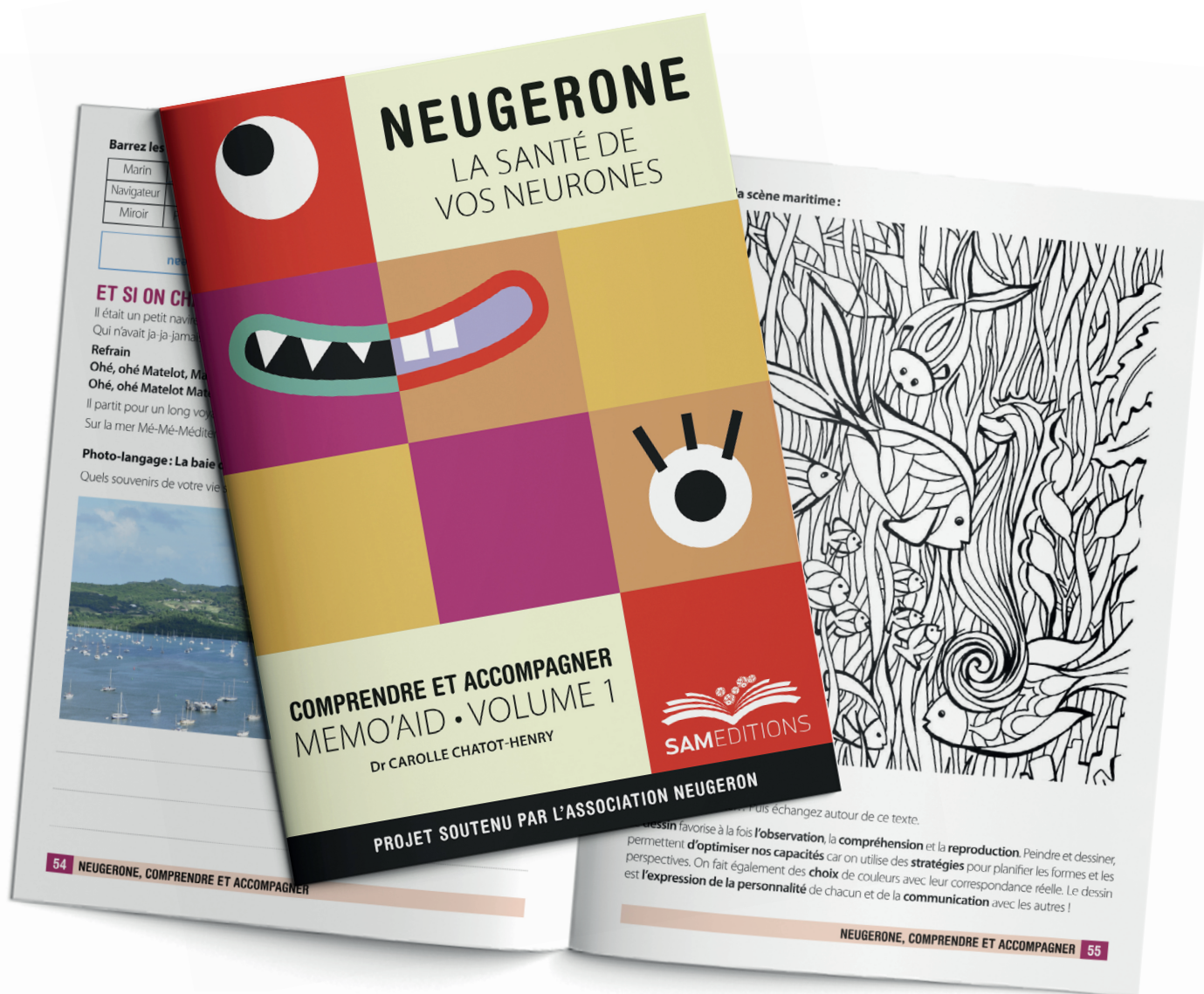


NEUGERONE

MÉMO'AID VOLUME 1



DOSSIER DE PRESSE

Pourquoi avoir réalisé ce livre ?

