Gall / deux Appenzell sur alz.ch/stgallen

Bon à savoir

Conférence nationale sur la démence: tabous autour de la maladie 30 avril 2024



Il peut être difficile d'annoncer que l'on est atteint d'Alzheimer, ou qu'un membre de la famille l'est. L'idée de perdre ses capacités cognitives et de dépendre toujours plus de tiers suscite craintes et sentiments de honte. L'absence d'espoir de guérison contribue à alimenter la peur d'une terrible maladie, marquée par les pertes: perte des liens, de la mémoire, des repères et de l'autonomie. Cette stigmatisation n'est pas sans conséquence: les examens préventifs sont évités, les proches minimisent la gravité de la situation et d'importantes dispositions ne sont pas prises.

De nombreux tabous subsistent également dans les soins et l'accompagnement des personnes atteintes d'Alzheimer ou de maladies apparentées. Qu'en est-il des besoins sexuels des malades? Comment passer du rôle de partenaire à celui de soignant-e? Que faire si les soins à prodiguer deviennent une épreuve? De nombreuses personnes préféreraient rester dans leur environnement habituel, mais est-ce vraiment la meilleure solution? Pour changer de regard sur la maladie, la Conférence nationale sur la démence

du 30 avril 2024 sera précisément consacrée à ces questions et aux avantages d'une approche ouverte, afin de contribuer à une meilleure acceptation de la maladie au sein de la société.

L'évènement, qui se tiendra en français et en allemand, s'adresse aux professionnels de la santé, du travail social et de professions connexes.

Pour en savoir plus:
conference-demence.ch

Connaissances utiles dans nos publications



La maladie d'Alzheimer et les autres formes de démence représentent un défi pour les malades, les proches et les professionnels de la santé. Afin de gérer au mieux le quotidien avec la maladie, Alzheimer Suisse a élaboré des fiches d'informations sur les thèmes faisant l'objet de fréquentes demandes. Elles contiennent des informations claires et succinctes ainsi que des recommandations utiles. Les fiches d'information suivantes ont été récemment mises à jour:

- Maladie à corps de Lewy
- Troubles du comportement

La liste des moyens auxiliaires a également été actualisée et nous avons élaboré un nouveau dépliant *Côtoyer*

des personnes atteintes d'Alzheimer ou d'une maladie apparentée.

Ces publications peuvent être commandées ou téléchargées gratuitement sur notre boutique en ligne.

Commander ou télécharger sur
alz.ch/publications

Devenez membre!

Ensemble, nous pouvons faire bouger les choses. En tant que membre, vous nous permettez d'accompagner les personnes touchées par la maladie dans toute la Suisse avec des informations, des conseils et des offres de répit. Les 21 sections cantonales assurent un service de proximité. Nous contribuons au débat politique au niveau tant national que cantonal, en défendant le point de vue des malades et de leurs proches. Si vous nous rejoignez, vous devenez à la fois membre de la section cantonale de votre lieu de domicile et de l'organisation nationale. Vous recevrez notamment notre magazine *auguste*, pourrez bénéficier d'offres organisées par votre section cantonale et renforcerez les prestations en faveur des personnes atteintes d'Alzheimer ou de maladies apparentées. Avons-nous suscité votre intérêt? Alors abonnez-vous à notre infolettre sur alz.ch/membres ou scannez le code QR ci-dessous.



S'inscrire sur
alz.ch/devenir-membre

Questions juridiques

À propos du placement en EMS

Outre les défis d'ordre émotionnel et pratique, des questions financières et juridiques surviennent lors d'un placement en EMS. Quels sont les coûts prévisibles? Comment est organisé le financement? Renseignez-vous

propriété, il est recommandé de définir la marche à suivre au préalable avec l'autorité de protection de l'adulte. Les directives anticipées permettent d'indiquer quels traitements et mesures médicaux sont souhaités ou refusés. Il

La situation en matière d'assurance change lors d'un placement en EMS

est possible d'y désigner une personne de confiance chargée de prendre des décisions d'ordre médical pour quelqu'un qui n'en serait plus capable. Si ces documents sont déjà complétés au moment du placement en EMS, il est judicieux d'en informer la direction. Dans le cas contraire, ils peuvent toujours être rédigés tant que la personne concernée est capable de discernement. Il n'existe toutefois aucune obligation.

