

# Journal main dans la main

Le petit journal de votre Association départementale, n°70



## L'édito

Avec ces premiers flocons, nous voilà rentrés dans la période hivernale avec en perspectives les **fêtes de fin d'année** apportant des joies et rencontres familiales. Il faut apprécier ces beaux moments. Nous profitons de cet édito pour **vous souhaiter d'agréables fêtes.**

Voici un **bilan** rapide du trimestre écoulé. Nos salariées et bénévoles ont bien œuvré pour **accompagner les familles** concernées par ces maladies : entretiens, instants d'accueil, groupes de paroles ou de soutiens, formations des aidants, cafés mémoire, ateliers cuisine, gym douce, détente des aidants, repas conviviaux, animations au Tiers Lieu de l'EPHAD de Vieugy.

Les **journées régionales** que nous avons organisé à Sévrier nous ont permis d'échanger avec les responsables de l'ensemble des départements de la région Auvergne-Rhône-Alpes.

Dans l'ensemble du département, des bénévoles ont participé à **nombreux forums en septembre et octobre** et ceci nous a permis de **rencontrer de nouvelles familles.** Celles-ci ont découvert notre association et les activités dont elles peuvent bénéficier.

Nous voulons laisser le soin de feuilleter ce journal et de découvrir les activités des prochains mois.

## Sommaire :

P2 : quelques actualités

P3 et 4 : les activités du prochain trimestre



*Le bureau de votre association*

## La solitude du dimanche

Pour les aidantes et les aidants qui ont perdu leur moitié les dimanches sont longs et glauques.

Nous vous proposons de nous retrouver au **restaurant** pour un moment de convivialité et de partage le **deuxième dimanche du mois**.

Si cela vous intéresse, vous pouvez contacter l'association.

Nous avons aussi une petite **bibliothèque** à l'association et nous accueillons celles et ceux qui sont intéressés le **deuxième dimanche du mois à partir de 14h30**.

Ce sera un plaisir de vous accueillir pour ces activités.



### Un espoir attendu...

Le 15 novembre dernier, l'agence européenne du médicament a autorisé la mise sur le marché du **LEQEMBI, médicament pour traiter la Maladie d'Alzheimer dans ses formes précoces**. La recherche avance....

Dans le prochain journal, vous aurez un article plus documenté sur le sujet.



### Retour sur les journées mondiales

Le **bilan** des manifestations liées à la **Journée Mondiale** (autour du 21 septembre) est **très positif** avec de belles réussites comme la conférence avec un chercheur grenoblois organisée avec l'appui du Conseil Départemental, des séances dans les EHPAD de Rumilly, des stands dans nos villes aidantes (Thonon et Marnaz), un film « Colocs de choc » avec conférence au Mégarama de Seynod et pour conclure cette semaine un bal dans l'après-midi du 21 septembre.

# Les activités du prochain trimestre décembre 2024 à février 2025

Les activités où figurent le pictogramme “✍️” sont **sur inscription obligatoire**.  
Pour plus d’informations ou pour vous inscrire, merci de contacter Francine au **04 50 51 49 14**.

## Annecy

- **Café mémoire** à Annecy, brasserie “Au Bureau” de 14h à 15h30. Les lundis 9 décembre 2024, 6 janvier et 3 février 2025.
- Le **resto du vendredi** (personnes malades  jeunes), à partir de 12h. Les 6 décembre 2024, 10 janvier et 7 février 2025.
- **Groupe de parole pour les aidants familiaux**, de 10h à 11h30. Les 13 décembre 2024 (à l’association), 20 décembre (en ligne), 15 janvier (en ligne), 17 janvier (à l’association), 7 février (à l’association), et 19 février 2025 (en ligne).
- **Groupe de soutien personnes endeuillées**, de 10h à 11h30, les mercredi 4 décembre 2024, 8 janvier et 5 février 2025.
- **Gym douce** (11h-12h, à l’association 7 rue de la gare) et / ou **restaurant** (à  12h). Les mercredis 18 décembre 2024, 15 janvier, 19 février, et 19 mars 2025.

