

GAZETTE C17

Merci à nos auteurs

Dominique G, pour le secteur de La Rochelle, Monique M pour le secteur de Jonzac et Vincent pour le secteur de Saintes-Royan nous ont aidé à élaborer ce premier numéro. Merci à eux!

Et un grand merci à tous les membres de notre comité qui nous aident tout au long de l'année.

Application Blablapark

Une nouvelle application élaborée par JL Dufloux, président de France Parkinson nous permet de nous retrouver entre malades, aidants, et personnes sensibles à cette maladie.

Une nouvelle communauté qui peut nous permettre de partager. N'hésitez pas à la télécharger sur vos téléphones portables!

Passage de Théo

Théo est passé à Saintes le vendredi 18 avril. Nous étions 65 marcheurs pour l'accueillir.

Mot des déléguées :

Voici le premier numéro de notre « gazette ». Nous avons pour projet de vous en proposer deux numéros par an (un en été et un en hiver) pour vous donner une idée de nos activités sur nos trois secteurs de La Rochelle, Saintes et Jonzac, mais aussi pour vous parler de nos projets. N'hésitez pas à nous faire des retours sur vos impressions, sur vos envies de publication (pourquoi pas nous proposer un article?, un témoignage ?) Nous aimerions que ce soit un moyen de partager supplémentaire, de se connaître et de combattre l'isolement de nos campagnes. Merci de nous écrire à comite17@franceparkinson.fr Pour plus d'informations : 06 89 86 37 89

Notre page internet:

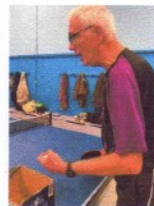
Des informations, des actualités sur notre site internet à consulter régulièrement : <https://www.franceparkinson.fr/comite-17/>

L. Sallembien et A. Torillec

Dates à retenir :

- **Pique nique proposé à tous les adhérents** du département le samedi 23 août (lieu à définir)
- Dimanche 17 août en collaboration avec le restaurant « Quai du blues » **concert** avec Yarol Poupeau, batteur de Niagara et Johnny Hallyday





Après un début timide en septembre 2024, l'activité bat son plein à l'ASPTT de Lagord! L'ambiance y est chaleureuse, chacun participe dans la joie et la bonne humeur. Il faut noter le professionnalisme de notre moniteur Jamy, qui, à chaque cours, nous fait progresser. Après un échauffement sérieux, nous apprenons les différentes bases du ping-pong, avec intérêt. Rappelons que le tennis de table peut avoir des vertus thérapeutiques:

« Selon une étude japonaise publiée en 2021, la pratique du tennis de table pendant six mois peut réduire les symptômes physiques de la maladie de Parkinson, comme les tremblements ou les raideurs. »

Alors, à vos raquettes!



À noter: il n'y a pas que le ping-pong à La Rochelle... Danse, rugby et à la rentrée pourquoi pas aqua-gym! Davantage de détails dans la prochaine Newsletter.

Une activité ping-pong va être mise en place à Saintes, à la rentrée.

Permanences à La Rochelle

Tous les troisièmes
mardis du mois au
Clos Margat:
42 rue du Margat



Récapitulatif

Mardi 18 février 2025:

Nous avons reçu le docteur Cubizolle, neurologue et Mme Sirat, psychologue dans le service de neurologie de l'hôpital de La Rochelle. Nous avons vu les dernières actualités sur la maladie de Parkinson.

Mardi 18 mars 2025:

Nous avons reçu Mme Sirat (psychologue clinicienne) et Mme Bonnin (psychologue spécialisée dans l'aspect cognitif). Il a été question des différents troubles liés à la maladie: troubles affectifs, dépressifs, anxieux...

Mardi 15 avril 2025:

Nous avons reçu Mme Robert, orthophoniste et M. Laumonier, kiné. Il a été question de la place de la rééducation dans la maladie.

Mardi 20 mai:

Nous avons reçu le docteur Geneau Bodis, neurologue, spécialiste du sommeil. Il a été question des troubles du sommeil, les différents stades du sommeil, les causes de l'insomnie, comment y remédier, conseils.