Droit aux prestations complémentaires et à l'allocation pour impotent

En règle générale, vous avez droit à des prestations complémentaires de la prévoyance vieillesse (personnes en âge de toucher l'AVS) ou de la prévoyance invalidité (jeunes malades) dans le cas où les revenus et la fortune ne suffiraient pas à couvrir tous les frais à votre charge. Si les prestations complémentaires sont insuffisantes ou inexistantes, il convient de déterminer le droit à l'aide sociale. À partir d'un certain seuil d'accompagnement et de soins, il existe un droit à l'allocation pour impotent, indépendamment des revenus et de la fortune. Vous obtiendrez plus d'informations à ce sujet auprès de la caisse de compensation du canton de domicile de la personne s'appêtant à entrer en EMS. Il est d'autant plus important de tirer au clair les questions financières si l'EMS est situé dans un autre canton. Le canton de domicile peut imposer une limite aux prestations complémentaires qui ne couvrent alors plus nécessairement les coûts de l'EMS. Cette situation peut, dans le pire des cas, conduire à un changement forcé d'institution.

Dispositions personnelles

Il est judicieux de prendre certaines dispositions au moment du placement en EMS. Toute personne peut désigner quelqu'un qui la représente tant qu'elle est encore capable de discernement au moyen d'une procuration générale. Le mandat pour cause d'incapacité sert à définir la personne représentante en cas d'incapacité de discernement. Il permet aussi d'indiquer la personne chargée de résilier un bail de location et de s'occuper de l'ensemble des démarches juridiques. S'il est question de vendre un logement en

documents sont déjà complétés au moment du placement en EMS, il est judicieux d'en informer la direction. Dans le cas contraire, ils peuvent toujours être rédigés tant que la personne concernée est capable de discernement. Il n'existe toutefois aucune obligation.

En l'absence de dispositions personnelles, la loi prévoit un droit de représentation limité pour le ou la conjoint-e et/ou partenaire enregistré-e (art. 374 CC). D'autres personnes peuvent endosser ce rôle pour les questions d'ordre médical, par exemple les concubin-e-s, les enfants ou les frères et sœurs, du moment qu'il existe un lien établi (art. 378 CC). En l'absence de représentation légale, l'autorité de protection de l'adulte met en place une curatelle.

En l'absence de dispositions personnelles, la loi prévoit un droit de représentation limité pour le ou la conjoint-e et/ou partenaire enregistré-e (art. 374 CC). D'autres personnes peuvent endosser ce rôle pour les questions d'ordre médical, par exemple les concubin-e-s, les enfants ou les frères et sœurs, du moment qu'il existe un lien établi (art. 378 CC). En l'absence de représentation légale, l'autorité de protection de l'adulte met en place une curatelle.

Assurances

La situation en matière d'assurance change lors d'un placement en EMS. Une assurance ménage est-elle encore nécessaire pour ses propres meubles? Une assurance complémentaire est-elle pertinente si la personne perd souvent ses effets personnels (lunettes p. ex.)? La nécessité d'une assurance responsabilité civile privée doit être évaluée au cas par cas: si une personne n'est plus capable de discernement, elle ne peut plus être tenue responsable en cas d'éventuels dommages causés. L'incapacité de discernement doit cependant être constatée de manière formelle et dans certains cas, une assurance RC est conclue en raison du prix peu élevé. En cas d'incapacité de discernement, il est conseillé d'examiner les questions relatives aux assurances et de conserver une assurance RC privée en cas de doute. Certains EMS proposent également des couvertures collectives.

Notre brochure *Prendre ses dispositions grâce aux directives anticipées* vous fournit de plus amples informations:
alz.ch/publications



Une «réunion au sommet» pour découvrir ensemble la région.

Solidarité

« Ici, personne ne se trompe ! »

Alzheimer Argovie organise une «réunion au sommet» chaque mardi à Baden. Au programme : repas de midi au restaurant, promenade et activités ludiques en groupe. La convivialité en toute insouciance fait du bien à tout le monde, comme nous l'avons constaté lors de notre visite.

