



LES ÉCHOS DU « PARK »

Feuille de liaison du Parkinsonien d'Ille-et-Vilaine – septembre - octobre 2020 - N° 44

Le mot du Président

Chère lectrice et cher lecteur,

La pandémie persistante et son lot de malheurs ont eu pour conséquence d'annuler tant nos réunions internes, que la participation de professionnels de la santé, et toute vie associative de convivialité.

Cela étant, vos dirigeants de l'APIV, ne sont pas restés les bras croisés et à défaut de multiplier les réunions publiques ou privées, ils ont privilégié les contacts individuels (cadres de la Maison de Santé de Vern-sur-Seiche).

Ils ont mis à profit ce temps de répit pour réfléchir à ce que sera notre « lendemain ». Et, quelles que soient les options à prendre ou la direction stratégique, le constat est toujours le même : rien ne peut se faire sans l'appui désintéressé des bénévoles.

Sur ce point, je salue le travail de notre secrétaire qui vient de faire adhérer une bénévole qui aurait l'étoffe pour occuper un poste à responsabilité ultérieurement.

Mais, me direz-vous, quelle qualité doit posséder un bénévole ? Assurément, je vous répondrai : la bienveillance, qualité de cœur qui fait que l'on soit volontairement au service de son prochain.

Et chacun de nous côtoie des proches dotés de bienveillance. Alors soyons dynamiques sur le sujet du bénévolat et n'hésitons pas à proposer à ces derniers d'intégrer notre association car la pérennité de notre association passe par le recrutement de nouveaux bénévoles, et c'est aussi pour préparer notre succession...

Qui nous tendra la main lorsque la maladie deviendra tristement handicapante ? Notre famille sans nul doute mais avec l'appui désintéressé du cercle des bénévoles.

Je compte sur chacun d'entre vous et vous en remercie.

Yves BOCCOU

La Maladie de Parkinson et l'espérance de vie

Au moment où l'on nous apprend que nous sommes atteints par la maladie de Parkinson, la première question qui nous vient à l'esprit est celle de l'espérance de vie. D'ailleurs, le diagnostic est le suivant : bonne nouvelle, on n'en meurt pas - mauvaise nouvelle, on n'en guérit pas !

Les traitements médicaux nous permettent de ralentir l'évolution de la maladie et le suivi médical améliore le confort de santé. Aussi paradoxal que cela puisse paraître, l'espérance de vie serait supérieure chez le Parkinsonien à

celle du patient lambda, même si le patient Parkinsonien est plus sujet aux chutes, aux « fausses routes » ainsi qu'aux AVC.

Un autre élément qui pourrait être déterminant est celui de l'hygiène de vie : le Parkinsonien s'oblige à suivre des exercices physiques et s'oblige également, il faut bien le dire, à une alimentation équilibrée.

Notre propos se veut rassurant d'autant que nous espérons qu'un jour prochain (nous le pensons prochain), la maladie sera vaincue.

Yves BOCCOU

Quid de la reprise des activités de l'association ?

La situation sanitaire est sans précédent et l'état de vigilance demeure. Dans ce cadre, il n'est pas simple de reprendre des activités. La plupart d'entre nous font partie des personnes à risques, de par leur pathologie et aussi, de par leur âge et donc nous nous devons de demeurer prudents et de ne pas faire encourir de risques à nos adhérents.

Face à cette pandémie qui sévit toujours, les regroupements ne peuvent se faire que par petits groupes afin que la distanciation puisse être respectée. Cette contrainte ne nous permet donc pas de reprendre les activités d'avant la crise et nous laisse une faible marge de manœuvre.

Nous vous proposerons, après avis et validation du Conseil d'Administration, un programme adapté à la situation.

Pour alimenter les échanges, nous sommes ouverts aux suggestions des uns et des autres quant à vos retours d'expérience durant cette crise et nous sommes à votre disposition pour répondre à vos éventuelles interrogations.

Vous pouvez nous contacter par téléphone ou par courriel.

Isabelle MARCILLE

Et la gym ...

