

# mag. ensemble



## Soirée «portes ouvertes» conviviale dans les nouveaux locaux d'Alzheimer Fribourg Freiburg



Photo Enrico Prestalozzi

**Luana Menoud-Baldi, présidente de l'Association Alzheimer Fribourg Freiburg, et Jean-Marc Groppo, directeur de Pro Senectute Fribourg, entourés de collaboratrices/teurs, de bénévoles, d'amis et d'intéressés.**



**Un pool de compétence réuni sur le même étage.**

Installée depuis septembre 2019 dans ses nouveaux locaux de Diabolo-Menthe, où elle voisine avec Pro Senectute, Alzheimer Fribourg Freiburg a perdu la crémaillère au cours d'une soirée très conviviale.

La cohabitation Alzheimer-Pro Senectute n'est pas le fruit du hasard, mais le résultat de réflexions menées par Jean-Marc Groppo, directeur de Pro Senectute Fribourg, et Luana Menoud-Baldi, présidente d'Alzheimer Fribourg Freiburg, en vue de développer un pool de compétences réunissant diverses prestations en faveur des aînés. Localisé dans le très moderne bâtiment résidentiel pour seniors Diabolo Menthe, sis passage du Cardinal 18

à Fribourg, ce pool atteste d'une part la volonté de synergie des initiateurs – qui peuvent ainsi réaliser des économies d'échelle au niveau des locaux et des infrastructures – et d'autre part le dynamisme d'une démarche qui recherche en permanence le contact le plus direct possible avec les bénéficiaires des prestations.

Alzheimer Fribourg Freiburg ne poursuit pas seulement toutes ses activités dans ce nouvel environnement – informations et conseils, organisation de vacances Alzheimer, mise sur pied de groupes d'entraide et de café Alzheimer, accompagnement à domicile, permanence dans les Cliniques de Mémoire, etc. – mais va en outre développer de nouvelles activités au fil du temps, afin d'être en phase avec les besoins de demain.



Photo Enrico Prestalozzi

**Un espace d'accueil chaleureux au premier étage de la résidence Diabolo-Menthe, passage du Cardinal 18, à Fribourg**



### À nouvelle année, nouveaux défis: aidez-nous!

L'augmentation permanente du nombre de personnes atteintes de démence alourdit chaque année la tâche de l'Association Alzheimer Fribourg Freiburg. Pour continuer à offrir des prestations professionnelles aux personnes atteintes et à leurs proches, nous avons besoin de votre appui. Donc:

### Merci de votre générosité!

**Luana Menoud-Baldi**  
Présidente

**Pour faire un don à notre association il vous suffit de scanner le QR Code ci-dessous et de suivre les indications sur notre page Internet.**



## Les Alzamis, ces amis qui accompagnent vos proches

Pour permettre aux proches aidants de prendre de temps à autres quelques heures de répit, l'Association Alzheimer Fribourg Freiburg leur offre des accompagnements à domicile assurés par des professionnels.

Spécialement formés pour leur tâche, les accompagnants d'Alzheimer Fribourg – ou Alzamis FR – bénéficient en outre d'une supervision régulière, assumée par Marianna Gawrasiak, notre psychologue-conseil spécialisée en gérontologie.

L'accompagnement est individuel et toujours assumé par la/le même Alzami FR. Les activités sont centrées sur les intérêts et les préférences de la personne malade: promenades, jeux de société ou de cartes, chant, lecture, préparation d'une pâtisserie ou d'un autre mets, bricolage de petites décorations de saison ou de fêtes, échanges autour des photos de famille ou de vacances etc. – ou, selon la situation, assurer tout simplement une présence apaisante et bienveillante.

Pour plus d'informations n'hésitez pas à contacter SOS MÉMOIRE au 026 402 42 42.

Vous vivez avec un proche perdant la mémoire?

