

Connecté

n° 08 - DÉCEMBRE 2019

MAGAZINE SANTÉ EN 4D

ÊTRE PROCHE AIDANT

une route

en clairs-obscurs



Droit d'utilisation

Le présent document a été obtenu par téléchargement ou par voie électronique. Il autorise l'acquéreur à une seule impression papier et à la consultation du fichier sur un seul support électronique à la fois.

Ce document est protégé par les lois du copyright et est destiné à votre strict usage personnel. Merci de ne pas l'imprimer en plusieurs exemplaires, ni de le copier ou de le transférer à qui que ce soit.

Nos magazines sont édités par une association à but non lucratif et nous vous remercions de respecter et d'appliquer ces règles protégeant le contenu de nos publications.

Licence accordée par les éditeurs de la brochure à l'utilisateur pour son usage personnel exclusif.

Edito



Ces soignants oubliés ...

Au niveau suisse, certaines statistiques évaluent à près de 2 millions le nombre de personnes accompagnant un enfant ou un adulte ayant perdu son autonomie pour des raisons liées à l'âge, au handicap, à une maladie chronique ou invalidante, ce qui représente plus du tiers de la population adulte¹. En France, le Premier ministre Edouard Philippe a dévoilé le 23 octobre dernier la *stratégie de mobilisation et de soutien en faveur des aidants* pour 2020-2022 dans le but de soutenir les 8-11 millions d'aidants que dénombre l'Hexagone². Des chiffres qui peuvent surprendre par leur ampleur. Aujourd'hui, de plus en plus de ressources sont recherchées pour venir en aide à ces personnes et les reconnaître dans leur investissement quotidien. Ce qui est une bonne chose, mais cela reste un défi car même si l'Etat, par l'intermédiaire des services sociaux, l'intègre à sa politique d'assistance à la population et que les médias s'y intéressent, la réalité au quotidien reste difficile selon la complexité des situations.

Cette édition du magazine aimerait mettre en valeur les proches aidants, ces soignants qui s'ignorent. Son contenu se limitera à quelques aspects de la prise en charge des personnes âgées. Ce n'est un secret pour personne que notre société occidentale évolue vers un vieillissement de sa population, que notre mode de vie est toujours plus centré sur l'individu et que la norme pour le noyau familial n'inclut plus forcément les aînés au sein du foyer. Aujourd'hui, il devient difficile pour les familles d'envisager d'héberger les grands-parents sur le long terme. La question des personnes âgées ne nécessitant pas ou peu de soins, mis à part une aide dans les tâches domestiques ou une présence régulière, est toujours plus d'actualité. Notre système de santé mise beaucoup sur les soins à domicile, mais cela a un coût et les compagnies d'assurances commencent à grincer des dents, sans parler du contrôle et du suivi strict de ces soins soumis aux prestations coût-temps au détriment du relationnel.

¹ Proche aidant, un métier à plein temps, Le Quotidien Jurassien, édition du 15.10.2019

² 8 millions d'aidants : quelle nouvelle stratégie ? E. Dal'Secco, par Handicap.fr, 23 octobre 2019

Editeur de la publication : C.A.S.S. Suisse romande
Parution : trimestrielle
Service d'impression : Print24
© Copyright : C.A.S.S. Cressier - DECEMBRE 2019

Images et photos sont utilisées sous licence avec autorisation (123RF Stock Photo et Unsplash)

Pour contacter la rédaction :

C.A.S.S. Route de Neuchâtel 5 CH-2088 Cressier
+41 (0)32 767 13 35 info@cass-romandie.org
www.cass-romandie.org

Abonnement annuel (4 numéros) : Suisse CHF 25.00 | reste de l'Europe 30€ | en format PDF CHF 10.00 / 10€

La notion de sacrifice ne fait plus guère bon ménage dans notre rythme de vie moderne. Et ceux qui s'y résolvent, par choix ou nécessité, en portent souvent seuls la charge. L'idée de rémunérer ceux qui consacrent leur vie à un proche fait son chemin, mais il faudra en trouver le financement et les modalités.

Dans les pages qui suivent, vous trouverez des témoignages de vie venant de différents horizons. En introduction, nous vous laissons un extrait d'un petit ouvrage écrit par une missionnaire travaillant au Guatemala pour la mission Wycliffe, qui raconte les péripéties, souvent cocasses, vécues avec son beau-père atteint de la maladie d'Alzheimer. Elle décrit comment faire face à une logique exempte de toute logique dans les interactions avec cet homme, ancien pasteur, dont la mémoire se disloque peu à peu. Comment garder le lien avec un proche, dont la personnalité qui nous était familière a disparu et dont la cohérence nous échappe ? Ce qui m'a profondément touchée dans ce récit, c'est de réaliser que même si l'intellect semble irrémédiablement atteint, l'esprit de cet homme demeure. Sa foi n'a pas été annihilée par la détérioration de son cerveau. En un sens, sa personnalité a gardé de son essence, les valeurs sur lesquelles sa vie était construite. Malgré la tristesse de la perte et un quotidien imprévisible, cette femme trace une trame pleine de vie où le chemin de la communication a besoin d'être redécouvert, mais n'est pas rompu. Elle ne nie pas la fatigue physique et émotionnelle, les interrogations, la lassitude et la frustration. Mais elle trouve dans son dialogue avec Dieu et le respect qu'elle porte à cet homme, une richesse et une espérance de vie revigorante, même si cela demande un investissement, de l'imagination, du courage, du désintéressement.