Nous sommes en début d'après-midi, dans la vieille ville animée de Baden. En ce mardi de printemps, il pourrait pleuvoir d'un instant à l'autre, mais cela n'entame pas la bonne humeur des personnes présentes. Après le repas au restaurant «Roter Turm», Esther M., Emma T. et Samu L. (noms fictifs) se mettent en route aux côtés de Maria Meier et Monika Steger, deux responsables, et de Frieda Wampfler, bénévole. Tout le monde se connaît et s'appelle par son prénom. En passant devant les magnifiques maisons qui bordent les ruelles urbaines, le groupe s'arrête pour profiter du point de vue.

Emma remarque une enseigne d'auberge dorée et brillante. «Quel magnifique travail!», s'exclame-t-elle. La visite se poursuit par la traversée d'un vieux pont en bois qui descend vers la Limmat et longe la rivière. On admire

les jardins, on se pose des questions sur les plantes et on hume l'odeur des lilas en fleurs. La responsable Monika attire l'attention sur la Villa Boveri, située sur la rive opposée. Baden est marquée par son passé industriel, avec lequel une personne du groupe possède d'ailleurs des liens étroits.

Une valise pour un voyage imaginaire

Discrètement, les responsables et la bénévole assurent le soutien et la sécurité nécessaires pendant la promenade. Trois quarts d'heure plus tard, le groupe arrive à destination : un espace collectif situé dans une maison de paroisse, à la périphérie du centre-ville. Une odeur de gâteau emplit la pièce : c'est Maria qui l'a préparé le matin même. C'est autour d'un thé fait maison que débute l'entraînement de la mémoire. Une vieille valise trône au

centre de la table, et les personnes présentes s'envolent pour un voyage imaginaire.

À tour de rôle, chaque personne énonce la destination choisie et ce qu'elle emporte avec elle. Les lieux évoqués vont du lac de Hallwil à la Laponie. Les voyageuses et voyageurs emportent des chaussures, du dentifrice, de l'antimoustique et bien d'autres choses. La responsable Monika note tout sur des fiches qu'elle place dans la valise. Ensuite, la valise est défaits. Les personnes présentes se souviennent-elles de tout ce qu'elle contient ? «Je me souviens de pas mal de choses», constate Emma. Effectivement, en unissant leurs forces, l'exercice est un succès. Parfois, les responsables donnent de petits coups de pouce mnémotechniques, tandis que les participant-e-s se montrent toujours solidaires. «Maillot de bain», chuchote Esther à l'oreille d'Emma, et voilà le mot juste.

« Chaque personne a ses points forts »

L'atmosphère est détendue, les taquineries vont bon train. «Tu sais, on n'est pas à l'école là», lance Esther. Samu est également adepte des plaisanteries, qu'il exprime volontiers par des mimiques et des gestes. «Tu aimes bien te moquer de nous, pas vrai?» demande Monika en riant. Samu s'exprime généralement en finnois et partage ses connaissances à propos de son pays. Pour le comprendre, les responsables utilisent une application de traduction sur leur smartphone. La deuxième partie de l'entraînement de la mémoire consiste à former des mots à l'aide d'une lettre initiale. Emma tire les lettres tandis qu'Esther déborde d'idées de mots. «Chaque personne a ses points forts», explique la responsable Monika.

Une rencontre au sommet comme structure de jour

D'ordinaire, une rencontre au sommet réunit des personnalités. «Exactement, explique Marianne Candrea, directrice d'Alzheimer Argovie, par ce terme, nous voulons montrer qu'ici, ce sont les malades qui sont les personnes les plus importantes.» L'offre est conçue comme une structure de jour. Comme la promenade fait partie du programme, les participant-e-s doivent pouvoir se déplacer à pied. Selon la directrice, ces rencontres favorisent l'intégration sociale sans provoquer de stress. «Ici, on peut être soi-même.» Cela renforce la confiance en soi et le bien-être. Les proches bénéficient en outre d'un jour de congé qu'ils peuvent planifier. Cofinancé par des partenaires, ce projet pilote existe depuis 2021. Les participant-e-s versent une contribution de 75 francs et prennent en charge le repas de midi. À l'origine du concept, Alzheimer Zurich organise également de telles rencontres.

