



## DOSSIER

Le défi contemporain  
des maladies  
neuro-dégénératives

**INTERVIEW** Adrienne Cazeilles

« Les seules rides sont celles  
du cœur et de l'esprit »



# PERPIGNAN

## Les actions des commissaires de quartier en faveur des aînés



Un des principaux objectifs des commissaires de quartier : partager un moment de convivialité avec les aînés.

Depuis 1927, l'Ordre des Commissaires de Quartier mène de nombreuses actions pour faciliter la vie des Perpignanais. C'est dans ce but que ses quatre vingt bénévoles sillonnent régulièrement la ville pour apporter du réconfort aux personnes âgées isolées qui en font la demande. Ces dernières décident également elles-mêmes de la fréquence des visites. Selon Marie-Claire Mas, présidente, l'Ordre des Commissaires de Quartier de Perpignan a pour raison à ce niveau de mettre l'accent sur « l'amélioration de la qualité de vie, la promotion de la fraternité et la création de lien social ». Un concept qui fait des émules, puisque la commune de Canet a récemment mis en place une structure semblable.

**RENSEIGNEMENTS : au 04 68 66 34 70.**

## Dialogue intergénérationnel au Saint-Sacrement

Tout au long de l'année scolaire, les étudiants de deuxième année de BTS Sanitaire et Social du lycée Jean Lurçat vont à la rencontre des pensionnaires de la maison de retraite du Saint-Sacrement. Deux fois par semaine, le jeudi et le vendredi, ces jeunes discutent avec leurs aînés autour de thèmes tels que la cuisine traditionnelle, les métiers disparus ou la condition de la femme. Lancés par l'Association pour la Solidarité Intergénérationnelle de l'Education Nationale (ASIGEN), ces rendez-vous hebdomadaires semblent autant profitables aux étudiants, à qui ils donnent un aperçu de leur futur métier, qu'aux retraités, pour qui ils constituent une véritable bouffée d'oxygène. Un bel exemple des bienfaits du dialogue intergénérationnel et de l'esprit de solidarité.

**RENSEIGNEMENTS : ASIGEN, 51B avenue du Général De Gaulle au 04 68 54 92 21.**



Les pensionnaires de la maison de retraite du Saint-Sacrement en plein débat avec les étudiants du lycée Jean Lurçat.

## La 3ème édition du Forum des Aînés

La 3ème édition du Forum des Aînés de Perpignan aura lieu au Palais des Congrès au cours de la première quinzaine de juin 2008. Véritable succès, cette manifestation a accueilli l'an dernier plus de sept cent personnes. Cette nouvelle édition aura pour thème « Les grands parents de l'an 2000 ». En effet, grâce à un pouvoir économique accru, les aînés ont une nouvelle place dans la famille, qui n'a plus rien à voir avec celle qu'ils occupaient il y a cinquante ans. De nombreux spécialistes viendront témoigner de ce changement radical. Des animations musicales ainsi qu'un buffet gastronomique seront également au programme. Mais l'objectif principal de ce Forum est de montrer l'importance de la dynamique intergénérationnelle et de la place des personnes âgées dans la société.

**RENSEIGNEMENTS : Mission Handicap et Vieillesse au 04 68 66 35 77.**



L'an dernier, le Forum des Aînés a réuni plus de sept cent personnes.



Madame Ragainne, une centenaire perpignanaise.