Au travers des autres récits de vie, nous voyons toute l'importance de rejoindre la personne affaiblie par les années ou la maladie, de préserver sa dignité d'être humain, de l'accompagner dans ce qu'elle est devenue en sa vieillesse. Dans ce monde hédoniste et attiré par la jeunesse, cela peut sembler très peu attrayant, mais comme il est dit dans l'un des témoignages, l'image que nous renvoient ces personnes est en quelque

sorte le miroir de notre futur. Faire à l'autre ce que l'on aimerait que l'on nous fasse est aussi une certaine sagesse de l'existence. Et il y a des pépites à trouver même dans l'avancement de l'âge.

Le développement des soins aux personnes très âgées sera un défi dans les années à venir. À l'heure de la solidarité planétaire face au climat, n'avons-nous pas aussi à retrouver une solidarité toute humaine ? Cela touche à nos relations et l'enjeu sera de tisser de nouveaux liens avec les plus fragilisés et les démunis de nos quartiers et de nos cités.

■ Fabienne AEBERLI

SOMMAIRE

EDITO	2
ALZHEIMER AU QUOTIDIEN Louise Carey	4
TÉMOIGNAGES DE PROCHES-AIDANTS	
Les derniers pas d'une vie...	6
Accompagner les seniors du grand âge	8
Quand la maladie efface les souvenirs	10
Tante Friedel	12
INTERVIEW	14
ACTIVITÉS	15
AGENDA	16



Le magazine *Connecté* Santé en 4D se fait en étroite collaboration avec l'**UEMP France** et les ressources offertes par **Saline Process (IHS Global)**.



ALZHEIMER AU QUOTIDIEN

Les «gens de la haie»

Nous avons devant la maison un grand jardin entouré d'une haie de hauts cyprès. Mais comprenez-moi bien: il s'agit d'une haie pour tout le monde ... sauf pour Art. Quand il regardait dans cette direction, il ne voyait pas une haie, mais un ensemble d'individus. Pour lui, avec sa vue défaillante, les troncs d'arbres ressemblaient à des jambes, et il pensait donc qu'un groupe important de personnes se trouvait là. Je les appelle les «gens de la haie».

Les «gens de la haie» semblaient le fasciner. Ayant été pasteur et ayant fondé plusieurs églises, il voyait, dans tout regroupement humain, une église potentielle !

La première fois qu'il a aperçu les «gens de la haie», il a murmuré, impressionné :

- Il y a une petite partie d'un million de personnes là-bas. Tu crois qu'il y en a quelques-unes qui jouent du piano?

- Pas une seule, ai-je répondu, tout à fait certaine que cela correspondait à la réalité.

Art se tenait parfois sur les premières marches du perron et prêchait aux «gens de la haie». D'autres fois, il s'avancait pour leur parler personnellement. Je l'ai observé descendre l'allée avec détermination, puis regarder autour de lui, complètement décontenancé, en arrivant à la haie :

- Où sont-ils partis ? Tous ces gens étaient juste là, et maintenant, il n'y a plus personne !

Une fois, il pensait qu'il était délégué à la Conférence Nationale Annuelle des Frères. Il cherchait frénétiquement du papier et un crayon. Il fallait qu'il se dépêche, car il ne voulait pas rater les comptes rendus missionnaires. Je lui ai donné les objets en question, et il s'est dirigé vers les «gens de la haie» pour suivre la session. Mais il est vite revenu à la maison, découragé : il n'avait pas trouvé le lieu de la réunion.

- Oh, j'ai entendu dire que les comptes rendus missionnaires seraient à 17 heures, vous avez le temps de faire une petite sieste ! lui ai-je suggéré.

Soulagé d'avoir un moment de répit au milieu de cet emploi du temps chargé, il m'a confié :

- Je vieillis, tu sais.

Il y avait aussi des moments où les «gens de la haie» avaient faim et avaient besoin d'être nourris. Ainsi, un jour, Art a cherché longtemps et désespérément Leah Belle, son épouse (qui était décédée). Quelle femme ! Elle se cachait... Elle essayait de se défilier, alors qu'il y avait tous ces gens affamés à nourrir !

Puis, vers midi, il a lui aussi commencé à avoir un peu faim. Regardant par la fenêtre, il s'est écrié:

- Il y a au moins 75 personnes là, dehors, et ça fait des heures qu'elles font la queue. Personne n'a encore eu son assiette ! Je ne vais certainement pas faire la queue.

- Pourquoi ne venez-vous pas dans la cuisine ? lui ai-je proposé. Je peux vous donner une assiette tout de suite, si vous voulez.

Il s'est mis à table, tout heureux. Quelle chance ! Il allait pouvoir manger sans attendre, sans avoir à faire la queue avec les «gens de la haie».

* * *

Un matin un peu frais, il avait une mission à accomplir: il voulait absolument que les «gens de la haie» rentrent à l'intérieur, car ils commençaient à avoir froid, et cela l'inquiétait :

- Il faut qu'on les sorte de ce «costume» (mot qu'il employait pour remplacer tout terme qui lui échappait) et qu'on les invite à venir au chaud !

Se tenant sur les marches, il s'est mis à les appeler et à leur faire signe.

Inoffensif, ai-je pensé en retournant dans mon bureau pour travailler.

Mais il m'a vite retrouvée ... Il avait besoin de mon aide.

- Pourquoi ? ai-je demandé.

- Nous.

- Nous ?