P comme Paris, Z comme zoo, I comme iris. Certains mots donnent lieu à des échanges et à des récits. Soudain, Emma déclare qu'elle doit bientôt s'en aller. La responsable Monika pose calmement sa main sur son avant-bras. Son mari viendra la chercher à l'heure convenue, assure-t-elle. Tout est rentré dans l'ordre.

Des responsables expérimentées

Les responsables disposent de connaissances spécialisées dans le domaine de l'activation et d'une grande expérience avec les personnes atteintes d'Alzheimer et de



Durant l'entraînement de la mémoire, les participant-e-s s'aident mutuellement.

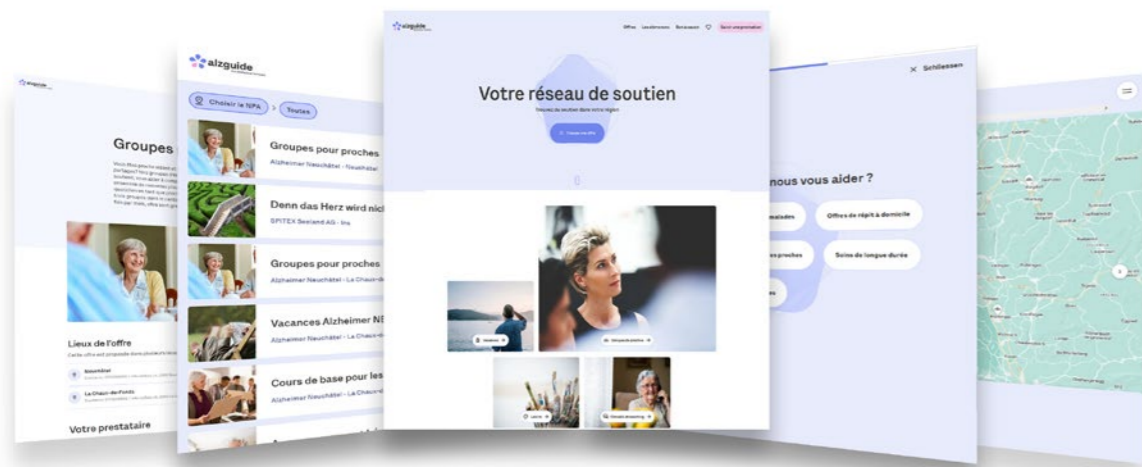
maladies apparentées. Elles ont l'habitude de s'adapter à l'humeur du jour des participant-e-s. Le déroulement régulier et identique offre des repères, comme l'explique Maria Meier : «Et si quelque chose ne fonctionne pas comme prévu, nous trouvons une solution.» Les entraînements de la mémoire, basés parfois sur des chiffres ou des proverbes à compléter, visent à entretenir les facultés dans ce domaine. Toutefois, il s'agit avant tout de partager un moment ensemble, en dehors de la famille, mais dans un cadre protégé.

Après la pause-café agrémentée du gâteau à la mandarine préparé par Maria, les participant-e-s entament une activité en position debout avec un ballon léger comme une plume. Les membres du groupe, répartis dans la salle, s'en donnent à cœur joie. Esther apprécie ces rencontres qui associent sollicitation du corps et de l'esprit. Et cerise sur le gâteau : «Ici, personne ne se trompe!» C'est amusant et bon pour le moral, ajoute l'Argovienne qui conclut à juste titre : «C'est bien mieux que de rester tristement assis chez soi.» Le temps a passé, il est déjà 16 h 30. La vaisselle est faite, les premiers proches arrivent. Il est temps de se saluer et de se dire à la semaine prochaine!

[Vous trouverez plus d'informations sur les offres d'Alzheimer Argovie et d'autres régions sur alz.ch/sections](https://alz.ch/sections)

alzguide.ch: des offres près de chez vous

alzguide.ch vise à faciliter la recherche d'offres de soutien spécifiques. Il s'agit de la première plateforme en ligne qui regroupe de tels services sur un seul site en Suisse. Lancée en juillet 2023, la plateforme est née notamment grâce à une donation.