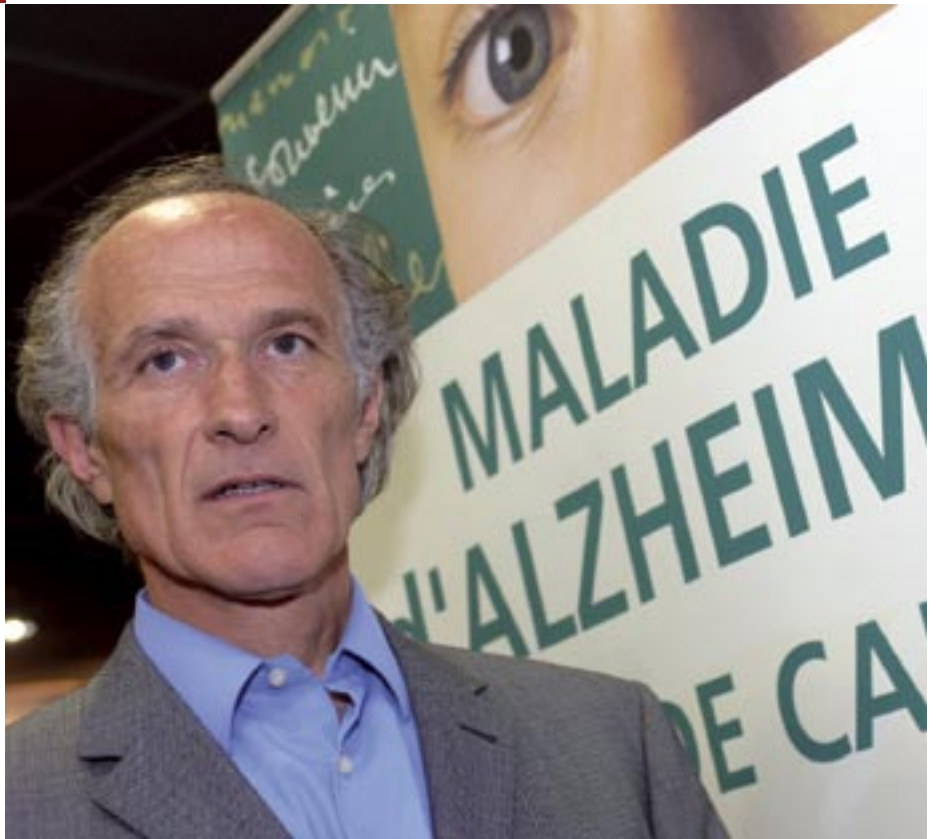
## Avoir cent ans à Perpignan

Chaque année, une douzaine de centenaires perpignans reçoivent la médaille de la Ville. Ces distinctions ont pour but de célébrer la mémoire de ces témoins vivants, nés au début du XXème siècle. Elles rappellent également qu'en tant que citoyens, les plus âgés ont encore un important rôle à jouer dans notre société : la transmission de l'expérience acquise au cours de leurs longues vies, leur savoir faire, leur sagesse. Car, au-delà de l'aspect purement protocolaire, et de l'hommage officiel, ces décorations soulignent que les centenaires sont la preuve d'une bonne qualité de vie et d'une espérance croissante. La majorité des centenaires à Perpignan sont des femmes et la doyenne d'entre elles a soufflé cette année ses cent sept bougies.

**RENSEIGNEMENTS : Mission Handicap et Vieillesse au 04 68 66 35 77.**

■ Arnaud ANDREU

Avec le vieillissement de la population, les maladies neuro-dégénératives gagnent du terrain. En figure de proue, la maladie d'Alzheimer est déclarée grande cause nationale par le nouveau président de la République. Il faut dire que l'urgence est là. Dans les Pyrénées-Orientales, le chiffre de 8500 malades est aujourd'hui avancé. Pour faire face, des structures d'accueil existent, mais encore loin du compte par rapport au défi à relever. **Etats des lieux.**



Perpignan à la pointe du combat pour relever l'un des grands défis du XXIème siècle avec Guy Le Rochais, président de France Alzheimer Catalogne, et aussi vice-président de l'association France Alzheimer.

