



ASSOCIATION DE PARKINSONIENS LOIRE ATLANTIQUE

A.D.P.L.A.
11 rue de Prinquiau
44100 NANTES
Tél.-Fax : 02 40 48 23 44
e-mail : ass.adpla@wanadoo.fr
web : <http://adpla.fr>

PARKIN'SONNE INFOS 44 N° 74 Octobre 2015

Sommaire

[Le mot de la Présidence
gymnastique
Journée festive](#)

page 1 [Info pratique](#)
page 2 [AG CECAP](#)
page 3 [Dates à retenir](#)
[Poème](#)

page 3
page 5
page 5
Page 6

LE MOT DE LA PRESIDENCE

Chers amies et amis

L'arrivée de l'automne amène avec elle ses feuilles mortes ... certes...mais aussi un regain de travail pour notre association après presque 3 mois de demi-sommeil.

Pendant ce temps, nous avons espéré que chacun de vous ait pu retrouver bonheur, sérénité et repos malgré les lourdes contraintes imposées par la maladie.

Le 12 septembre, nous avons réuni notre premier CA « post vacances » avec un ordre du jour déjà très copieux.

S'en sont suivies « les journées de l'université d'été des maladies neuro-dégénératives » auxquelles les instances associatives départementales n'étaient pas officiellement invitées. Cependant certains d'entre nous ont pu s'inscrire et profiter d'ateliers très intéressants, très riches, animés par des intervenants de haut niveau. La conférence publique de clôture s'est déroulée en la présence et avec le témoignage de Clémentine Célarié dont le compagnon est décédé d'une maladie neuro-dégénérative. Elle a su, malgré tout, apporter un certain humour au sein d'un contexte difficile à vivre ou à entendre.

Du 4 au 10 Octobre, s'est déroulée la semaine de vacances « CECAP » organisée cette année par l'association des Côtes d'Armor. Les 7 et 8 étaient réservés à l'AG nationale : Moments de détente, bien sûr, mais aussi de réflexions et de mises au point après un an de travail de nos associations départementales.

Le dimanche 4 Octobre, Louis Pernel, atteint de la maladie de Parkinson fêtait ses 75ans dans la salle municipale des 3 Iles à Indre en jouant de l'harmonica dans son groupe « Rêves de mer ». Le bénéfice de cet après midi festif étant destiné à la recherche. Nous l'en remercions vivement.

Marie Grenier et Guy Seguin, nos deux acteurs en herbe, ont participé à la pièce de théâtre organisée par la « maison des aidants » de Nantes.

Notre réunion de bureau du 10 octobre a permis de tracer les grandes lignes de travail 2015/2016 avec ses principales dates à retenir.

Le 16 MAI 2016, notre association comptera 30 années d'existence.

Et ça ?? Ça s'arrose Comme pourraient s'amuser à le dire certains « bons vivants » parmi nous.

Bon courage à tous et au plaisir de vous retrouver nombreux à toutes nos invitations.

GYMNASTIQUE

Moment de convivialité

Le 22 juin dernier avait lieu, comme chaque année, le repas de la « Gym ».

Le restaurant retenu était le « Mise en Bouche » le bien nommé à Bouguenais les Couets. Nous avons pu apprécier le menu et le cadre dans une ambiance décontractée. Comme en témoigne la photo ci contre, l'amitié et la convivialité règnent au sein du groupe.

Le 7 septembre, c'était la rentrée. En effet, nous étions au complet, avec quelques nouvelles têtes pour une reprise précoce de l'activité. Cette première de la saison 2015/2016 fut l'occasion de se retrouver avec grand plaisir après la trêve estivale et de raconter ses vacances.



Un petit mot pour souhaiter un prompt rétablissement à Suzanne, membre du groupe depuis des années.

Inscrivez vous nombreux !!

L'ADPLA organise tous les ans des cours de gym et de maintien pour les malades atteints de la maladie de Parkinson. L'objectif est de permettre aux malades de conserver le plus longtemps possible leur motricité ou de l'améliorer en fonction de l'évolution de la maladie.

Ces cours hebdomadaires sont animés par Hélène Souty kinésithérapeute spécialisée dans la maladie de Parkinson. Ils ont lieu à la maison des associations sur l'île de Nantes. Les conditions d'accès à ces cours sont rappelées ci dessous :

ADPLA	Individuel	Couple
Gym	105 €	150 €
Séance le lundi à 14h45		
Paiement en 2 fois (octobre et mars)		
Tarif Gym double adhésion ADPLA France Parkinson		
incluant l'adhésion ADPLA	105 €	150 €
Journal Le Parkinsonien Indépendant		
	19 €	19 €
L'adhésion ADPLA est fixée à 27€ en individuel et 45€ pour un couple. Le paiement a lieu en janvier 2016 pour l'année civile.		

