

BALADES BOTANIKES EXPLORATOIRES

À l'Abeille et en centre-ville

Des balades botaniques exploratoires dans les quartiers de Fardeloup, l'Abeille et en centre-ville sont organisées. L'objectif est d'identifier les plantes endémiques et les espèces végétales présentes sur le territoire, des micocouliers aux espèces exotiques envahissantes... en passant par les géraniums des bords de le-nèdre. Les prochaines balades auront lieu vendredi à 9 h 30 en centre-ville (rendez-vous à l'Espace Petite Enfance) et samedi à 10 h à l'Abeille (rendez-vous à la Ruche avenue Ritt). Le 8 octobre, à 10 h, ce sera le vermissage du parcours dans les rues des trois quartiers.

→ Infos sur laconflagration.com. ☎ 06 07 28 57 74.

JOURNÉES DU PATRIMOINE

300 personnes dans les barquettes

C'est plus de 300 personnes qui ont pu s'embarquer pendant les deux journées du patrimoine, à bord d'une des barquettes sur le Port-Vieux. À l'initiative de l'Association Les Calfatés de l'Escalot, qui regroupe les propriétaires de 80 bateaux traditionnels à La Ciotat, et quelques bénévoles amoureux des barquettes marseillaises, plusieurs ont été à la manœuvre le week-end dernier, malgré le petit mistral. Ils ont pu ainsi présenter au public, à l'aide de pan-

neaux dressés sur la promenade du vieux port, les activités de l'association et les techniques et métiers nécessaires à la construction ou la rénovation de leurs barquettes, qui avec leurs couleurs rutilantes, font un joli tableau. Ils ont offert au public, comme l'an dernier, des embarquements à bord de leurs bateaux pour leur faire découvrir le plaisir de la navigation traditionnelle. Un franc succès !

/PHOTO D.H.L.



Alzheimer : "Ils ont la reconnaissance du cœur"

SANTÉ Hier avait lieu la journée mondiale dédiée à cette maladie incurable



1/En Ehpad, un véritable lien existe entre les aides-soignantes et les résidents. 2/Un jardin partagé existe à L'Opale Verte. /PHOTOS L.N.

Chaque fois que je m'y rends, j'ai peur qu'elle ne se souvienne pas de moi", confesse Frédéric* en se dirigeant vers l'Ehpad L'Opale Verte, (anciennement les Opalines), du côté du quartier de Fardeloup. Ce Ciotaden de 54 ans ne déroge pas à cette règle qu'il s'est fixée : Chaque semaine, il va rendre visite à sa mère, atteinte de la maladie neuro-dégénérative. Une fois qu'il arrive dans l'unité protégée, la résidente déambule dans le couloir et le reconnaît aussitôt. Elle ne parle pas, mais se dirige instinctivement vers lui en souriant. "Je pense qu'elle ne se souvient plus que je suis son fils mais elle sait que je fais partie de sa famille et que je viens pour elle", se confie l'homme. Il se dirige alors bras dessus, bras dessous, vers le salon partagé. Le duo discute de longues minutes. "Il est impossible pour moi de lui parler de ma vie comme je pouvais le faire avant. On évoque des banalités, je lui demande ce qu'elle a mangé... l'essai de la faire rire". Bien que

la dame âgée rie à cœur joie, son fils lui, a du mal à cacher sa peine, son regard le trahit. "Le plus difficile dans cette maladie, c'est pour les proches. On a parfois la sensation d'avoir perdu la personne alors qu'elle est ici. Mais c'est tellement différent".