Carolle Chatot-Henry, gériatre, et spécialisée en neuropsychologie, rencontre nombre de couples aidant – aidé. Elle dirige une unité neurocognitive où des consultations spécialisées sont proposées, dans un 1er temps pour rassurer sur l'inévitable déclin mnésique. En effet, le volume du cerveau diminue avec l'âge et impacte les processus de mémorisation. Il est donc important de prévenir et d'accompagner une évolution naturelle qui apporte des oublis que l'on pourrait classer bénins.

La perte de mémoire peut également correspondre à un diagnostic d'une pathologie, plus sévère, dite neuro-dégénérative. Il s'agit alors de troubles mnésiques conséquents gênant les actes de la vie quotidienne. Aujourd'hui les traitements existants ne permettent pas la guérison mais les bienfaits des exercices écrits et de la lecture ont été démontrés scientifiquement.

Par ailleurs, Carolle Chatot-Henry, blogueuse de familyevasion.com, parcourt depuis 2017 le territoire à la rencontre des artisans, des artistes et des hommes, femmes du terroir... Ce livret de MEMO'AID retrace des extraits de ces rencontres réalisées au cœur de la Martinique et met en valeur des sujets propre au péyi : les communes, les fruits, les recettes...

Beaucoup d'éléments seront abordés à l'aide de jeux, d'exercices de mots, de dessins à reproduire... L'ensemble pour un temps d'échange et de transmission entre l'aidé et l'aidant, c'est-à-dire entre un aîné et une personne de son entourage.

Les illustrations et les photographies, également de l'autrice, donneront un visuel ludique pouvant être aisément commentées par le binôme. Des proverbes en créole seront aussi à deviner et à interpréter selon des contextes bien précis, pour approcher une thématique locale.

Quel public est visé ?

Le public visé est un aîné qui souhaite travailler sa mémoire et transmettre à son entourage ses connaissances. Le fil conducteur étant l'environnement de la Martinique, nombre de sujets donneront lieu à un échange enrichissant entre un parent et un proche.

L'idée est de partager, par ce temps occupationnel, un regard convergeant sur l'expérience de chacun et les savoirs des différentes générations.

Une personne seule peut également effectuer l'ensemble des jeux et ainsi œuvrer à une prévention de troubles cognitifs liés à l'avancée en âge. Les exercices font appel à plusieurs types de mémoire (autobiographique, sémantique, épisodique...) et stimulent ainsi la réserve cognitive afin d'accompagner le vieillissement.

En institution, mais aussi en cabinet libéral ou lors d'ateliers mémoire, les professionnels de santé peuvent utiliser MEMO'AID comme support pour explorer la cartographie mentale, liée aux souvenirs, aux connaissances et aux concepts. La Martinique reste au centre de chaque session, d'où un enrichissement mutuel possible au sein d'un groupe de paroles.

Quelles sont les attentes ?

L'idée du partage entre des proches, des parents, au sein d'un entourage familial ou professionnel est présente tout au long des exercices proposés. Un partage qui repose sur la transmission d'expériences vécues sur le territoire martiniquais. Ce livret donne la parole aux aînés et reste un guide pour échanger lors de rencontres. Celles – ci peuvent être cadencées, comme le suggère, le rythme des jours pré-enregistrés mais il est laissé libre court aux intervenants !

Les épisodes ou sessions, au nombre de quatre, se divisent en 6 jours différents autour d'une thématique précise : métiers, fruits... de la Martinique. Il s'agit aussi de valoriser de façon ludique la richesse et l'art de vivre du territoire.

Il s'agit donc de prévenir un déclin cognitif naturel, mais aussi d'entretenir des capacités restantes de ceux qui sont en difficulté au quotidien. L'exercice cérébral étant un des piliers pour garder une autonomie le plus longtemps possible.