- Oui, j'ai pensé que si on le faisait ensemble, ils trouveraient ça plus intéressant.

- J'en ai encore à peu près pour dix minutes, je termine et je viens.

J'espérais qu'entre-temps il aurait oublié.

Imperturbable, il s'est empressé de retourner dehors pour faire une nouvelle tentative. Un instant plus tard, il revenait me voir :

- Ils ne se déplaceront pas pour un homme, mais ils viendront en courant pour une fille, s'est-il exclamé plein d'espoir.

Je suis sortie avec lui sur le perron et j'ai appelé en chuchotant : «Venez, venez !»

Mais Art était certain que l'endroit où je me trouvais et ma technique n'étaient pas adaptés à la situation. Il fallait se rapprocher, appeler plus fort, faire de grands signes avec les bras.

Me prenant par la main, il s'est avancé avec détermination vers le milieu de la pelouse pour me montrer comment faire.

Puis il m'a regardée, attendant que je fasse quelque chose. Il était temps que je participe. Alors, tous deux, au beau milieu du jardin, nous nous sommes mis à gesticuler et à appeler bien fort les «gens de la haie», les invitant à entrer pour se protéger du froid.

Les pensées se bousculaient dans ma tête: Est-ce que les voisins peuvent nous voir à travers la haie ? En tout cas, c'est sûr qu'ils peuvent nous entendre ! Mais qu'est-ce qu'ils vont bien s'imaginer ?

Au mieux, ils allaient penser que nous étions en train de faire notre séance de gymnastique rythmique. Au pire, ils se diraient en secouant la tête: C'est devenu trop dur pour elle, elle perd la tête ...

Ne remarquant pas mon embarras, Art était plein d'entrain. S'il se sentait parfois seul pour s'occuper des «gens de la haie», ce jour-là, il avait de l'aide !

Nous avons appelé bien fort et longtemps: «Venez, il fait froid, venez, entrez !» Cependant, malgré nos appels et nos gestes enthousiastes, les «gens de la haie» étaient impossibles à convaincre.

Finalement, je me suis arrêtée, et j'ai regardé Art :

- Ils ne viennent pas. Pourquoi est-ce qu'on n'irait pas prendre un café à l'intérieur ? On pourra revenir plus tard tous les deux et réessayer.

Alzheimer était de mon côté. Quelque part, dans cette tasse de café, Art a oublié ceux qui tremblaient de froid. C'est moi qui ai eu un peu de mal à les chasser de mon esprit ! Regarder Art s'occuper des «gens de la haie» était une chose; l'aider activement dans sa tâche en était une autre !

* * *

Quand Art, mon beau-père, est venu habiter à la maison, il était atteint d'Alzheimer depuis huit ans ; il avait alors 94 ans. Il a vécu avec nous jusqu'à son décès, deux ans et trois mois plus tard.

* * *

Extrait publié avec l'aimable autorisation des éditions de la Société biblique de Genève

ALZHEIMER AU QUOTIDIEN

Louise Carey

Editions OURANIA

Romanel-sur-Lausanne, Suisse



un livre à découvrir

LES DERNIERS PAS D'UNE VIE...



© Image 123RF Stock Photo

Durant l'été, mon père (94 ans) m'a accompagnée dans le petit cottage que je possède à la campagne. Il appréciait la nature environnante, ses balades en forêt et de pouvoir profiter de ma compagnie, sa seule fille. Ma mère était morte de manière inattendue quatre ans auparavant. Depuis, mon père vivait seul dans son appartement dans un charmant village. Il faisait lui-même ses courses et cuisinait ses repas.

Lors de ce séjour avec moi, j'ai découvert qu'il ne prenait pas sa médication et ses gouttes pour les yeux. Lorsque je lui en ai demandé la raison, il m'a répondu qu'il n'avait plus vraiment besoin de cela. Il avait davantage besoin de trous dans sa ceinture, parce qu'il perdait du poids. Son appétit n'était plus ce qu'il était. Même si son rythme de vie s'était ralenti, son esprit était toujours aussi vif et clair. L'esprit de mon père était proche de son Père céleste. Chaque matin il prenait sa Bible et lisait un passage de son choix. Il écoutait ce que Dieu avait à lui dire. Puis il apportait au Seigneur dans la prière ses trois enfants et leurs conjoints, ses petits-enfants et arrière-petits-enfants (et les enfants à venir). Il bénissait chacun d'entre eux et demandait que tous puissent en venir à connaître Jésus. Avant chaque repas, trois fois par jour, mon père disait la prière du Seigneur. Comme ses frères et sœurs, il avait appris le « Notre Père » avec sa maman, alors qu'il était un tout jeune garçon. Chaque jour de sa vie, à chaque repas, il disait cette prière. Parfois mon père demandait, à moi ou à quelqu'un d'autre : « As-tu remercié Dieu aujourd'hui ? » ... ou « N'as-tu pas à demander pardon à quelqu'un ? ». Mon père tenait à faire de chaque vérité de cette prière une réalité dans son propre cœur. Lui-même n'était pas un saint et devait veiller à son comportement.