Information aux personnes concernées

Où s'adresser pour un conseil? Existe-t-il un centre de jour spécifique à proximité de chez vous? Et quels sont les EMS proposant également des offres adaptées aux personnes présentant des troubles neurocognitifs? alzguide fournit gratuitement des informations sur les offres de répit et de soutien dans le domaine d'Alzheimer et des maladies apparentées. En saisissant un code postal et le type de prestation recherché, vous trouverez en quelques clics l'offre appropriée dans la région souhaitée. alzguide comprend des prestations tant pour les proches que pour les malades. Ce large éventail d'offres pourrait vous inciter à essayer une nouvelle prestation ou à trouver d'autres possibilités pour votre proche malade.

Soutien pour les spécialistes

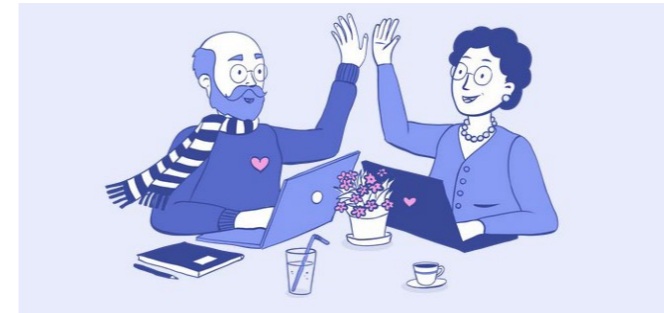
Médecins, infirmiers, collaborateurs des services d'aide et de soins à domicile, psychologues, assistants sociaux et collaborateurs au sein de services de conseil reçoivent régulièrement des demandes d'informations sur les offres de soutien spécifiques, destinées aux malades comme aux proches. alzguide leur permet de s'informer rapidement et en tout temps sur les offres régionales actuelles, et donc de conseiller au mieux les personnes concernées. Chaque offre contient une brève description et peut être ajoutée à ses favoris. La liste de favoris peut être imprimée ou envoyée sous forme de lien.

Des offres variées

La plateforme alzguide est ouverte aux prestataires travaillant en Suisse, spécialisés dans les troubles neurocognitifs et au bénéfice d'une expérience dans ce domaine. Les offres sont directement saisies par les prestataires. Ces derniers s'engagent à respecter les directives médico-éthiques dans la prise en charge des malades. À moyen terme, l'objectif est de rendre la plateforme financièrement autonome grâce à une petite contribution aux frais de maintenance de la part des prestataires. Toutes les recettes futures seront intégralement et exclusivement consacrées au financement d'alzguide.

alzguide.ch complète le conseil

La plateforme en ligne ne remplace pas le conseil et ne représente pas un label de qualité d'Alzheimer Suisse. alzguide sert de répertoire à l'échelle nationale des prestations concernant Alzheimer et les maladies apparentées. Les données contenues sur la plateforme sont régulièrement mises à jour et complétées afin d'y répertorier le plus grand nombre possible d'offres variées dans toutes



les régions de Suisse. En rejoignant la plateforme des prestataires, vous nous aidez à concrétiser cet important guide destiné aux personnes atteintes d'Alzheimer ou d'une maladie apparentée et à leurs proches en Suisse.

Saisir des offres en tant que prestataire

Proposez-vous un service destiné aux personnes atteintes d'Alzheimer et/ou à leurs proches? Travaillez-vous dans une institution qui propose des offres à l'intention des personnes atteintes de troubles neurocognitifs? Si votre offre ne figure pas encore sur alzguide.ch, vous pouvez vous enregistrer et vous inscrire sur la plateforme. Nous examinons votre demande dans un délai d'environ dix jours. Vous pourrez ensuite saisir et gérer vos prestations en toute autonomie. Vous trouverez plus d'informations sur alzguide.ch/sign-up-info.

Signaler des offres en tant que bénéficiaire

Connaissez-vous un service ou une offre qui ne figure pas encore sur alzguide? N'hésitez pas à nous en faire part! Vos questions et suggestions sont également les bienvenues. Vous pouvez nous écrire à alzguide@alz.ch.

Un généreux don à l'origine d'alzguide

Cela faisait longtemps que les personnes concernées attendaient la création d'une plateforme en ligne nationale, réunissant les offres proposées par les sections d'Alzheimer Suisse et par bon nombre d'autres prestataires. Ce rêve est devenu réalité grâce à la générosité d'une donatrice directement concernée par la maladie, à la Fondation ROGER DE SPOELBERCH ainsi qu'à d'autres fondations. La donatrice – ou la personne qui la représente – a été impliquée dans le développement d'alzguide, a pu suivre les étapes du projet et faire part de ses suggestions.