225 000
nouveaux cas
recensés chaque année

Les deux aides-soignantes, présentent 24 h sur 24 et 7 jours sur 7, savent aussi repérer la douleur des proches. Lorsqu'elles aperçoivent que certains moments deviennent trop difficiles, elles n'hésitent pas à intervenir. "Allez madame, nous allons danser un peu, je vais vous mettre la chanson que vous aimez tant !", déclare l'une d'entre elles. Manon Blanchard, la directrice déléguée de l'établissement n'est pas étonnée de la scène. Régulièrement, elle as-

siste à des moments de compli-cité entre les soignants de cet étage et les malades. "Ce sont des personnes qui ont besoin d'avoir des repères. Elles ne vont pas se souvenir de votre prénom, mais si elles vous voient régulièrement, elles savent". Tout a été pensé pour que les patients atteints de l'Alzheimer aient un quotidien paisible. Ici, aucun objet qui pourrait blesser les patients ne sont admis. "Nous avons banni le verre, même les cadres sont en plexiglas. Toutes les portes sont scellées et possèdent des codes", énumère la directrice déléguée. Car des habitants qui souhaitent s'échapper, les professionnels de santé en côtoient régulièrement. "Cela a du sens à leurs yeux. Avec l'Alzheimer, ce sont souvent les souvenirs du présent qui s'effacent, mais la mémoire du passé fonctionne très bien", contextualise Marie-Pierre Barbara, médecin coordinateur à L'Opale Verte. Alors, lorsque 16h sonnent par exemple, certains se mettent en tête qu'ils doivent "aller chercher les petits

à l'école". Un discours qui revient régulièrement.

Un son, et le passé revient

Contrairement aux idées reçues au sujet de la maison de retraite, "on s'y amuse beaucoup", assure Marie-Pierre Barbara. Hier par exemple, lorsque la psychologue a lancé des tubes des années 1960, certains résidents se sont levés pour danser, entraînant les aides-soignantes dans le jeu. "Je me suis retrouvée à faire de la valse !", sourit une jeune femme. Et pour les professionnels de santé, les aidants peuvent être rassurés : "Ces personnes-là ont la reconnaissance du cœur". En France, la Fondation pour la Recherche sur Alzheimer estime que 225 000 nouveaux cas sont recensés chaque année. En 2020, 3 millions de personnes étaient concernées par la maladie d'Alzheimer (malades et proches aidants). À ce jour, il n'existe toujours aucun traitement.

Léa NICOSIA

* Le prénom a été modifié

POUR SOULAGER LES AIDANTS

Le centre hospitalier s'est mobilisé

À l'occasion de la journée mondiale de la maladie d'Alzheimer, le centre hospitalier de La Ciotat a proposé une sensibilisation aux maladies neuro-évolutives en réunissant sur le parvis de l'hôpital tous les acteurs de l'accompagnement de l'aidant et de l'aidé.

"Quand on est confronté à cette maladie, il faut comprendre ce qui se passe et connaître les structures du territoire qui vont pouvoir accompagner le patient et ses proches", explique Aurélie Coste, psychologue du centre d'accueil de jour Amista.

Ainsi le docteur Irène Ruggieri dirige la consultation mémoire au sein de l'hôpital dans les locaux de l'Ehpad Le Rayon de Soleil. "Mais une fois le diagnostic établi, poursuit Aurélie Coste, il faut informer les familles des solutions qui existent pour accompagner le malade et sa famille afin de favoriser le maintien à domicile le plus longtemps possible."

Un responsable présentait l'ESA. Cette équipe spécialisée Alzheimer regroupe une infirmière coordinatrice, des psychomotri-



Tous les acteurs de l'accompagnement étaient réunis. /PHOTO L.M.

ciennes, des assistantes pour accompagner à domicile les personnes atteintes par ces maladies neuro-dégénératives. Le Fil Rouge est une plate-forme d'accompagnement qui apporte un soutien au couple aidant-aidé.

Il propose une écoute des aidants, des informations pour s'orienter vers les soins, un soutien psychologique individuel. Il propose une approche thérapeutique non médicamenteuse avec des ateliers de stimula-

tion cognitive et des activités physiques. Le centre hospitalier a également ouvert grâce à différents partenaires dont le Lions Club de La Ciotat, un centre d'accueil de jour pour les malades atteints par cette maladie. Les malades sont des "amis" accueillis par des professionnels de santé et des bénévoles pour passer une journée.