**Prenez un bol d'air, nous prenons la relève**



Et votre mari...? Pas de souci: un accompagnant d'Alzheimer Fribourg lui tient compagnie :-)

**SOS MÉMOIRE**  
026 402 42 42

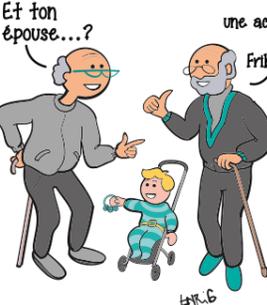
Alzheimer Fribourg offre aux proches des personnes souffrant de graves troubles de la mémoire un accompagnement à domicile assuré par des accompagnant(e)s spécialement formé(e)s et diplômé(e)s.

SOS Mémoire vous renseigne:  
026 402 42 42. www.alz.ch/fr

Oups! Même une mémoire d'éléphant peut avoir des trous...

Vous vivez avec un proche perdant la mémoire?

**Prenez un bol d'air, nous prenons la relève**



Et ton épouse...? Pas de souci: une accompagnante d'Alzheimer Fribourg lui tient compagnie :-)

**SOS MÉMOIRE**  
026 402 42 42

Alzheimer Fribourg offre aux proches des personnes souffrant de graves troubles de la mémoire un accompagnement à domicile assuré par des accompagnant(e)s spécialement formé(e)s et diplômé(e)s.

SOS Mémoire vous renseigne:  
026 402 42 42. www.alz.ch/fr

Oups! Même une mémoire d'éléphant peut avoir des trous...

## Alzheimer Fribourg Freiburg se présente aux étudiant-e-s de la Haute école de santé Fribourg

Le 15 novembre dernier, la Haute école de santé Fribourg organisait à l'attention de ses futurs Bachelor en soins infirmiers une journée de rencontre avec différentes associations ou organisations médico-sociales.

L'Association Alzheimer Fribourg Freiburg participait à cette journée avec un stand d'information tenu par une de nos collaboratrices. Les échanges avec

les étudiant-e-s ont été fructueux: elles ont pu dialoguer avec de nombreux jeunes très intéressés par les objectifs et les prestations d'Alzheimer Fribourg Freiburg.

Ce fut un réel plaisir que de pouvoir transmettre ces informations à des personnes jeunes et motivées, appelées à jouer bientôt un rôle déterminant dans notre système de santé.



Judith Krattinger, coordinatrice de l'accompagnement à domicile

## 2019: petite rétrospective d'une année riche en événements



Photo: Enrico Pestalozzi

Souper de soutien du 21 septembre à la salle communale de Dompierre

2019 marquait le 25<sup>e</sup> anniversaire de la fondation d'Alzheimer Fribourg Freiburg. Pour commémorer cet événement, nous avons mis un riche programme sur pied – un programme qui a connu un succès mémorable!

Tout a commencé le 12 février à Bulle par la conférence de la gérontopsychologue Marianna Gawrasiak «La maladie d'Alzheimer et la transformation des liens familiaux». Cette conférence a ensuite fait le tour du canton et a rencontré partout un accueil des plus chaleureux.

Puis a débuté le cycle des Cafés Alzheimer et thés dansants d'Echarlens et de Gletterens: ce cycle a duré du 9 mai au 10 novembre et a compté cinq manifestations – toutes très suivies.

L'assemblée générale du 27 mai à Marsens, avec son attrayant programme festif, a évidemment été l'événement clé de l'année jubilaire: les exposés sur le peintre Yoki et «Charly le fil de fer» ont captivé et ému un public aussi nombreux qu'enthousiaste.

Enfin, nous ne pouvons pas conclure sans accorder une mention spéciale à deux

manifestations marquantes: d'abord la journée de soutien «N'oublions pas ceux qui oublient» organisée de main de maître par le Golf Club de Vuissens le 21 septembre, à l'occasion de la journée mondiale Alzheimer, avec tournoi caritatif et souper de soutien à Dompierre (photo) et ensuite le stand Alzheimer Fribourg Freiburg au Comptoir broyard de Payerne – une excellente occasion de se présenter du 15 au 24 novembre à un large public.

Merci à l'équipe Alzheimer Fribourg Freiburg et aux généreux sponsors qui ont rendu cette magnifique soirée du 21 septembre possible:



Courant 2019, l'Association Alzheimer Fribourg Freiburg a mené une campagne d'information auprès de tous les cabinets médicaux du canton (environ 700) et leur a envoyé des prospectus à placer dans les salles d'attente.