Alors que nous rentrions à la maison, j'ai abordé avec lui le sujet de comment envisager la suite. Il désirait rester dans son appartement, mais s'était rendu compte que cela demanderait davantage d'attention. Outre la dame qui avait aidé mes parents pendant de nombreuses années, il fallait d'autres personnes pour assurer les soins médicaux. J'ai contacté Buurtzorg, une organisation de soins à domicile active dans son village. Ils collaborent avec une équipe de professionnels de la santé pour prendre en charge des personnes comme mon père. Une personne de référence dans l'équipe reste toujours en contact avec moi. Ils me considèrent comme la personne ressource de mon père. Deux ou trois fois par semaine, ils vont le voir, s'asseyent avec lui et lui demandent comment il va. Buurtzorg ne s'occupe que de ses besoins physiques. Ils ne font pas les courses, la cuisine ou les nettoyages. Ces tâches sont du ressort de la famille, des voisins ou des amis. Nous appelons ce réseau d'entraide le 'mantelzorg'. Buurtzorg a commencé à venir plus souvent pour aider mon père le matin à se doucher, prendre ses médicaments et

le préparer pour la journée. Il continuait chaque jour à se promener dans le village. Cependant, sa ronde est devenue de plus en plus courte. Du fait que l'équipe Buurtzorg voyait mon père tous les jours, ils ont pu constater, par exemple, que sa pression artérielle était très faible, que son taux d'hémoglobine était très bas, etc. Buurtzorg a alors contacté son médecin de famille pour qu'il prévoie une transfusion sanguine. Ils ont demandé à un physiothérapeute de venir chaque semaine pour lui faire faire des exercices et le maintenir actif. Il faisait ses exercices avec beaucoup de sérieux et de diligence.

La famille, les voisins et ses amis ont constitué une équipe autour de lui pour s'occuper des repas, lui permettre de rencontrer ses amis, de faire des sorties au bord de la mer, partager une tasse de café avec lui, l'accompagner chez le coiffeur, etc. J'ai établi un horaire chaque semaine pour eux, pour faire en sorte que tout soit organisé à l'avance.

Notre intention était de témoigner notre amour à mon père et de le laisser vivre paisiblement les derniers mois de sa vie dans l'environnement qui lui était familier. Il a toujours été indépendant, prenant ses propres décisions et nous avons essayé de lui laisser cela jusqu'au bout. La transition entre une indépendance absolue et la nécessité des soins n'a pas été facile pour mon père. Cependant, dès qu'il a accepté ce changement, il en a été reconnaissant et a pu se réjouir.

J'ai passé de nombreuses heures à parler avec mon père, à rechercher le Royaume de Dieu avec lui. Mon père a abandonné sa vie à Dieu progressivement, mais entièrement. Il a commencé à faire confiance à Dieu au plus profond de son être. Sa communion avec Dieu a commencé à devenir plus une communion avec son Père céleste, malgré les moments difficiles qui le submergeaient souvent.

Mais lorsqu'on pénétrait dans son appartement, on éprouvait une joie paisible !

Beaucoup de soignants de Buurtzorg étaient chrétiens. Ensemble, ils chantaient les cantiques préférés de papa, tout en prenant soin de lui. Mon père avait une attitude pleine de reconnaissance et la gratitude ouvre la porte à la présence de Dieu. Outre la présence de Dieu, l'espérance de mon père s'est renforcée. Malgré les nombreuses difficultés, mon père savait que son Père céleste se tenait à ses côtés, qu'il ne lâcherait jamais sa main. Papa savait qu'ils parcouraient ce chemin ensemble, accompagnés de ses bien-aimés et de ceux qui s'occupaient de lui avec amour. Le chemin que l'on traverse ensemble est la route qui mène au ciel. Papa savait qu'une destination radieuse l'attendait, la nouvelle Jérusalem.

Le passage biblique préféré de mon père est devenu Apocalypse 21,1-4

Puis je vis un nouveau ciel et une nouvelle terre, car le premier ciel et la première terre avaient disparu et la mer n'existait plus. Je vis descendre du ciel, d'auprès de Dieu, la ville sainte, la nouvelle Jérusalem, préparée comme une mariée qui s'est faite belle pour son époux. J'entendis une voix forte venant du ciel qui disait: «Voici le tabernacle de Dieu parmi les hommes! Il habitera avec eux, ils seront son peuple et Dieu lui-même sera avec eux, il sera leur Dieu. Il essuiera toute larme de leurs yeux, la mort ne sera plus et il n'y aura plus ni deuil, ni cri, ni douleur, car ce qui existait avant a disparu.

Un jour, au début mai 2017, nous avons prié avec papa et avons demandé à Dieu le lâcher prise. Plus tard, je l'ai entendu parler à son Père céleste, lui demandant de le ramener à la maison. Je suis restée auprès de lui cette nuit-là, et juste après minuit, je me suis réveillée. Tout était très calme dans l'appartement. Quand je me suis rendue auprès de lui, mon père venait de rentrer à la maison, un grand sourire figé sur son fin visage.

Alet U., coordinatrice du développement
Saline au niveau HCF international

BUURTZORG

En néerlandais, "Buurtzorg" signifie soins (zorg) de proximité (buurt, le quartier). Cette association de soins à domicile prend en charge les malades chroniques, les patients en convalescence après un séjour à l'hôpital, ceux en fin de vie, les personnes en situation de handicap... Sa vision est d'aider les personnes malades ou âgées à vivre une vie plus autonome et qui vaille davantage la peine d'être vécue.

L'histoire a commencé en 2006. L'association se compose de plusieurs équipes ne dépassant jamais 12 personnes. Chacune s'autogère, planifiant elle-même ses actions, dans une logique de proximité avec les patients. Chaque soignant tisse une relation avec ses patients, apprend à connaître leur contexte de vie et leur réseau social. Chacun dans l'équipe veille à ce que les autres soignants ne se laissent pas entraîner dans un sur-engagement.