## Le défi contemporain des maladies neuro-dégénératives

**A**na est une malade touchée par la maladie d'Alzheimer. Elle exprime les symptômes à longueur de journée, sans conscience de qui elle est et de qui sont ses proches. Une fin de vie semblant vide de sens à affronter pour elle et pour les siens. Aujourd'hui, les familles, dont un des proches est atteint par la maladie d'Alzheimer, se rendent compte combien il est difficile et pénible de trouver des solutions adaptées à cette grave affection. A l'heure actuelle en France, plus de 70% des malades vivent chez eux, avec des aides à domicile. Pour accorder un répit aux familles, des structures d'accueil de jour pour les stades 1 et 2 de la maladie, quand les patients sont encore valides, apparaissent comme indispensables. Mais elles sont encore trop peu nombreuses.

A Perpignan, le Grand Platane, accueil thérapeutique de jour, existe depuis 1998. Il a été créé grâce à la volonté d'un homme, Guy Le Rochais, président de France Alzheimer

Catalogne, mais aussi vice-président de l'association France Alzheimer. Guy Le Rochais a vécu pendant quatorze longues années les affres de la maladie au sein de sa famille. Depuis, il se bat farouchement pour faire avancer la cause des malades et de leurs proches. Il est le premier à tirer la sonnette d'alarme notamment auprès du nouveau président de la République, qui a fait de la maladie une grande cause nationale. Guy Le Rochais est porteur de dix propositions pour améliorer la vie quotidienne des malades et de leur famille, dix propositions qu'il soumet à tous les politiques. En substance, ces propositions mettent en avant la nécessité absolue de faire de la maladie d'Alzheimer une priorité de santé publique et d'y affecter des financements spécifiques.

### ■ Un coût important pour les familles

Affection de longue durée, la maladie d'Alzheimer ne relève pas que du médical mais, pour une très grosse part, du médico-

social. En moyenne, les dépenses totales par malade d'Alzheimer peuvent être estimées à 25 966 euros par an dont 5781 euros de dépenses médicales et 20 185 euros de dépenses médico-sociales. Les familles en sont les principaux financeurs prenant en charge près de 16 000 euros par an. *« Il faut diminuer le restant à charge des malades et des familles pour les actes médico-sociaux. Aujourd'hui, des familles sont parfois dans l'obligation de vendre leur patrimoine pour assister les malades car je rappelle que la moyenne des retraites notamment pour les femmes n'excède pas 700 euros par mois, là où un placement en maison de retraite en coûte souvent près de 2000 euros »*, estime Guy Le Rochais. Une problématique ainsi parfois dramatique.

Mais revenons à la structure autonome et indépendante du Grand Platane. Il y dix ans, Guy le Rochais et son épouse ont pris leur bâton de pèlerin pour créer de toute pièce cet accueil thérapeutique de jour situé au Bas-Vernet. Cet

établissement se pose comme une alternative qui permet aux familles de mieux tenir dans la durée en offrant un répit salutaire au parent aidant, lui permettant de se reposer et de s'accorder du temps pour effectuer diverses démarches ou organiser ses propres loisirs. « Si l'on se place du côté du malade, les équipes mises en place - ergothérapeute, psychomotriciens ou musicothérapeutes - permettent de ralentir la perte d'autonomie grâce à une stimulation de tous les instants, comme lors des ateliers mémoire. Sans oublier le plaisir de faire des choses », confie Guy Le Rochais. Le Grand Platane a une capacité d'accueil de quinze personnes quotidiennement et s'occupe d'environ une cinquantaine de malades tous les ans.

### ■ Stimuler le désir des malades

Une autre structure a mis en place sur Perpignan un accueil de jour thérapeutique. Il s'agit de la Fondation Dantjou-Villaros, à savoir la maison de retraite de la Croix Rouge. Depuis quelques mois a été créé un pavillon d'espace de jour de sept personnes âgées dépendantes. Initiative intéressante : un atelier de chanson animé par une artiste professionnelle a été créé pour donner aux personnes âgées le plaisir de chanter. Avec à la clé, un spectacle en public. « On connaît le côté inéluctable de cette maladie. Mais il est toujours possible de stimuler la part de désir, de produire de belles choses », reconnaît Christian Cantenis, responsable de la mission Handicap et Vieillesse de Perpignan. Dans le secteur long séjour spécialisé en ce domaine du Centre de Cure Médicale Pour Personnes Agées, anciennement appelé la Miséricorde, avenue Victor Dalbiez, là