## Annemasse

- **Café mémoire** à Ville-La-Grand (La Friandine, 50 rue des Tournelles), de 14h30 à 16h30 : les mardis 17 décembre 2024, 21 janvier et 18 février 2025.
- **Journées détente aidants et aidés** à Ville-La-Grand (La Friandine) : repas de 12h à 16h puis  échanges ou activités l’après midi. Les jeudis 5 décembre 2024, 9 janvier et 6 février 2025.
- **Groupe de parole pour les aidants** à Annemasse (Club du Perrier, 13-15 avenue de Verdun, Annemasse,) de 10h à 11h30. Les jeudis 5 décembre 2024 , 6 février 2025.
- **Formation des aidants** (lieu à préciser), animée par Sylvie PATE, neuropsychologue et Patrick KRESMAN président de REGAARS. 
- Gratuit, 5 séances de 9h à 12h. Les mardis 18 mars, 1er avril, 8 avril, 15 avril et 13 mai 2025.



## Thonon-les-Bains

- **Rencontre - accueil café**, principalement pour les aidants, le 2ème mardi du mois de 10h00 à 12h00 : le 10 décembre, 14 janvier, 11 février et 11 mars.
- **Rencontres gourmandes conviviales**, pour tous, le samedi à partir de 15h00 : le 14 décembre (goûter de Noël, chacun participe à sa réalisation), 11 janvier (partage de la galette) et 8 février (fabrication de crêpes).
- **Café mémoire Thonon**, Brasserie Le Naviot, 12 quai de Rives de 14h30 à 16h30 les mardis 28 janvier 2025, 25 février 2025 et 25 mars 2025.
- **Groupe de parole pour les aidants**, 9 rue chantecoq, de 9h30 à 11h, mardi 28 janvier.
- **Repas au Naviot** (quai de  rive) le 25 février à 12h.



# Les activités du prochain trimestre décembre 2024 à février 2025

Les activités où figurent le pictogramme “✍️” sont **sur inscription obligatoire**.  
Pour plus d'informations ou pour vous inscrire, merci de contacter Francine au **04 50 51 49 14**.

## Thônes

- **Conférence La gestion du stress en tant qu'aidant** au café Daddy, Ehpad le Chant du fier. Animée par Florence BUGNARD le lundi 10 mars 2025, 14h00.
- **Formation des aidants** (EHPAD le Chant du Fier, 10 rue du 8 mai 1945) 5 séances, de 13h45 à 16h30. Les jeudis 27 mars, 10 avril, 17 avril, 15 mai et 22 mai 2025.

## Cruseilles

- L'association sera présente sur le **marché de Noël de Cruseilles**, les 14 et 15 décembre prochains. Venez nous voir !

## Rumilly

- La **détente des aidants** à Rumilly, de 14h à 15h30, les 16 décembre 2024, 13 janvier et 10 février 2025.



## Vallée de l'Arve

- **Café mémoire à Sallanches** (bar le Saint Jacques, place St Jacques) de 14h à 16h les mardis 10 décembre 2024, 14 janvier, 11 février et 11 mars 2025.
- **Formation des aidants à Sallanches** (au Praz de l'Arve, centre de gériatrie.) 4 séances, de 9h15 à 12h15. Les mardis 4 février, 11 février, 18 février et 11 mars 2025.



### En ligne



- **Le café en ligne** : les 23 décembre 2024, 27 janvier et 21 février 2025 de 14h30 à 15h30.



Merci à tous nos partenaires pour leur soutien.

*Merci pour votre lecture*

Prochain numéro en mars 2025.

FRANCE ALZHEIMER 74

04 50 51 49 14

<https://francealzheimer.org/hautesavoie>  
[contact74@francealzheimer.org](mailto:contact74@francealzheimer.org)

Siège social : 7 rue de de la gare  
74000 Annecy  
Antennes à : Annecy, Annemasse,  
Rumilly, Sallanches, Thonon-Les-Bains