Plusieurs études ont montré que les patients se rétablissent plus rapidement. Par rapport à une structure classique, les demandes d'admissions aux urgences ont été réduites d'un tiers et quand une hospitalisation est nécessaire, elle est plus courte. Chez Buurtzorg, on constate 60% d'arrêts de travail et 33% de turnover en moins par rapport aux autres structures. Les médecins ont davantage confiance dans la compétence de ces infirmiers et prescrivent des traitements toujours plus complexes à domicile. Finalement, le niveau de satisfaction des patients est plus élevé. Si toutes les sociétés de soins à domicile s'alignaient sur ce modèle, on estime que le système de santé néerlandais ferait des économies de l'ordre de 2 milliards d'euros¹.

Buurtzorg, c'est l'histoire du pot de terre qui dame le pion au pot de fer, celle de l'humain qui ressurgit de ses cendres, d'un métier perdu qui retrouve toute sa noblesse et trouve de nouvelles dimensions².

¹ données extraites du livre *Reinventing organizations* de Frédéric Laloux
² <http://laqvt.fr/organisations-opales-ex-buurtzorg/> consulté en nov. 2019

ACCOMPAGNER LES SENIORS DU GRAND ÂGE

Depuis une dizaine d'années, j'ai été amenée à "être dame de compagnie" et à m'occuper de personnes de plus de 90 ans, à domicile ou quelquefois dans des maisons de retraite, en complément des visites de leur famille.

À l'âge de la retraite, une amie m'a proposé de faire des nuits au domicile d'une dame âgée et veuve, qui n'exigeait pas de soins, mais avait besoin d'une présence. Il lui arrivait d'appeler jusqu'à 5 fois dans la nuit pour savoir "Est-ce qu'il est l'heure de se lever ?" À son décès, 5 ans plus tard, j'ai reçu ce mot de reconnaissance de la part de ses enfants :

- Nous voulons vous remercier pour ces années passées auprès de notre mère, pour le dévouement et la paix que vous lui avez apportés, du fond du cœur, Merci !

Ce fut ma première expérience dans ce type d'accompagnement. Aujourd'hui, je prends soin d'une dame de 97 ans, charmante, qui bénéficie encore d'une bonne autonomie, ce qui rend la garde de nuit "légère".

Le fait d'être à domicile implique plusieurs choses. Entrer dans l'intimité d'une personne, c'est être au courant de situations familiales délicates, d'où l'importance de la discrétion, de la confidentialité et de l'honnêteté, les personnes âgées craignant souvent qu'on les vole.

L'intervenant peut se retrouver dans un "étai" entre le soigné et ses proches. La personne assistée peut éprouver de la frustration due à sa dépendance et se permettre des paroles grossières, des gestes de menace, devenir exigeante, ou au contraire cela peut conduire à d'agréables conversations, comme d'entendre réciter à 96 ans la fable "Le corbeau et le renard" sans une erreur ! L'implication des familles peut être à plusieurs niveaux, allant de la non-présence (éloignement géographique ou liens plus ou moins maintenus) à une présence exagérée et suspicieuse, qui complique le travail de l'intervenant. Heureusement, la plupart du temps, il y a une confiance réciproque.

Ces 10 dernières années dans ce nouveau "champ missionnaire" où le Seigneur m'a appelée, il y a eu de multiples occasions de témoigner de ma foi, aux personnes que j'accompagne, à leur famille ou aux visiteurs, et de les préparer à la rencontre de leur Seigneur.

Certains éléments que je connaissais en tant qu'ancienne infirmière me sont apparus encore plus nécessaires :

- Être à l'écoute de ce que la personne désire plutôt que faire soi-même ce qui nous paraît bien pour elle.
- Davantage que les paroles, les personnes ressentent avec acuité "l'atmosphère", les gestes d'impatience, l'intonation de la voix, le choix des mots, la nature du regard.
- Savoir faire preuve de patience pour ne pas répondre aux paroles désagréables "du tac au tac" ou sur le coup de l'émotion ; attendre parfois le lendemain pour reprendre une parole blessante et avoir recours à l'humour qui détend souvent la situation.
- Demander l'aide du Saint-Esprit pour répondre à bon escient quand certains souvenirs trop douloureux remontent à la surface, telle la perte d'un fils en montagne, à 26 ans, que la personne traduit par "une douleur incommensurable, celle qui ne s'oublie jamais !"
- Discerner si la personne est ouverte ou non au spirituel quand elle dit "Je vais mourir" ou "Je veux mourir", mais c'est du "sur mesure", chaque situation est unique ; ma formule en ce cas est "Un cœur préparé dans des circonstances préparées, et le Saint-Esprit est le meilleur planificateur pour que tout concorde", à moi d'avoir les bonnes antennes.
- Être sel et lumière à petites doses : saisir les moments opportuns, partager en quelques mots l'espérance et l'amour que Jésus donne.
- Saisir les occasions, subtiles parfois, dans le respect de la personne, en distribuant des semences de vie dans une relation où chacun est gagnant.



Tous les accompagnants professionnels ou familiaux font face aux mêmes défis : fatigue extrême, mauvais stress, lourde responsabilité... Chaque situation est spécifique, mais les principes de base demeurent les mêmes. Pour moi, en tant qu'enfant de Dieu, où vais-je recharger mes batteries et retrouver des forces physiques, émotionnelles et spirituelles ?