Aidez-nous vous aussi!

Souhaitez-vous vous aussi soutenir notre travail et les projets d'Alzheimer Suisse? Grâce à votre don, les personnes concernées et les proches qui s'occupent d'elles ne sont plus livrés à eux-mêmes.

Votre don pour une meilleure qualité de vie

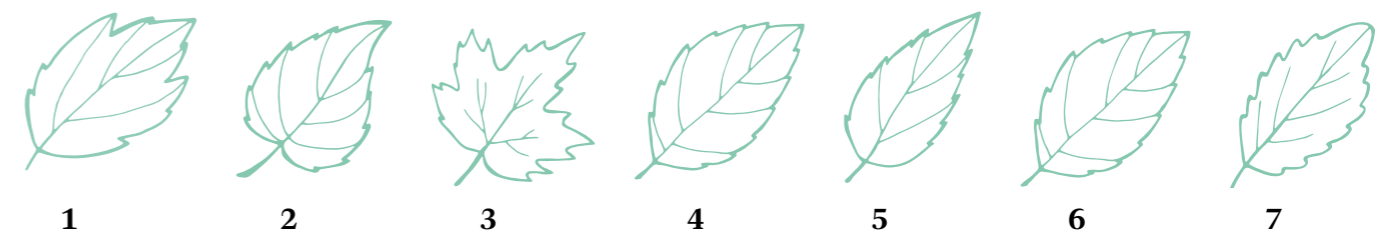


IBAN CH33 0900 0000 1000 6940 8

Devinette

Quelles sont les deux feuilles identiques?

Envoyez votre réponse **jusqu'au 31 octobre** à win@alz.ch ou Alzheimer Suisse, Gurtengasse 3, 3011 Berne, pour **gagner un cahier énigmes et casse-tête**. La bonne réponse sera publiée dès le 6 novembre sur alz.ch/devinette.



Peuvent participer au concours toutes les personnes âgées de plus de 18 ans. Une seule participation par personne. Aucun échange de correspondance au sujet du concours. Les gagnantes et les gagnants seront informés par courrier électronique. Recours juridique exclu. Par votre participation, vous confirmez avoir lu et compris les conditions de participation.

Rester actifs le plus longtemps possible

«Je n'ai jamais vraiment eu le sens de l'orientation», raconte Rita M.* en souriant. Son mari l'a donc accompagnée la première fois où elle s'est rendue sur le site d'Alzheimer des deux Bâle. Depuis lors, l'aide d'Apple Maps lui suffit. Elle a travaillé pendant de nombreuses années en tant que bibliothécaire et a pris une retraite anticipée à l'âge de 58 ans, lorsque son poste a été supprimé. Peu après, on lui a diagnostiqué un trouble neurocognitif léger. «Comme mes parents ont eu Alzheimer, je m'attendais au diagnostic, explique Rita M., mais ça quand même a été un choc.» Consciente de ce que la maladie implique pour les proches, elle a dit à son mari qu'elle comprendrait s'il renonçait à rester à ses côtés. Mais il s'est dit prêt à affronter cette épreuve avec elle. «Je lui en suis très reconnaissante: il est mon roc!»

Pour Rita M., il n'a jamais été question d'attendre chez elle de voir comment la maladie allait évoluer. Elle veut rester active le plus longtemps. Elle profite d'une offre d'entraînement de la mémoire proposée par Alzheimer des deux Bâle, ainsi que d'une offre de jour où elle peut cuisiner, résoudre des énigmes, faire des jeux, être créative, visiter des expositions d'art avec d'autres personnes, ce qui lui plaît beaucoup. Par ailleurs, elle apprécie de pouvoir rencontrer souvent les responsables des



Rita M. et Silvana Künzler, responsables de l'entraînement de la mémoire chez Alzheimer Bâle

cours. Et ce n'est pas tout: Rita M. suit des cours de yoga et un cours d'entraînement de la mémoire destiné aux personnes n'ayant pas la maladie d'Alzheimer. Elle n'a pas communiqué son diagnostic aux autres participants parce que par le passé, elle a constaté que cela mettait certaines personnes mal à l'aise.