L'activité n'a pas repris à ce jour pour plusieurs raisons :

Une problématique relative à la désinfection du matériel mais aussi une problématique liée à la distanciation imposée, puisque nos malades sont aidés par des bénévoles, une aide de proximité qui impose le rapprochement ! Dans l'immédiat, nous demeurons dans l'attente des décisions de la fédération de gymnastique. Nous reviendrons vers vous dès que nous en saurons plus.

Bernadette GUÉRIN



Christine LANDAIS, Yves BOCCOU et Isabelle MARCILLE

L'APIV recrute ...

Une nouvelle bénévole s'engage pour l'APIV. Elle s'appelle Annick. Tout comme certains membres du conseil d'administration, elle aime chanter !

Annick viendra rejoindre le rang des bénévoles à partir de la rentrée. Elle accompagnera Bernard PETTIER au prochain point rencontre de Rennes. Elle dispose déjà de nombreuses expériences dans le domaine du bénévolat et

notamment à l'EHPAD de Bruz.

Dynamique et joyeuse, impliquée et empathique, Annick possède un très bon relationnel et s'est proposée pour apporter son aide sur des missions ponctuelles et animer des points rencontre...

Isabelle MARCILLE



Présentation d'Annick ESTEVENON à Yves BOCCOU lors d'une réunion de bureau

Points rencontre

Nous rappelons à chacun d'entre vous, et notamment les nouveaux, que nous avons des points rencontre réguliers sur les secteurs de Fougères, Rennes, Redon et Saint Malo. Ces permanences ont lieu :

Pour le pays de Rennes : le deuxième vendredi de chaque mois de 14:00 à 16:00 à la Maison Associative de la Santé - Espace Olivier Sabouraud - 7 Rue de Normandie à Rennes.

Pour le pays de Saint Malo, le troisième vendredi de chaque mois de 14:00 à 16:00 à l'Espace Bougainville - 12 Rue du Grand Passage à Saint Malo.

Pour le pays de Redon, le premier vendredi de chaque mois de 10:00 à 12:00 au CLIC - 3 Rue Charles Suillard à Redon

Pour le pays de Brocéliande, vous pouvez contacter directement Bernard Daco et **pour le pays de Fougères et de Vitré**, Bernard Marchand aux numéros indiqués sur notre plaquette.



Bernard MARCHAND, Responsable du Pays de Fougères et de Vitré

Nouvelles du Pays de Fougères

J'assure le point rencontre de Fougères et de Vitré et on me surnomme « Monsieur Bégonia », ce qui signifie dans le langage des fleurs « remerciements et gratitude »

Dans un article paru récemment dans Ouest-France, le journaliste rappelait que j'avais consacré une partie de ma vie à cette plante d'origine tropicale, même si depuis quelques années, je participe moins aux différents événements en raison de mon état de santé et de celui de mon épouse. Malgré tout, je reste très actif au sein de l'APIV en donnant de mon temps et les idées fleurissent pour animer mon secteur.

Voici un bref retour sur la situation avant et après COVID :

Depuis le confinement, nous n'avons pas été en mesure de réunir nos adhérents mais nous sommes restés en contact avec la plupart d'entre eux, au moins par téléphone. Notre réunion d'information sur la maladie de Parkinson qui était prévue le 15 mai dernier avec la participation du Dr Isabelle RIVIER, neurologue, de Mr Nicolas TRÉGLOS, kinésithérapeute et spécialiste de la maladie de Parkinson, et de Mme CHEVALOT, orthophoniste aux Ateliers de Fougères. Cette réunion devait se dérouler en partenariat avec le CLIC des trois cantons ainsi que Mme le GUILLOU, présidente de l'OFPAR, Office Fougerais des Personnes à la Retraite. Une première réunion avait eu lieu pour parler de cette journée en présence de Ouest-France et de la Chronique de Fougères.