Journée mondiale du 6 mai 2025 à St Savinien

13h30: accueil du public avec participation libre aux différents ateliers: Qi Gong, Tai Chi, Brain Ball, jeu Striatum, kit immersif. Documentation et restauration sont aussi au programme.

14h30: intervention du directeur de l'Institut des maladies dégénératives à Bordeaux: M. Erwan Bézard.

Bordeaux est un des plus gros centres d'Europe qui travaille sur le cerveau. Le nombre de cas de la maladie de Parkinson augmente davantage au niveau mondial: maladie la mieux prise en charge. M. Bézard fait l'historique de la recherche depuis 1930. Différents traitements sont évoqués, l'objectif étant de ralentir le développement de la maladie.

Intervention de M. Guillaume Brachet, diagnostiqué à 29 ans.

Pharmacien-chercheur avec pour projet de trouver un traitement synthétisant deux médicaments anti-diabétiques pour stopper l'évolution de la maladie.

Mercredi 14 mai:

Participation au Collectif des Acteurs de la Santé CASA 17, place de Verdun à La Rochelle.

Démarrage de notre présence active au Centre Hospitalier de La Rochelle en tant qu'association partenaire du Service des Usagers.



Mardi 11 mars 2025 : journée des adhérents

Journée d'info et d'échanges avec ses adhérents à Saintes,

En présence de

Anaëlle Mehr, coordinatrice Réseau Bénévoles (Fonctionnement des comités parkinson°

et

Marie Fuzzati, Directrice scientifique de France Parkinson.

COMITÉ 17

- **Permanences Saintes-Royan**
- Présentation association TREMA : Equipe pluridisciplinaire qui intervient au domicile des personnes malades (sur prescription)
- Présentation ETP (*Education thérapeutique des patients*) : Programmes destinés à aider les patients à prendre en charge leur maladie au-delà de l'aspect purement médical. (Ex. : Autohypnose ; traitement de la douleur... Dispensé dans milieu médical, mais aussi dans milieu associatif)
- Découverte Qi Gong. (Gymnastique traditionnelle chinoise) Mouvements lents, exercices respiratoires, concentration...)
- Découverte Brain Ball. (Inspiré du jonglage) permet de travailler l'organisation des mouvements, la latéralité, le rythme...)
- Intervention d'une orthophoniste. Cécile Lasnier qui présente différentes méthodes de rééducation adaptées à la maladie de Parkinson selon les besoins de chacun (Parole, voix, déglutition, écriture, cognitif).
En particulier, présentation de la méthode LSVT qui s'appuie sur toute une gamme d'exercices spécifiques à la voix et à la parole.
↗
- Découverte du jeu Striatum : Jeu de société qui permet de découvrir sous une forme ludique les mécanismes de la maladie de Parkinson.
- Présentation de l'outil Beatmove. Système qui permet d'améliorer et de fluidifier la marche grâce à une musique adaptée.
- Participation à l'accueil de Théo. (Parkinsonien faisant le tour de France en marchant)
- Participation à l'organisation de la journée Mondiale du 6 mai et de la journée des adhérents du 11 mars.
- **Sans oublier le moment convivialité** : Les rencontres se concluent en dégustant les douceurs que des participants ont concoctées à tour de rôle. (Miam !)



Exercice d'entraînement vocal : les Virelangues

→ Le fisc fixe exprès chaque taxe fixe excessive exclusivement au luxe et à l'exquis.
→ Natacha chassa son chat Pacha. Cela fâcha Pacha qui chassa Natacha.
→ Didon dina, dit-on, du dos dodu d'un dodu dindon.
→ C'est honteux mais tentant de tâter les doudounes à Tata quand Tonton n'est pas là.
A apprendre lentement en exagérant les mouvements de la bouche,

Groupes d'activités

Marche : Successivement les membres organisent des balades dans leurs environs. (à noter jusqu'à présent surtout en bord de mer... attente de propositions ailleurs – en bordure de Charente par exemple.)

Brain Ball : Un atelier mensuel animé par Laure.

Qi- Gong : Animé par Milo

Ping-Pong : un atelier prévu à la rentrée de septembre.