aussi des animations sont organisées pour stimuler le désir et reculer l'évolution de la maladie. « Le travail s'effectue autour de divers ateliers. Ces personnes dépendantes montrent ainsi qu'elles ont encore une vie sociale, qu'il est possible de les reconnaître à travers ce qu'elles sont. Cette attitude permet de ne plus se focaliser uniquement sur la maladie. Si l'argent est un facteur important, ce plaisir retrouvé de participer est aussi capital pour adoucir le drame d'une telle maladie », poursuit Christian Cantenis.

Cette structure du CCMPPA spécialisée dans la maladie d'Alzheimer ou les syndromes apparentés, est en capacité d'accueillir trente-cinq patients aujourd'hui. C'est trop peu. Sachant d'autant plus que les établissements d'hébergement pour personnes âgées dépendantes de Perpignan, les EHPAD, ne possèdent pas d'unité Alzheimer. « Ils disposent de deux ou trois places chacun. Les besoins sont de tout autre nature », assène encore Guy Le Rochais.

Les besoins dans les Pyrénées-Orientales sont importants. Du fait de l'héliotropisme, beaucoup de personnes âgées viennent passer leur retraite ici en s'isolant souvent de leur famille. La prise en charge n'en devient que plus complexe. Cette problématique fait d'ailleurs l'objet d'une des dix propositions de France Alzheimer à savoir : assurer l'égalité de l'accès aux soins et aux aides de proximité sur l'ensemble du territoire français.

Aujourd'hui, la France compte 830 000 malades d'Alzheimer, en 2040, ils seront plus de deux millions. « Il est urgent de mobiliser l'ensemble des secteurs privés, publics et associatifs pour enrayer le fléau », conclut Guy Le Rochais. Il y a, à travers le futur projet gouvernemental,

une urgence à mobiliser l'ensemble des secteurs sanitaires et sociaux. Consciente du défi à relever, avec la mission Handicap et Vieillesse, Perpignan se mobilise.

■ Jean-Louis BUSQUET

## El repte contemporani de les malalties neurodegeneratives

Heu dit flagell ? Avui dia, els serveis medicosocials compten prop de vuit mil cincs cents malalts que pateixen la malaltia d'Alzheimer al si del departament dels Pirineus Orientals. Guy Le Rochais, president de l'associació France Alzheimer Catalunya, i també vicepresident de l'associació France Alzheimer, no deixa de donar l'alarma pel que fa a la presa en càrrec d'aquesta malaltia, retinguda com a gran causa nacional pel nou president de la República. Sota la impulsió de Guy Le Rochais i de la seva esposa, es va crear a Perpinyà Le Grand Platane, un servei d'atenció de dia (quinze llocs) per a donar respir a les famílies. La Fundació Dantjou-Villaros o encara la CMPPA també gaudeixen de llocs reservats per a aquests malalts. I qui diu llocs reservats diu animacions específiques per retardar la malaltia: tallers memòries, aprenentatge de cançons o de peces de teatre. Unes estructures interessants però encara embrionàries tenint en compte el repte que posen aquestes terribles malalties neurodegeneratives.



A la Fondation Dantjou-Villaros, maison de retraite de la Croix Rouge, un atelier de chanson animé par Marlène Nuage, une artiste professionnelle, a été créé.