Ils font des activités adaptées qui stimulent les capacités cognitives et tentent de maintenir l'autonomie le plus longtemps possible. Au-delà des soins médicaux nécessaires, les structures spécialisées de l'accompagnement se concentrent sur l'humain et sur le bien-être des malades et de leurs proches. Toutes sont allées ce matin à la rencontre du grand public.

Isabelle MASSON

Consultation mémoire ☎04 42 08 76 51.
ESA ☎06 02 44 79 92. Fil Rouge Alzheimer
☎07 81 12 52 68. Centre d'accueil de jour Amista
☎04 42 08 76 25.

LE CHIFFRE

58



C'est en kilos le nombre de déchets qui ont été ramassés samedi matin sur la plage du Grand Mugel. Organisé par le CPIE Côte Provençale-Atelier Bleu dans le cadre du World CleanUp Day, 73 bouteilles plastiques, 52 bouteilles en verre, 64 canettes en métal et plus de 2000 mégots, ont en effet été récoltés. Pour cette journée nationale où des milliers de bénévoles se sont rassemblés dans toute la France pour ramasser des déchets sauvages, plus de 70 personnes, adultes et enfants ont rejoint l'Atelier Bleu pour nettoyer le Mugel. Dès 9 h, les participants ont enfilé des gants pour ramasser les déchets sur la plage, dans le parc et le long de la digue. Les déchets ont ensuite été triés et quantifiés. L'Atelier Bleu a officiellement adopté la plage du Grand Mugel dans le cadre du dispositif Adopt'1 spot, lancé par la plate-forme collaborative Remed Zéro Plastique. Régulièrement, la structure organise des matinées de nettoyage mais le travail est sans fin... I.M.

À NOTER ● La Ciotadenne, randonnée cycliste, 18e édition. Le Vélo sport ciotaden organise le 2 octobre sa 18e randonnée cycliste. Cet événement sportif convie les participants de tous niveaux possédant tous types de vélos (électriques acceptés).
→ Plus d'informations : velosportciotaden.fr et ☎06 70 36 98 10.

● Salon du livre et des arts. 110 auteurs, éditeurs et artistes sont attendus ce week-end de 10 h à 20 h dans la salle Paul Eluard pour le premier salon du livre organisé par La Ciotat Culture. Des animations, des tables rondes et une tombola seront au programme.
→ Entrée gratuite, restauration. ☎06 09 49 03 24.

● Vide jardin. Le CCAS organise un vide jardin samedi de 8 h 30 à 16 h au jardin solidaire (1943 avenue Guillaume-Dulac).

ZOOM SUR La Bastide Marin



Les jardins ouverts pour les Journées du patrimoine

Si la bâtisse est actuellement fermée au public pour cause de restauration, les jardins, eux, étaient ouverts. Et particulièrement samedi, pour ces 39^e journées européennes du patrimoine. Autour du thème "patrimoine durable", des conférences, des causeries et des ateliers se sont succédés tout au long du week-end. Le public a ainsi pu découvrir l'architecture durable avec la présentation de l'exposition La Ciotat au temps des Bastides par Mireille Benedetti et des jardins durables avec la visite commentée des jardins qui forment l'écrin naturel de la Bastide Marin. Pour un avenir durable, il y a eu aussi la présentation des travaux de restauration par l'architecte du patrimoine. Dimanche, de 9 h 30 à midi, le programme était sensiblement le même que la veille avec des causeries organisées à l'issue des conférences qui ont montré l'intérêt du public pour l'histoire de cette Bastide. Les organisateurs ont ainsi répondu à la curiosité et aux attentes des visiteurs comme un couple originaire de l'île Maurice. Les enfants ont ensuite entraîné leurs parents vers les animaux de la ferme qui rencontrent toujours autant de succès. /PHOTO L.A.