La neurogénèse (entendez par là la formation de nouveaux neurones...) se développe à tous les cycles de vie et se voit stimuler par différentes actions, telles l'activité physique, une alimentation saine et un tissu social pertinent. L'entraînement cérébral fait partie de cette prévention du déclin cognitif, et permet via une régularité, de faire appel à des stratégies de mémorisation.

Les activités

Les textes, issus du blog familyevasion.com, sont des interviews de personnages locaux qui décrivent un environnement, une passion ou encore une activité à réaliser. Ces textes, dans un 1er temps, sont à recopier ou restent un support pour échanger oralement.

On fait donc appel à la mémoire autobiographique, ce qui permet à l'aîné de transmettre son savoir.

Également une photo d'une commune (ex la baie du Marin) ou d'un fruit (ex le mamin) sera à commenter selon les propres souvenirs vécus. D'où un repère temporel et spatial est à replacer sur le chemin de la vie par des réminiscences évoquées.

Le faire est aussi au centre des exercices. Ainsi après avoir listé les ingrédients d'une recette, passez derrière les fourneaux devient un atelier récréatif facilement réalisable. Mais le dessin est aussi proposé, source de distraction et de concentration, utile pour prioriser des choix de couleurs par exemple. Ainsi joindre l'utile à l'agréable...



Carolle Chatot-Henry, gériatre, est arrivée en Martinique, alors jeune interne en médecine générale, il y a plus de trente années... Aujourd'hui praticien hospitalier, spécialisée en neuro-cognition, avec un Master de recherche, elle a mis en place ce livret MEMO'AID pour optimiser un temps occupationnel entre un aîné et un entourage bienfaisant.

Responsable d'une unité neurocognitive au CHU Martinique, elle assure des consultations, entourée de confrères spécialisés et de neuropsychologues.

Elle anime de nombreuses conférences (le bien vieillir, la prévention de la maladie d'Alzheimer...) sur l'ensemble du territoire, et est régulièrement sollicitée par le milieu associatif pour développer des ateliers mémoire dans les différentes communes.

Blogueuse de familyevasion, elle rencontre de nombreuses personnes, qui partagent le savoir-être et le savoir-faire martiniquais. Globe-trotteuse, elle répond aussi à ce goût de l'aventure qui l'habite. Et parcourt de nombreux pays pour le plaisir de la découverte et l'approche de cultures différentes.

Écrivain de « Quelque chose en Martinique » aux Éditions NANIKA, elle a déjà exposé ses photographies dans les maisons culturelles de la Martinique et en Bretagne, sa région d'origine. Elle propose sa plume également pour la rubrique d'Happysilvers dans les colonnes du France-Antilles, d'Antilla et autres magazines régionaux.

BIBLIOGRAPHIE

- Divers articles médicaux dans des revues nationales spécialisées en gériatrie.
- Articles « grand public » sur la santé et la prévention dans la presse locale (France Antilles, Créola...).
- Conférences - débats autour du « Bien Vieillir ».
- Animation d'ateliers mémoire dans les CCAS du territoire.
- Émissions radiophoniques à propos des « Voyages ».
- Expositions de photographies (Maison culturelle du Lamentin, Rivière Salée...)
- Présidente de l'association NEUGERON 2008 - Formation aux aidants
- Blogueuse de familyevasion.com Décembre 2017
- Livre *Quelque chose de Martinique* Parution le 19/05/2021 - Éditions NANIKA

L'ÉDITEUR

SAM Éditions (éditeur des ouvrages et des jeux réalisés par Sabine Andrivon-Milton) a édité MEMO'AID car il correspond à sa ligne éditoriale qui est de faire découvrir la Martinique sous toutes ses facettes et pour tous les publics. Ce livret permet d'aider à lutter contre la perte de mémoire à travers des exercices basés sur la connaissance du territoire à destination des aînés.

La brochure est disponible au prix de 17€

www.sameditions972.fr