Par ailleurs, dans le cadre du partenariat Association De Parkinsonien de Loire Atlantique / FRANCE PARKINSON 44, il est possible de s'inscrire aux activités organisées par FP/44.

Renseignements et inscriptions auprès de :
Annick Le Brun 0240302663 ou Philippe Auvray 0240507758

JOURNEE FESTIVE



Le vendredi 25 septembre nous nous sommes retrouvées à plus de 30 aux « Terrasses de la Gournerie » à Saint-Herblain ; pour un déjeuner dans le calme du château.

L'harmonica de Louis PERNEL vint conclure un délicieux repas, suivi par une promenade dans les sous bois du parc qui nous protégeait d'un soleil radieux



Un seul regret : Ne pas avoir été plus nombreux à profiter de ce moment amical où la convivialité et la bonne humeur ont été les maîtres mots.

INFO PRATIQUE

❖ WEB

Petite évolution du site, vous trouverez maintenant une rubrique « Info pratique » dans les publica-

tions, vous y trouverez réunis des infos pratiques pouvant vous aider dans vos démarches.

❖ SNCF : Voyageurs Handicapés

Les réductions ci-dessous sont les avantages tarifaires accordés aux personnes titulaires d'une carte d'invalidité.

Si vous ou votre accompagnateur ne bénéficiez pas de réduction liée à votre statut, vous pouvez quand même bénéficier de des réductions commerciales. Découvrez tous les tarifs dans le [Guide du Voyageur](#).

Avantages tarifaires accordés aux personnes handicapées civiles et à leurs accompagnateurs			
Taux d'invalidité	Pièce justificative	Personne handicapée	Accompagnateur
80 % d'invalidité et plus	Carte d'invalidité (voir exemple 2 ci-après)	Voir tableau des réductions pour tous	50 % (1)
80% d'invalidité ou plus avec mention Avantage tierce personne	Carte d'invalidité comportant la mention «tierce personne» (voir exemple 1 ci-après)	Voir tableau des réductions pour tous	Gratuité (2)
80% d'invalidité ou plus avec mention Cécité/Etoile verte	Carte d'invalidité portant la mention «cécité», «étoile verte» ou les deux mentions	Voir tableau des réductions pour tous	Gratuité pour l'accompagnateur et le chien-guide (2)

Si une personne titulaire de la carte Cécité/étoile verte voyage seule, son chien-guide peut l'accompagner gratuitement. Pour les personnes handicapées civiles, les pièces justificatives sont délivrées par les préfetures.

(1) réduction calculée sur le prix plein tarif de votre billet (hors compléments éventuels (réservation, ...) dans les trains Grandes lignes autres que le TGV et dans les TER). Dans le TGV, sur le prix plein tarif de la classe empruntée.

(2) la gratuité accordée à certains accompagnateurs ne dispense pas du paiement de la réservation place assise pour les trains soumis à réservation obligatoire.

Exemple de cartes :



Exemple1

Exemple2

Avantages tarifaires accordés aux personnes en fauteuil roulant et à leurs accompagnateurs

Taux d'invalidité	Pièce justificative	Personne handicapée	Accompagnateur
Personnes handicapées en fauteuil roulant	Carte d'invalidité délivrée par les préfectures	Si l'espace dédié est en 1ère classe, vous y accédez avec un billet en 2ème classe (1)	Si l'espace dédié est en 1e classe, la 1ère classe est accessible avec un billet de 2e classe avec réduction ou gratuité (2) selon la carte d'invalidité.

Le titulaire de la carte et son accompagnateur valide doivent voyager ensemble, sur le même parcours et dans la même classe.

La gratuité accordée à certains accompagnateurs ne dispense pas du paiement de la réservation place assise pour les trains soumis à réservation obligatoire.

Vous pouvez obtenir les billets accordés avec ces réductions en appelant le n° Ligne Directe au : 08 92 35 35 35 (0,34€/min) ou en vous rendant dans les gares, boutiques SNCF et agences de voyages agréées.

❖ **Fauteuils roulants électriques : une assurance multirisques habitation peut suffire**

Publié le 21.07.2015 - Direction de l'information légale et administrative (Premier ministre)
 Les personnes handicapées propriétaires d'un fauteuil roulant électrique (FRE) sont tenues de souscrire une assurance. L'obligation d'assurance des propriétaires de FRE peut être remplie par la souscription d'une assurance multirisques habitation ou de toute assurance responsabilité civile dès lors qu'elle couvre la responsabilité civile de toutes les personnes ayant la garde du véhicule.

Dans une réponse ministérielle publiée le 9 juin 2015, le ministre de l'Intérieur rappelle que les personnes handicapées circulant en fauteuil roulant sont, au regard du code de la route, assimilées à des piétons. Elles sont en droit de circuler sur les trottoirs ainsi que sur la chaussée en application du code de la route selon lequel « les infirmes qui se déplacent en chaise roulante peuvent dans tous les cas circuler sur la chaussée ».