- Aller chaque jour à la Source pour recevoir la manne de la Parole de Dieu, participer régulièrement à la communion fraternelle dans mon église locale, avoir des temps de jeûne et prière, contribuer au groupe de prière mensuel de l'UEMP.
- Faire partie de plusieurs associations culturelles (conférences, cinéma, randonnées, cours de langue, etc.) pour activer mes neurones !
- Ma santé me le permettant, faire mes trajets en ville à vélo, acheté dans une brocante il y a quelques années et repeint en bleu pour lui redonner une nouvelle vie.
- Le plus grand défi reste de grandir dans le caractère de Christ, de laisser le Saint-Esprit agir et façonner en moi le caractère de Jésus. C'est fondamental.

L'amour de Dieu est déversé dans notre cœur par le Saint-Esprit qui nous a été donné. Romains 5:5

Finalement, il est important de répondre aux besoins de la personne dont je m'occupe, tout en ne me culpabilisant pas lorsque je n'ai pas réussi "à faire comme Jésus aurait fait à ma place". Quel privilège de pouvoir alors me décharger sur Lui de tous mes soucis et d'accepter, avec humilité, qu'IL me pardonne, tout en Lui demandant la force de ne pas reproduire ce manquement.

Je n'ai pas cherché à réaliser ce travail spécifique. Le Seigneur a dirigé les rencontres. J'ai vu, par là, que c'était mon "nouveau champ de mission" et aussi la réponse aux défis financiers auxquels je faisais face. En effet, "L'Eternel est mon berger, je ne manquerai de rien" a été l'une des promesses données alors que je quittais mon poste d'infirmière-cadre pour m'engager à plein temps avec HCFI¹. J'ai encore la joie et la force pour le faire. Je souhaite, en cette année de mes 78 ans, que le jour où je serai moi-même dans la situation de recevoir de l'aide, le Seigneur placera sur ma route les personnes de son choix.

Il y a un grand potentiel de service dans l'accompagnement des aînés. Prions le Maître de la moisson de placer aussi des ouvriers dans ce champ du grand âge.

Josette Ordovini

Ancienne Promotrice HCFI Moyen-Orient et Afrique du Nord

¹ Healthcare Christian Fellowship International

Parmi les milliers de proches-aidant(e)s que compte le pays, je suis l'une d'entre elles.

Chaque situation où le « proche-aidant » intervient est unique, particulière, fait appel à ses propres ressources et à son histoire personnelle. La mienne n'échappe pas à cette règle.

Mon histoire débute il y a un peu plus de vingt ans et a pour cadre l'Afrique centrale. Je m'y trouve pour un projet humanitaire. Nous sommes une petite équipe. Nous travaillons, habitons ensemble dans une zone isolée et en conflit armé. De forts liens amicaux se créent entre les membres de l'équipe.

Je fais la connaissance de D. L'histoire de vie de chacune est très différente, notre caractère aussi et la différence d'âge également. D. pourrait être une de mes tantes. Peut-être est-ce notre vision commune sur la manière « d'incarner » notre foi qui a fait que nous devenions amies ? Dans tous les cas, nous avons partagé « à bâtons rompus » sur le sens de notre action, de la Vie, de la mort. Nous nous sommes encouragées mutuellement devant certains obstacles à franchir dans nos vies respectives et avons passablement ri ensemble ...parfois pour ne pas pleurer.

D. a eu une enfance très difficile. Elle a été chassée de la maison à l'âge de 14 ans. Quelques années plus tard, Dieu l'a littéralement « saisie par la main » et a donné un sens à sa vie. Dieu est devenu son Père et ce Papa l'a conduite auprès des plus démunis sur plusieurs continents. Elle n'a pas du tout de famille.

À sa retraite, D. est venue habiter dans ma région. Elle s'est liée d'amitié avec une autre retraitée toute fraîche. Elles sont devenues de vraies complices.

De mon côté, je voyais D. régulièrement et nous partageons beaucoup sur sa retraite. Ayant travaillé depuis son enfance, il lui était difficile de prendre ce rôle de retraitée. Petit à petit, la dépression s'est installée. Puis des troubles de mémoire sont apparus. Durant cette période, je l'ai écoutée et

encouragée à se rendre chez un médecin. Après investigations, un diagnostic a été posé. Il s'agissait de troubles de type « Alzheimer ».

Actuellement, la maladie s'est développée. D. habite toujours seule chez elle, et elle y tient ! Son autonomie pour les tâches de la vie quotidienne et les tâches administratives a cependant grandement diminué. C'est là que le cahier des charges du « parfait » proche-aidant entre en action, que ceux qui sont dans ce rôle connaissent si bien.

QUAND LA MALADIE EFFACE LES SOUVENIRS

Pour moi, cela a ainsi pris une dimension nettement plus pratique, comme par exemple :

- ⊙..... Faire appel aux soins à domicile afin d'assurer un suivi «santé»
- ⊙..... Organiser les repas à domicile
- ⊙..... Trouver une femme de ménage etla garder !
- ⊙..... Assurer les courses, les lessives, les rangements
- ⊙..... Vérifier régulièrement le contenu et l'état de fraîcheur des aliments qui se trouvent dans le frigo
- ⊙..... Prendre rendez-vous et se rendre chez le médecin, la physio, le dentiste

- ⊙..... Visiter avec D. des foyers de jour, puis des EMS¹
- ⊙..... Contacter et conserver les liens avec d'anciens amis et connaissances
- ⊙..... Assurer la coordination entre tous les acteurs qui gravitent autour de D.
- ⊙..... Assurer le suivi administratif et représentatif (curatelle)
- ⊙..... Écouter, comprendre, démêler, chercher, consoler, apaiser, rire, soutenir, expliquer, garder le cap, respecter, anticiper, favoriser le lâcher-prise...