Pandémie oblige, la date a été reportée au 9 octobre, après concertation avec la ville de Fougères et les différents partenaires ainsi que le Dr RIVIER. Cela étant, à l'heure d'aujourd'hui, nous estimons que maintenir cette date du 9 octobre n'est pas sérieux compte-tenu des événements récents (recrudescence des cas de COVID). En effet, du fait des contraintes sanitaires et des règles de distanciation, nous ne serions pas en capacité de vous accueillir tous, et qui plus est, dans un lieu fermé en vous apportant toutes les garanties, cette réunion s'adressant avant tout à des personnes vulnérables du fait de leur santé mais aussi de leur âge. Nous avons d'un commun accord considéré plus sérieux de reporter cette date en avril 2021, pourquoi pas à l'occasion de la journée mondiale sur la maladie de Parkinson. Reste à vérifier auprès des partenaires leur disponibilité à cette date...

En attendant de pouvoir organiser cette réunion et la situation sanitaire étant toujours incertaine, après échange avec le bureau de l'APIV, nous envisageons d'organiser des petites rencontres de moins de 10 personnes sur Fougères et Vitré. Pour cela, nous contacterons nos adhérents sur le secteur directement par téléphone.

Bernard MARCHAND

Conseil d'Administration d'après-crise, quelques mots ...



Bernard PETTIER, Yves BOCCOU, Christine LANDAIS, Philippe BIET et Bernadette GUÉRIN

C'est en comité réduit qu'a eu lieu ce jour le conseil d'administration de l'APIV (7 personnes dont Annick ESTEVENON nouvellement bénévole que nous avons invitée).

Ce conseil d'administration avait lieu à la Maison de Santé de Vern qui a eu la gentillesse de nous prêter une salle pour l'occasion. Bien que la reprise ait été attendue, plusieurs membres étaient absents, probablement en raison de la situation sanitaire. C'est tous masqués que la réunion a démarré ce jeudi 3 septembre avec à l'ordre du jour la reprise des activités en mode dégradé et un point sur chacun des secteurs et leurs activités ou projets, pour les semaines à venir.

Le point rencontre de Redon s'organise suite au départ brutal de Gaby Le Bot, en raison de ses soucis de santé importants. Nous le remercions d'ailleurs vivement à cette occasion pour tout le travail qu'il a réalisé sur Redon et lui consacrerons un article dans un prochain numéro.

Concernant le point rencontre de Saint-Malo animé par Arlette JARNET, Yves BOCCOU notre président qui a rejoint, en cette fin 2020, Saint-Jouan-des-Guérets viendra lui prêter main forte. Bruno HELLEUX désormais à la retraite, sera également plus disponible pour soutenir et accompagner Arlette. Ceci nous laisse penser qu'il sera possible de redonner une dynamique à ce point rencontre.

Pour les activités futures, il sera nécessaire compte tenu du contexte sanitaire et des nouvelles règles instaurées de s'inscrire.

Nous envisageons d'organiser des rencontres que nous avons intitulées « goûters du savoir » qui se feront par groupe de dix et durant lesquelles les adhérents pourront échanger entre eux autour d'un goûter et profiter de l'intervention d'un professionnel de santé qui présentera sa spécialité : musicothérapie, orthoptie et ergothérapie seront au programme pour les premiers goûters prévus les 7 octobre, 4 novembre et 2 décembre en fonction de la disponibilité des professionnels.

Par ailleurs, nous envisageons de vous adresser un exemplaire des Échos du Park à une cadence plus soutenue afin de rester en lien avec vous. Nous rappelons à chacun d'entre vous que les permanences existantes et les points rencontre sont maintenus, pour ceux qui souhaitent s'y rendre.

Les contacts avec l'extérieur se poursuivent : notre président Yves BOCCOU doit intervenir en septembre prochain à l'école de la santé. Nous avons également été sollicités par DOMITYS pour une intervention afin de présenter la maladie de Parkinson et sommes très régulièrement interrogés par des particuliers sur notre association et son fonctionnement, et sur ce qui la distingue de l'association France Parkinson. Ces personnes souhaitent souvent faire des dons suite à un décès et nous posent des questions sur l'utilisation et l'attribution des sommes que nous recevons des donateurs. Comme vous pouvez-vous en rendre compte : l'APIV est toujours en action et pleine de projets.

Isabelle MARCILLE