Le FRE n'est pas assimilable à un véhicule automobile tel que défini par le code de la route mais il est assimilable à un véhicule terrestre à moteur au sens du code des assurances. Il est donc soumis à une obligation d'assurance dans les conditions prévues pour les véhicules terrestre à moteur (assurance de responsabilité civile couvrant sans plafond les dommages corporels).

Sur [Service-public.fr](http://www.service-public.fr) : <http://www.service-public.fr/actualites/008264.html>

A savoir : attention toutes les voitures électriques ne sont pas assimilées à des véhicules pour handicapés à ce titre on ne peut bénéficier d'aucune aide financière pour son achat. Par contre tout aménagement d'un véhicule normal pour une personne handicapée peut être pris en compte financièrement.

AG-CECAP

Deux journées de travail (les 7 et 8 Octobre) ont été intégrées à la semaine de vacances CECAP à Plestin les Grèves dans les côtes d'Armor.

Le nouveau bureau se compose désormais de :

- Jean Graveleau, Président
- Raymonde Jacquemart, vice présidente
- Renée Dufant, trésorière
- Madeleine Campredon, trésorière adjointe
- Françoise Vignon, secrétaire
- Jean-françois Le Hir, secrétaire adjoint

100 participants étaient inscrits dont 4 seulement de la Loire Atlantique. L'association des Deux Sèvres n'existe plus, celle du Limousin est dissoute, la Haute Vienne crée : AP87.

Le CECAP comptait 753 adhérents en Août 2015, en baisse depuis 2013.

Le point important abordé a été celui du « Collectif Parkinson » jusqu'à présent informel depuis la création du « Livre blanc ». Il est temps d'officialiser ce collectif qui doit se doter d'une organisation effective. En effet, nous avons tout intérêt à nous présenter groupés pour défendre les malades et leurs accompagnants face au ministère et à France Alzheimer qui prend une place importante dans les maladies neurodégénératives auxquelles le Parkinson est désormais assimilé.

Chaque association a présenté son bilan d'activité de l'année.

Le Professeur Derkinderen nous a montré l'hétérogénéité des symptômes parkinsoniens, nous a fait le point sur la recherche et a terminé en nous disant que chaque parkinsonien avait « son code barre » (Image schématique et humoristique

DATE À RETENIR

Café A.D.P.L.A. :	<ul style="list-style-type: none">➤ 14 novembre 2015➤ 09 janvier 2016➤ 05 mars 2016➤ 30 avril 2016➤ 11 juin 2016
-------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Galette des Rois	➤ 23 janvier 2016
------------------	-------------------

Assemblée générale	➤ 19 mars 2016
--------------------	----------------

qui prenait tout son sens après son exposé clair, complet et complexe de la maladie). ...

Le Docteur Villafane de l'hôpital Henri Mondor de Créteil nous a présenté l'évolution de ses recherches sur la nicotine et les bienfaits ressentis chez les malades qui sont actuellement traités. Il a bien appuyé sur le fait que « sa nicotine » n'était pas celle des cigarettes. Il a également évoqué les diverses difficultés qu'il rencontrait pour la mise sur le marché de son médicament : Lourdeurs administratives, certesMais aussi lobbies des laboratoires peu intéressés par un médicament qui ne coûte pas cher.

3 médecins du centre gériatrique de Tréguier nous ont présenté leur travail d'équipe au sein de la structure. La prise en charge s'est révélée très complète et efficace auprès des malades parkinsoniens. Il serait souhaitable que cette structure expérimentale soit reconduite dans d'autres départements.

Nous avons également bénéficié (en tant que spectateurs) d'une séance de Qi Gong après quelques explications de la philosophie chinoise taoïste à l'origine de cette pratique. Le Qi Gong est donc une maîtrise de l'énergie qui vise à réconcilier le corps et l'esprit par le geste et le souffle. La démonstration fut très appréciée.

Les vacanciers ont visité la côte de granit rose, Ploumanach, le parc du radôme de Pleumeur-Bodou, les thermes de Hogolo. Un loto et des soirées dansantes ont agrémenté les fins de journées.

A l'année prochaine en Ille et Vilaine

Annick Le Brun

*MARIONNETTE
FLEUR DE
BETON*

Corps en béton
Creux et d'aplomb
Dont le visage fleur
En signe l'humeur.

Si l'œuvre du béton
Etouffe son devenir,
La fleur de soupçon,
Y fait figure du pire.

La présence du maçon
Mirage dans le béton.
La fleur qu'elle inspire
Rêve de s'épanouir.

Alors, naïve, cette fleur
Qui fait vibrer le cœur.
Installe, c'est folie
Dans le béton ...
La vie ?

PAuL

07-05-2008
25-10-2015