A noter : A Saintes l'association les Enchanteuses propose différents ateliers dans le cadre d'une démarche ETP



Témoignages

Le comité , en son temps avait proposé à tout un chacun d'écrire un témoignage. Nous vous proposons de découvrir au fil de nos numéros différents témoignages d'aidés ou d'aidants.

La maladie n'est pas unique, sa manifestation est protéiforme. Même si les expériences personnelles divergent, chaque ressenti, aussi différent qu'il soit des autres, peut permettre à chacun de mieux comprendre, et peut-être accepter, sa propre histoire.

...« Je crains de ne pouvoir faire grand-chose ; mais, au bout d'un moment je vais déjà mieux et je me sens prête à poursuivre ma promenade. Je suis toujours étonnée de la transformation qui s'opère en moi, du passage d'un état passif et douloureux à un ressenti dynamique et agréable qui me procure une source de bien-être. »...

...« Diagnostic confirmé trois mois plus tard par le neurologue. Grosse surprise ; comme le ciel qui me tombe sur la tête ; je me suis senti vieillir de 10 ans en quelques minutes »...

...« Lutter pour garder le meilleur moral possible ; décider de lutter pour vivre le plus longtemps, le mieux possible »...

...« Une aide psychologique est très importante pour tenir le cap, et prendre du recul pour mieux aider le malade »...

...« Nous sommes deux. Je suis deux.... Je suis Debout »...

INFOS - EVENEMENTS - DIVERS**Permanences Jonzac :****premier mercredi du mois****Où ça ????????? : Hôpital de Jonzac****Côté "URGENCES"**

Venez nous rejoindre pour un moment convivial,

d'échanges et d'informations.

En principe, un intervenant

extérieur à chaque séance :

Aide à domicile, Kiné, cure

thermale, nutrition.....

Ensuite petit goûter (ou gros

!!)

Accueil chaleureux, quand on

vient une fois, on revient !!!!

Notre secteur a souffert du COVID !

Mais cela repart de plus bel avec de nouveaux adhérents.

Monique D., Sophie B, Maurice B. et

Patricia C., Monique M. vous

recevrons avec joie au sein de

FRANCE PARKINSON.

Pour plus amples renseignements :

Monique DOUCET 0780501757

Sophie BERTRAND 0678247335

Prochainement à Jonzac :**REPAS FIN D'ANNEE JONZAC :**

GUINGUETTE 12h15

Renseignements, Sophie BERTRAND

Inscription 0678247335

"La vie est un défi à relever, un bonheur à mériter, une aventure à tenter....

Nous avons reçu

- Christelle LE NOAN, infirmière-coordinatrice PFR,

(Plateforme d'accompagnement et de Répit)

Marie-Pierre BESNIER (psychologue)

Aurore AVINIO (aide-soignante gérontologie)

Plateforme créée en 2022 et destinée aux maladies

neuro-évolutives. En 3 ans, déjà 320

interventions

dans des familles.

2023, forum organisé au centre des congrès de Jonzac.

Travaillent en collaboration avec médecins et gériatres,

TREMA OU DEPARTEMENT ;

Puis moment convivial, échanges sur le parcours

effectué par Théo VETIL (Dans ma tête et dans

mes

baskets), sensibilisation à la maladie de

Parkinson.

- Séance d'Art'thérapie avec l'animatrice

Mélanie BAUGARD, toujours au sein de

l'hôpital de Jonzac

MEMOIRE D'ASSOCIATION :

photos d'oiseaux à reconnaître

silhouettes , cris d'oiseaux

écoute de chansons parlant d'oiseaux :

trouver titre et chanteur (ex : la cage

aux oiseaux de Pierre Perret)

Mélanie représente chaque chanson

par 2 gestes à mémoriser pour la

retrouver

chanter ensemble les chansons

(aidants et aidés)

- intervention d'une kinésithérapeute sur la

méthode d'adaptation d'exercices physiques pour

chaque forme de symptômes dans la maladie de

Parkinson.

Tout ceci accompagné de rires, de blagues

et présenté sous une forme ludique,

certaines n'avaient jamais chanté et là :

surprise, ils chantent !!!

Tout le monde est reparti sourire aux

lèvres, ayant laissé quelques instants la

maladie à la porte.