Plusieurs de ces tâches, je les partage avec son autre amie, R., qui habite le même village. Nous avons chacune nos tâches respectives. Entre autres, c'est R. qui maintient le lien avec leur église. Elle la véhicule chaque dimanche pour le culte. Nous communiquons très régulièrement et nous nous soutenons.

La particularité de cette histoire est qu'entre D., R. et moi-même, nous n'avons aucun lien familial. De plus R. l'a rencontrée sur le chapitre de vie « retraite » alors que moi, ce fut sur le dernier chapitre de vie « professionnel ». Ce qui fait que R. et moi n'avons pas la même histoire avec D. Ces deux chapitres mis ensemble nous aident à prendre certaines décisions concernant D. Ils sont une force.

Par cette situation, j'ai gagné deux tantes. De ce fait, comme dans une famille, il arrive que les esprits parfois s'échauffent, trop d'émotions et petit fossé intergénérationnel. Puis cela s'apaise.

D. vit littéralement dans la seconde présente. Le passé y a de moins en moins de place. J'ai dû m'adapter à ce nouveau mode d'appréhension du temps. L'amie avec qui je « refaisais le monde » fait désormais partie de mes souvenirs et de mon histoire. Si je veux rester en communication avec la D. d'aujourd'hui, je dois me mettre « en mode » présent. Actuellement, dans son présent à elle, il n'y a pas de soucis. Elle est heureuse par ce qu'elle vit au foyer de jour, heureuse d'avoir encore un chez-soi bien à elle et a une certitude inébranlable dans l'amour que Dieu lui témoigne.

En réglant ma montre sur son mode temps, quelle découverte ! Les préoccupations de l'avenir et les soucis du quotidien restent à la porte. Cela donne un goût d'éternité.

Beau cadeau !

G.

¹ Établissement médico-social correspondant aux EHPAD en France

Tante Friedel

Je marche dans le parc. Une femme avance en face de moi, elle est avec sa fillette. Une enfant et sa maman ? À moins que ce ne soit sa tata ?

La fillette regarde intensément, les yeux fixés vers quelque chose qui l'intrigue. Elle ne me regarde pas. Elle regarde un peu plus bas, devant moi, juste à sa hauteur. Elle semble étonnée, un peu craintive aussi, ne serre-t-elle pas soudain un peu plus fort la main de sa maman, sa tata peut-être ?...

Devant moi, un peu plus bas, juste à sa hauteur, il y a ce fauteuil roulant que je pousse. Sur ce fauteuil il y a ma tante à moi, tante Friedel. Un nom qui évoque pour moi la paix et la joie. Ma tante a le regard dans le vague, il y a longtemps qu'elle ne marche plus, qu'elle ne me reconnaît plus, qu'elle semble bien loin, inatteignable... vraiment ? Il n'y a pas si longtemps que cela, en entrant dans sa chambre j'avais vu ce joli bouquet de fleurs des champs : Qui donc t'a ramené ce si joli bouquet ? Ton frère Roudi ? Ta sœur Madeleine ? Ta sœur Marie ?... quelques secondes et puis, ce seul mot « Madeleine »...un sourire furtif et c'est tout... elle est loin à nouveau mais ça faisait longtemps qu'elle n'avait plus prononcé un seul mot !

Petite fille, notre rencontre a été bien furtive elle aussi, on s'est croisées, tu as croisé le regard de ma tante Friedel. Juste le temps de te poser plein de questions dans ta petite tête, je l'ai bien vu dans tes yeux... Oh ! que j'aimerais revenir en arrière, te regarder à mon tour dans les yeux.

Regarde bien au fond de mes yeux, petite fille ! Ne vois-tu pas la fillette espiègle qui trépigne d'impatience ? Elle a deux longues nattes et un grand sourire qui révèle qu'il lui manque ses deux dents de devant. Que se passe-t-il donc ? Tante Friedel arrive ! Tante Friedel, on lui fait la fête dès qu'elle passe le pas de la porte. On, parce que nous sommes 9 frères et sœurs à la maison et on veut tous avoir le premier câlin. Tante Friedel avec son sourire, ses histoires et les bricolages qu'elle nous apporte pour fabriquer un petit chien en cuir ou des étoiles de paille. Tante Friedel qui nous emmène faire de belles balades au château de la Wasenbourg ou à la tour du grand Wintersberg. « On » est des princes et des princesses et « on » n'est pas les seuls parce que des cousins, « on » en a encore plein qui veulent aussi leurs bisous et leurs câlins, et elle n'en oublie aucun. Petite fille, vois-tu toutes ces images ?