## RENSEIGNEMENTS

**Mission Handicap et Vieillesse**  
52, rue Maréchal Foch  
Tél : 04 68 66 35 77  
E-mail : handi.vieil@mairie-perpignan.com

**France Alzheimer Catalogne**  
13, avenue du Parc des Expositions,  
Résidence Vincent d'Indy  
Tél : 04 68 522 222  
E-mail : France.alzheimer@tiscali.fr

# « Les seules rides redoutables sont celles du cœur et de l'esprit »

Il n'y a pas d'âge pour être jeune. Adrienne Cazeilles en est le parfait exemple. A 84 ans, cette institutrice à la retraite, qui enseigna vingt ans à des enfants présentant un léger handicap mental, et signa en 1977 le livre « *Quand on avait tant de racines* »\* devenu best-seller, mène une vie bien remplie. Intervenante lors du Forum des Aînés, organisé à Perpignan le printemps dernier, elle livre ses réflexions sur la mémoire, la transmission des savoirs et distille une sagesse bienvenue.



■ **Le Journal des Aînés : Au printemps dernier, vous avez participé au Forum des Aînés organisé à Perpignan. Qu'est-ce qui a motivé votre présence ?**

**Adrienne Cazeilles :** J'y suis allée d'abord parce que je suis une aînée ! J'ai 84 ans. Quelques mois auparavant, j'avais écrit un texte, « Au nom du 4ème âge », qui avait paru dans *L'Indépendant*. J'y traitais des relations intergénérationnelles, de l'importance de conserver leur dignité aux personnes âgées, de la vieillesse qui n'est ni une maladie ni un malheur, car les seules rides redoutables sont celles du cœur et de l'esprit. C'était donc très en phase avec ce Forum.

**Le J des A : Le thème était la transmission de la mémoire. En quoi est-ce si important ?**

**A.C. :** Si l'on n'a pas de mémoire, on n'a pas de passé. Sans ce lien de mémoire, nous ne pouvons pas faire le lien entre générations. Il faut développer une chaîne de

mémoire, une continuité car le présent a besoin d'être éclairé par le passé. Par exemple, en matière de réchauffement de la planète, parce que c'est un sujet dont tout le monde parle aujourd'hui.

Les Anciens observaient la nature sur le long terme sans souci de rentabilité immédiate comme aujourd'hui ; ils connaissaient parfaitement le climat et nous avons sûrement des leçons à en tirer, des avantages. Il faut s'inspirer du savoir et du savoir faire des personnes âgées et s'inspirer de leur expérience.

**Le J des A : Que pensez-vous de l'initiative d'organiser ainsi des rencontres entre aînés ?**

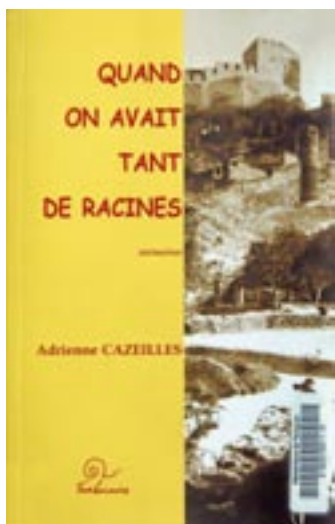
**A.C. :** Les personnes âgées ne doivent pas rester dans leur cocon, même s'il est confortable. Il faut les faire sortir d'un certain assistanat. Parfois, moins de confort et plus de reconnaissance et de communication, c'est important. Je suis pour que les aînés restent dans la société

au maximum, sans se laisser infantiliser. Tout cela demande des efforts, mais il faut relever le défi. Des efforts pour regarder l'autre, ne pas toujours se plaindre. Si l'on ferme sa main, rien n'y rentre. C'est pareil pour le cœur et l'esprit, il faut s'ouvrir aux autres. Ce Forum permet de faire intervenir les personnes âgées, même si elles n'ont pas été assez nombreuses à mon goût à se manifester lors des discussions et des débats.

Il ne faut pas renoncer à essayer de les faire participer. C'est très important au moment où la maladie d'Alzheimer se propage de façon exponentielle.

