Alzheimer : et si on changeait de regard ?



« Au travers du Plan Seniors 01, le Département agit de toutes ses forces en faveur du grand âge. Bien vieillir chez soi, prévenir la perte d'autonomie, transformer l'offre de soin, mieux communiquer ou encore renforcer l'accompagnement des séniors atteints de maladies dégénératives : nous sommes résolument la collectivité des solidarités humaines. »

Jean Deguerry,
Président du Département de l'Ain

Contacter France Alzheimer dans l'Ain

Écoute, groupes de parole, formation des aidants familiaux, entretiens individuels, séjour-répit, musicothérapie, réflexologie plantaire, sophrologie, ateliers de mobilisation cognitive, haltes-relais Alzheimer, cafés mémoire, yoga sur chaise.

6 Antennes + 1 siège à Bourg-en-Bresse

E-mail : **contact01@francealzheimer.org**
site internet : **www.francealzheimer.org/ain**

- ANTENNE BAS BUGEY (Belley) :
  07 86 71 51 85 ou 06 16 96 48 35
- ANTENNE BOURG-EN-BRESSE :
  04 74 52 10 90
- ANTENNE DOMBES (Villars-les-Dombes) :
  07 45 02 79 34
- ANTENNE HAUT BUGEY (Oyonnax) :
  07 67 55 74 97
- ANTENNE PAYS DE GEX (Saint-Genis-Pouilly) :
  06 76 63 42 26
- ANTENNE PLAINE DE L'AIN (Ambérieu / Meximieux) :
  06 52 65 01 87
- ANTENNE VEYLE VAL DE SAÔNE (Pont-de-Vaux / Pont-de-Veyle) :
  06 52 13 81 21

FRANCE ALZHEIMER & MALADIES APPARENTÉES 01 AIN

la maison des aînés

AIN 01 le Département



Comprendre Carpe Diem : un autre regard

Nicole Poirier : une démarche innovante Carpe Diem, un regard adapté, une approche différente

https://alzheimercarpediem.com/la-maladie-dalzheimer/

Retrouvez la conférence du 30 septembre 2026 de Nicole Poirier, spécialiste reconnue au Québec et fondatrice de l'approche Carpe Diem sur www.ain.fr/conferences-alzheimer

Être écouté et accompagné

8 Clic dans l'Ain : Centres Locaux d'Information et de Coordination gérontologique - lieux d'accueil, d'écoute, d'information et d'orientation, pour toutes les problématiques liées au vieillissement

Plus d'infos sur les lieux et horaires : **www.ain.fr/CLIC**

8 CLIC

- **CLIC Bugey Sud :**
  - 06 89 57 27 50
  - maud.hernandez@ain.fr
- **CLIC Val-de-Saône / Côtière - Secteur Nord :**
  - 06 38 87 43 15 / 04 74 00 97 45
  - clicvaldesaonecotiere@ain.fr
  - francoise.rabuel@ain.fr
- **CLIC Val de Saône / Côtière - Secteur Sud :**
  - 07 63 47 14 78 / 04 74 00 97 45
  - clicvaldesaonecotiere@ain.fr
  - anaelle.rissons@ain.fr

CLIC
Au service des plus de 60 ans
AIN 01
le Département

- **CLIC du Bassin Burgien :**
  - 04 74 22 11 11
  - clicbassinburgien@ain-appui.fr
- **CLIC de la Dombes :**
  - 04 74 55 15 39
  - clic@ccdombes.fr
- **CLIC Pays de Gex Agglo :**
  - 04 50 41 04 04
  - clic@paysdegexagglo.fr
- **CLIC du Haut-Bugey :**
  - 04 74 12 14 21
  - clic@hautbugey-agglomeration.fr
- **CLIC de la Plaine de l'Ain :**
  - 04 74 46 19 04
  - clic@cc-plainedelain.fr
- **CLIC Terre Valserhône :**
  - 04 50 48 71 64
  - clic@terrevalserhone.fr

Rester informé

Plus d'informations sur Alzheimer et les maladies dégénératives
Fiche santé : prévention, diagnostic, soins
www.ameli.fr/ain/assure/sante/themes/maladie-alzheimer/

Participer à des activités santé, mémoire, bien-être...

Différentes activités sont proposées dans le Département de l'Ain, pour rester en bonne santé, pratiquer une activité physique, entretenir sa mémoire, en gardant des liens avec les autres…

Retrouvez les activités Azalée dédiées aux personnes de plus de 60 ans (souvent gratuites) :
www.ain.fr/activites-seniors/



Pour choisir l'établissement d'accueil le plus adapté possible, nous vous conseillons de suivre 3 étapes :

1. **Faire le bon choix du type d'établissement :** un établissement d'hébergement pour personnes âgées dépendantes (EHPAD), une unité de soins de longue durée (USLD), une résidence autonomie ou une maison d'accueil et de résidence pour l'autonomie (MARPA).
2. **Comparer les établissements et leurs prestations**.
3. **Compléter un dossier de demande d'admission** sur le site internet Viatrajectoire.

Plus d'infos : www.ain.fr/hebergement-personnes-agees/

Bénéficier d'une aide

- **Pour vous renseigner sur les aides** qui peuvent être apportées aux personnes âgées et à leur famille, vous pouvez vous orienter vers l'un des CLIC (contacts en page 2).
- **Vous pouvez également vous rapprocher de votre Mairie et de son CCAS** - Centre communal d'action sociale.
- **Besoin d'information sur vos droits et d'un accompagnement** dans le cadre d'une perte d'autonomie… 16 centres départementaux de la solidarité (CDS) sont présents sur le territoire aindinois. *L'allocation APA, par exemple, peut servir à financer un accueil temporaire en établissement, en famille d'accueil, ou en relais à domicile.*

Pour faire appel à un service d'aide et d'accompagnement à domicile - SAAD, retrouvez toutes les informations sur :

www.ain.fr/structures-services-aide-domicile/

Plus d'infos sur l'APA : www.ain.fr/allocation-personnalisee-autonomie-domicile/

Premier contact :

Appelez le 30 01

30 01*

* Gratuit

> Du lundi au vendredi

> de 9 h à 12 h 30 et de 13 h 30 à 17 h

Aidants : qui vous aide ?

Des initiatives voient le jour pour vous soutenir et vous offrir, en tant qu'aidant, des outils et des compétences : formations dédiées, actions d'accompagnement, activités seul ou en binôme aidant-aidé.

Des activités et des aides sont proposées pour accompagner les aidants : retrouvez les infos en détails sur www.ain.fr/soutien-aidants-personne-perte-autonomie/

Trouver un peu de répit pour l'aidant

Un professionnel peut venir quelques heures, ou quelques jours, à votre domicile et accomplir toutes les tâches que l'aidant réalise habituellement : cuisine, sortie, jeux de société avec la personne âgée en perte d'autonomie… Le « baluchonnage » est un concept québécois, selon lequel l'aidant peut partir quelque temps avec son baluchon tandis qu'un « baluchonneur », rémunéré, le remplace le temps de son absence… L'aidant se ressource alors, et pourra être plus disponible par la suite.

Répit bulle d'air : 04 74 92 87 38

E-mail : contact@repitbulledair-ra.fr