Certains jours, elle a plus de mal à accepter son destin et espère que l'on trouvera bientôt un médicament en mesure de stopper ou de guérir la maladie. Mais Rita M. a décidé de tirer le meilleur parti de la situation. «Si l'entraînement de la mémoire et d'autres offres destinées aux personnes atteintes d'Alzheimer n'existaient pas, il faudrait les inventer», déclare-t-elle en riant.

*Nom connu de la rédaction

Impressum

Éditeur: Alzheimer Suisse

Rédaction: Jacqueline Wettstein

Collaboration: Stefanie Becker, Karine Begey, Birgit Kölliker, Anne-Marie Nicole, Janine Weibel, Susanne Wenger, Eva Wiesendanger

Maquette: Jannie Fregien

Photographie/illustrations: Jannie Fregien / Jacqueline Wettstein / iStock / DLV m. à d.

Traductions: Elda Pianezzi, Elena Vannotti / Versions Originales Sàrl, Neuchâtel / traduko, Mönchaltorf

Impression: Baumer AG, Islikon

Le magazine auguste paraît deux fois par an. La rédaction décide de la publication des contributions de tiers. Tous droits réservés. La reproduction d'articles, partielle ou intégrale, est autorisée à condition d'indiquer la source. Pour l'utilisation des images, veuillez vous adresser à redaktion@alz.ch.

«Allô, le Téléphone Alzheimer?»

Cela fait déjà longtemps que notre voisine s'occupe de son mari, atteint d'Alzheimer. Dernièrement, elle a vraiment l'air fatiguée. Le couple a un vieux chien que nous prenons souvent avec nous lorsque nous emmenons le nôtre en promenade. Nous allons bientôt partir quelques semaines en vacances et sommes préoccupés. Serait-il possible que quelqu'un vienne en notre absence contrôler que tout va bien et sorte le chien de temps à autre?



Les conseillères du Téléphone Alzheimer (de gauche à droite): Irene Lagger, Yasmina Konow et Agnès Henry

C'est une belle chose que vous entreteniez de bonnes relations avec vos voisins et que vous emmeniez leur chien en promenade. Il existe différents moyens de soutenir votre voisine durant votre voyage. Les sections cantonales d'Alzheimer Suisse proposent divers services et connaissent les offres de soutien régionales, souvent très appréciées par les malades et leurs proches. Il est par exemple possible d'organiser une assistance à domicile par heure,

un service de visite, des promenades accompagnées et/ou un séjour dans un centre de jour.

Le chien pourrait être confié à un dog sitter professionnel ou à un chenil. Toutefois, cela entraîne des coûts et pourrait être difficile à vivre pour le vieil animal. Une solution serait de trouver quelqu'un qui soit disposé à le promener à votre place. De nombreuses personnes renoncent à avoir leur propre chien pour des raisons

privées ou professionnelles et seraient heureuses de s'en occuper gratuitement. Souvent, il suffit de passer une petite annonce sur des groupes Facebook pour trouver rapidement des volontaires.

Le Téléphone Alzheimer
058 058 80 00.

Du lundi au vendredi,
de 8 h à 12 h et de 13 h 30 à 17 h

Prochain numéro

Parlons-en

Avril 2024

«Mieux vaut ne rien dire: que vont penser les autres?» Les troubles neurocognitifs sont encore liés à des peurs et des tabous. Pour quelle raison? Que faut-il faire pour que tout un chacun puisse parler ouvertement de sa situation? Le prochain numéro d'auguste traitera des tabous liés à Alzheimer et aux maladies apparentées.



« Notre legs permet
d'améliorer la qualité de vie
avec une démence. »



Votre testament a un effet certain.

Prenez contact avec nous pour un conseil
spécialisé et sans engagement.

Alzheimer Suisse

Gurtengasse 3
3011 Berne
alz.ch

Evelyne Hug

Responsable recherche de fonds, successions et legs
evelyne.hug@alz.ch
Téléphone + 41 (0)58 058 80 40

CP: 10-6940-8

IBAN CH33 0900 0000 1000 6940 8