Si vous rencontrez des prospectus dans la salle d'attente de votre médecin, faites une photo et envoyez-la à [info.fr@alz.ch](mailto:info.fr@alz.ch), avec le nom et la localité du cabinet médical et vos coordonnées.

Vous participerez ainsi automatiquement à un tirage au sort qui aura lieu le 21 septembre 2020, à l'occasion de la journée mondiale de la maladie d'Alzheimer.

Nous tirerons au sort 21 gagnant-e-s, qui recevront chacun une mascotte: «Oops», notre l'éléphant en peluche.

La même mascotte ira au cabinet médical, avec une lettre de remerciement.

En participant au tirage au sort, vous transférez automatiquement les droits de publication de votre photo à l'Association Alzheimer Fribourg Freiburg. Nous publierons quelques-unes de vos photos dans une prochaine édition de notre newsletter.



Prospectus photographié par Mme Carina Pestalozzi chez le Dr. Cattin de Billens

# Vacances Alzheimer 2020



Un environnement soigné et des activités variées



**Les Semaines de vacances Alzheimer se déroulent, comme chaque année, à l'hôtel Murtenhof & Krone à Morat, selon un scénario bien rodé.**

Un riche programme d'activités et d'excursions a été préparé par la responsable.

**Deux animatrices offrent un riche programme aux vacanciers.**

Mme Elisabeth Wittwer, responsable de l'organisation, est infirmière formatrice et Mme Marguerite Akladios, responsable de l'animation, est animatrice diplômée à la retraite.

**Chaque matin**, les personnes concernées se retrouvent avec leurs béné-



voles et participent à diverses activités adaptées à leurs capacités ou partent en promenade avec les accompagnant-e-s. La journée commence par de la gymnastique et continue par un réveil-mémoire, du chant, de la musique, de la danse et un atelier de peinture.

Les conjoints sont libres de participer à ces activités ou non.

**Pendant la semaine**, différentes excursions sont proposées.

**Le soir**, les hôtes peuvent assister à différentes animations musicales (concerts, danse, yodel, etc.)

C'est toujours avec grande satisfaction que les responsables de l'organisation des vacances Alzheimer et les accompagnant-e-s constatent que les proches aidants repartent en ayant fait le plein d'énergie. Ils ont trouvé des réponses adéquates à leurs questions, ils ont découvert une manière efficace d'améliorer leur vie quotidienne - **et surtout, ils ont vécu un moment de répit.**

**Annoncez- vous maintenant pour les semaines de vacances Alzheimer 2020!**

**Printemps: du 24 au 30 mai**  
**Automne: du 11 au 17 octobre**

**Inscription et renseignements au secrétariat de la section: tél. 026/402 42 42**

## Association Alzheimer Fribourg-Freiburg

Passage du Cardinal 18  
CH - 1700 Fribourg

Tél. Alzheimer: 026 402 42 42\*

Horaires d'ouverture du secrétariat:  
Lu, Ve, 8h30 - 11h30 et 13h30 - 17h00  
Mercredi 8h30 - 10h30, fr. / all.  
info.fr@alz.ch

[www.alz.ch/fr](http://www.alz.ch/fr)

**Devenez membre de la section Fribourg: [www.alz.ch/fr](http://www.alz.ch/fr)**

**CP 17 - 11547 - 5**

**Numéro IBAN:**

**CH47 0900 0000 1701 15475**

### \* A noter :

Une permanence téléphonique est assurée tout au long de la semaine, en collaboration avec Alzheimer Suisse.

## Le coin des bonnes lectures



**Alzheimer, mode d'emploi – Le guide des aidants** Jean-Pierre Polydor

**Validation, mode d'emploi** Naomi Feil

**Aimer et accompagner nos aînés** Mitra Khosravi

**Le vieux roi en son exil** Arno Geiger

**L'envol du papillon** ou « **Still Alice** » Lisa Genova, roman

**Alzheimer précoce – Mes petits carnets de vie** Florence Niederlander

**Alzheimer – Accompagner ceux qu'on aime...et les autres** Colette Roumanoff

**Le bonheur plus fort que l'oubli** Colette Roumanoff