**Le J des A : Avez-vous des conseils à partager pour entretenir aussi cette mémoire-là ?**

**A.C. :** Il faut faire travailler le cerveau. Et ces initiatives, ces rencontres, ces journées spéciales, comme le Forum des Aînés, participent à cela. Il faut se lancer dans des activités intellectuelles, comme repasser le certificat



\* « Quand on avait tant de racines » d'Adrienne Cazeilles (paru en 1977 et réédité par Le Trabucaire en 2003).

**Adrienne Cazeilles,** institutrice à la retraite et écrivain : « Je suis pour que les aînés restent au maximum dans la société ».

d'études, par exemple, comme j'ai pu le faire récemment. Toutes ces actions réactivent des zones du cerveau qui n'avaient pas disparu mais qui étaient simplement endormies. Il ne faut pas avoir peur de proposer aux personnes âgées des choses stimulantes et gratifiantes.

**Le J des A :** Concrètement, qu'est-ce qui, selon vos, mérite aujourd'hui d'être observé à la lumière d'expériences passées ? Comment illustrez-vous votre propos ?

**A.C. :** Par exemple, en matière de réchauffement de la planète, parce que c'est un sujet dont tout le monde parle aujourd'hui. Autrefois, les Anciens observaient la nature sur le long terme sans souci de rentabilité immédiate comme c'est le cas aujourd'hui. Ils connaissaient parfaitement le climat, pour les cultures notamment, et nous avons sûrement des leçons à en tirer, des avantages. Il faut s'inspirer du savoir et du savoir faire des personnes âgées.

**Le J des A :** D'aucun pense qu'il s'agit là d'une réflexion passiste...

**A.C. :** Mais il n'est, bien sûr, pas question de revenir au temps de la bougie ou à celui de la lessive en rivière ! Mais bien de s'inspirer des gens âgés. Tout simplement. Quoique laver en rivière, en été lorsqu'il fait chaud, est une chose bien agréable.

**Le J des A :** Les rencontres intergénérationnelles, les échanges entre personnes de tous âges, jeunes et moins jeunes, ont aussi une grande place dans votre vie ?

**A.C. :** Bien sûr. Se rencontrer entre aînés, c'est très intéressant, surtout lors d'une grande rencontre annuelle comme celle-là. Mais j'avoue beaucoup apprécier, aussi, les lieux où l'on retrouve tous les âges, mais également tous les milieux, sociaux et culturels. Personnellement, je fréquente des personnes de tout âge dans mon quotidien. C'est, bien sûr, très enrichissant.

■ Propos recueillis par Frédérique MICHALAK

## Jeanne Danjou, une septuagénaire hyperactive

Entre deux voyages (elle revient du Tibet), Jeanne Danjou, 75 ans, consacre la plus grande partie de son temps aux autres. En femme généreuse et dynamique, elle a, bien sûr, participé au Forum des Aînés.

**Le Journal des Aînés :** Quels intérêts présentent ces débats organisés entre aînés ?

**Jeanne Danjou :** Les gens se sont retrouvés. Un film très intéressant, sur le Perpignan des années 50, a été projeté et a permis de nombreux échanges entre participants. Cela a réveillé beaucoup de souvenirs. Et puis, ce type de rencontres est extrêmement convivial.

**Le J des A :** Convivial et utile ?

**J.D. :** Bien sûr. C'est une sortie intéressante pour des personnes âgées qui sont peu mobiles par exemple. Car il faut que les gens sortent. Vous savez, je fais partie de dix associations différentes, dont le Centre Communal d'Action Sociale de Perpignan ou bien encore Caristock. Il existe de nombreuses structures intéressantes pour les aînés, aux buts variés, à Perpignan. Il faut en profiter.



## ■ CENTRE COMMUNAL D'ACTION SOCIALE (CCAS)

38 bis, rue Couvent de la Merci - Place du Saré - 66000 PERPIGNAN.

Tél : 04 68 34 44 53.

**Le service d'aide et d'accompagnement à domicile :**

08h30-12h 13h-17h - Tél : 04 68 34 88 34.

