

Haute-Vienne → L'actu

SANTÉ ■ Des conférences organisées dans le département à l'occasion de la journée mondiale dédiée à la maladie

Alzheimer : l'intérêt de l'activité physique

Le maintien d'une activité physique adaptée ne permet pas de guérir d'Alzheimer, mais peut aider à ralentir la progression de la maladie.

Hélène Pommier

« Il y avait cet homme malade qui ne s'habillait plus, ne faisait plus sa toilette et que la gym adaptée a dynamisé », se souvient Michelle Fray, présidente de France Alzheimer 87. Cette année, à l'occasion de la journée mondiale de la sensibilisation à la maladie d'Alzheimer, qui se déroule chaque 21 septembre depuis 1994, un éclairage est apporté à l'activité physique adaptée. « Souvent, avec la maladie,

le patient et son aidant s'isolent, constate Leslie Cartz-Piver, neurologue au Centre Mémoire de Ressources et de Recherches (CMRR) à Limoges. Or l'activité physique est une des façons d'amener de la stimulation cognitive, physique et cérébrale. »

Au-delà des bienfaits du mouvement, c'est aussi « une source de plaisir et de partage » en couple et au sein d'un groupe. « L'activité physique adaptée est un moyen de maintenir certaines capacités tout en créant du lien social, en proposant un temps d'écoute », poursuit Aurély Bougnoteau, directrice de l'association Soins et Santé, spécialisée dans la prise en charge à domi-

cile, qui propose un accompagnement gradué en fonction du potentiel de chacun. Un des acteurs de cette activité physique adaptée est l'association Siel Bleu qui dispose d'antennes départementales.

À Limoges et Panazol. Cette approche sera évoquée lors de deux conférences en Haute-Vienne. Jeudi, la première, intitulée « Famille et Alzheimer », aura lieu au Castel Marie, à Limoges, avec le docteur Cartz-Piver, Amandine Breton, psychologue responsable de la plateforme d'accompagnement, de soutien et de relais de Soins et Santé, et Michelle Fray. « C'est l'occasion d'accueillir de nouvelles familles », selon Aurély

Bougnoteau.

La seconde « La mémoire, parlons-en ! » se tiendra à Panazol, vendredi, avec les docteurs Cartz-Piver et Noëlle Cardinaud du CMRR, où seront abordées l'importance d'un diagnostic précoce et les prises en charge médicamenteuses ou non médicamenteuses, comme justement l'activité physique adaptée. ■

➔ **Pratique.** Conférence « Famille et Alzheimer, vécus des accompagnants d'un proche malade d'Alzheimer », jeudi 21 septembre, de 14 h 30 à 16 h 30, à l'association Soins et Santé, Castel Marie, 43 rue de Nexon. Gratuit, sur inscription téléphonique au 05.55.33.99.00. Conférence « La mémoire, parlons-en ! », vendredi 22 septembre, à 15 heures, salle des fêtes de Panazol. Entrée gratuite. Contact : 05.55.06.47.79.



SIEL BLEU. L'antenne locale de cette association nationale intervient en établissement ou à domicile pour proposer une activité physique adaptée aux personnes fragilisées. PHOTO : ARCHIVES