**Le portage de repas à domicile :**

08h30-12h 13h-17h - Tél : 04 68 34 44 53.

**Le service social :** lundi 13h30-16h30 - mercredi 08h30-11h30

- vendredi 08h30-11h30 - Tél : 04 68 34 44 53.



Le Centre Communal d'Action Sociale (CCAS) au 38 bis, rue Couvent de la Merci, place du Saré à PERPIGNAN.



L'accueil du CCAS ouvert au public de 8h30 à 12h00 et de 13h00 à 17h00 du lundi au vendredi inclus.



L'équipe de la Mission Handicap et Vieillesse de la Ville dirigée par Christian Cantenis.

## ■ Département Animation Urbaine et Cohésion Sociale MISSION HANDICAP ET VIEILLESSE

52, rue Maréchal Foch

66000 PERPIGNAN

Tél/fax : 04 68 66 35 77

E-mail : [handi.vieil@mairie-perpignan.com](mailto:handi.vieil@mairie-perpignan.com)

Contact : Christian CANTENIS,

conseiller socio éducatif

- chargé de mission

au 04 68 66 32 91.

## ■ MAIRIES DE QUARTIER ET ANNEXES-MAIRIES

### SECTEUR EST

#### • Mairie de quartier Est :

rue des Calanques - Tél : 04 68 66 30 10.

#### • Annexe-mairie Saint-Gauderique :

rue Nature - Tél : 04 68 66 30 11.

### SECTEUR SUD

#### • Annexe-mairie Montbolo :

place de Montbolo - Tél : 04 68 66 30 13.

#### • Annexe-mairie La Lunette :

25, rue Carsalade du Pont

Tél : 04 68 66 06 80 - 04 68 67 06 75.

#### • Annexe-mairie Vertefeuille :

place de l'Europe - Tél : 04 68 66 30 14

#### • Annexe-mairie Porte d'Espagne/Catalunya :

rue P. Bretonneau - Tél : 04 68 56 56 05.

### SECTEUR OUEST

#### • Mairie de quartier Ouest :

16, avenue de Belfort - Tél : 04 68 62 37 83.

#### • Annexe-mairie Saint-Assisclé :

26, rue P.M. Agasse - Tél : 04 68 66 30 15.

#### • Annexe-mairie Saint-Martin :

27, rue des Romarins - Tél : 04 68 66 30 04.

#### • Annexe-mairie la Gare :

rue Béranger - Tél : 04 68 66 30 01.

### SECTEUR NORD

#### • Mairie de quartier Nord :

39, avenue Maréchal Joffre - Tél : 04 68 62 37 70.

#### • Annexe-mairie Roudayre :

HLM Emile Roudayre - Tél : 04 68 66 30 06.

#### • Annexe-mairie Haut-Vernet :

avenue de l'Aérodrome - Tél : 04 68 66 30 09.

#### • Annexe-mairie Vernet-Salanque :

HLM Vernet-Salanque - Tél : 04 68 66 30 17.

### SECTEUR CENTRE

#### • Mairie de quartier Centre Ancien :

1 bis, rue de la Savonnerie - Tél : 04 68 62 38 80.

#### • Annexe-mairie Saint-Mathieu la Real :

rue Jacques 1<sup>er</sup> - Tél : 04 68 66 30 05.

#### • Annexe-mairie La Lanterne :

13, rue de la Lanterne - Tél : 04 68 35 22 51.

## ■ UNIVERSITE DU TEMPS LIBRE (U.T.L.)

77, rue J. Baptiste Lulli

Tél : 04 68 34 74 08 - Fax : 04 68 51 06 74.

E-mail : [utl@mairie-perpignan.com](mailto:utl@mairie-perpignan.com)

Site Internet de la Ville :

[www.mairie-perpignan.fr](http://www.mairie-perpignan.fr)

PERPIGNAN