Friedel, Frieda, c'était aussi une petite sœur, une maîtresse d'école, une amie... un jour elle est partie au loin, très loin, en Côte d'Ivoire pour un petit séjour tout

d'abord... et puis, elle a tellement aimé les « filles » là-bas, « ses filles » à qui elle a appris à lire et à écrire, à compter... qu'elle y est retournée pour y vivre très longtemps. Nous nous sommes revues là-bas quand nous y avons passé deux années avec notre fillette à nous. Elle avait appris de nouveaux mots, de nouveaux gestes de douceur, « *a tou* »... Elle y a vécu de très beaux moments, des moments difficiles aussi, et nous avons pu être à ses côtés à l'un de ces moments, c'était à notre tour de pouvoir la soutenir, lui faire un peu de bien, comme nous le pouvions, en lui offrant notre affection, notre gîte et notre amitié... Et après, la retraite est arrivée. Elle est revenue en France, je crois que cela n'a pas été facile... Elle était partie si longtemps, elle s'est retrouvée un peu seule. Et là, petite fille, peu à peu quelque chose d'étrange s'est passé. De jour en jour, elle a commencé à oublier, et il fallait lui répéter les choses... encore et encore. Elle a oublié comment faire la cuisine, elle a oublié où elle habitait, elle a oublié qui étaient les personnes à côté d'elle... et un jour elle n'a plus su marcher, elle n'a plus su se laver seule, elle n'a plus su manger seule... elle est redevenue comme un petit enfant...

Et voilà, je suis avec elle dans le parc et nous croisons ton chemin. Oui, petite fille, j'aurais aimé te dire tout cela, te dire qui est tante Friedel, combien c'est une personne importante pour moi, je l'aime comme elle est, elle est belle, tu n'as pas à avoir peur. J'aime m'asseoir à ses côtés quand elle fait la sieste dans son lit, parfois je pose la tête à côté d'elle et je m'endors quelques instants. C'est un temps de repos pour elle et pour moi. J'aime lui raconter nos souvenirs, j'aime rester en silence à côté d'elle, j'aime lui donner son goûter, j'aime lui caresser la main, j'aime écouter de la musique ou un cantique, ou lire un texte biblique... J'aime me promener dans le parc avec elle... Je ne le fais pas assez souvent... J'aime entendre ses frères et sœurs parler d'elle, de leur désir de lui rendre visite, de leur impatience de passer ce temps avec elle. J'aime également croiser les bénévoles et soignants qui prennent soin, donnent à manger avec patience à l'un ou l'autre résident... Ils sont beaux eux aussi...

Oui petite fille, j'aimerais te dire de ne pas avoir peur, et j'aimerais le dire à ta maman (ou ta tante ?) aussi. J'aimerais le dire à toi qui lis ces quelques mots. Toi qui l'as connue, même si peu. Si la personne que vous aimiez ou que vous avez connue vous a oublié, ne l'oubliez pas. Aimez-là comme elle est, elle n'a plus rien à vous offrir ? Offrez-lui quelques miettes de votre temps, vous serez peut-être surpris ! Qui sait si vous ne retrouverez pas dans votre besace des miettes d'or en rentrant chez vous !

Anne Seewald

Présidente de Femmes 2000 France

photos de Steven HWG et Tina Bosse sur Unsplash ©



À DÉCOUVRIR :

Ci-dessous nous vous recommandons deux témoignages bouleversants sur la réalité d'une prise en charge au quotidien par la famille proche.

PROJECTION D'UN DOCUMENTAIRE
entre le 11 et 16 février 2020

à Monthey - Bulle - Orbe - Payerne
- Chexbres - la Vallées de Joux

Pour Toujours

de Fanny Bräuning

Séances gratuites suivies de discussions avec des associations régionales sur les proches aidants.

Toutes les infos et programme sur :
<https://www.cinedoc.ch/programmation>

Il existe un très beau récit écrit par **Marjorie Wäfler**¹, qui livre le quotidien pas ordinaire d'une famille touchée par la régression soudaine de leur petit garçon atteint du Trouble Désintégratif de l'Enfance. Un témoignage extraordinaire montrant les défis, les questions, une vie à réinventer face à l'imprévisible, où Dieu reste maître du mystère, mais une ressource en laquelle se confier et trouver réconfort et équilibre.

"... il faut aller de l'avant, et tu restes mon petit garçon, mon Silas à moi, avec ta combinaison unique de joie, d'énergie et de nouveaux trésors à découvrir."

¹ **Derrière ton sourire**, Marjorie Waefler, Editions Emmanuel, 2018



Rachel Walch
Responsable CASS région Valais-Chablais-Riviera
Miège, le 18 novembre 2019

Bonjour Odile ! Nous nous sommes rencontrées pour la première fois en octobre, lors d'une Soirée Vitaminée à Aigle. Peux-tu nous dire en deux mots comment tu as atterri à cette rencontre ?

Un ou deux jours avant, alors que je promenais mon chien aux abords du nouvel hôpital de Rennaz, j'ai crié à Dieu. Cela fait plusieurs années que je prie pour cet hôpital et je me sentais vraiment seule. En rentrant chez moi, j'ai ouvert un e-mail d'une amie qui vient de partir comme missionnaire à Madagascar. Elle m'envoyait un flyer de publicité pour la Soirée Vitaminée à Aigle, qui était une soirée de prière spécifique pour Rennaz ! Dieu avait répondu à ma prière !

Tu n'es pas soignante, mais enseignante, et pourtant tu as à cœur le monde de la santé. Comment expliques-tu cela ?

J'ai étudié la psychologie de l'enfant, ce qui rejoint en partie le monde de la santé. Et puis j'ai aussi accompagné mes parents jusqu'au bout, ce qui fut une expérience très forte. J'ai réalisé à quel point avoir des hôpitaux est une bénédiction. Et depuis trois ans, j'ai une belle-fille médecin en Ecosse. Elle m'a ouvert les yeux sur le domaine médical.

Tu habites à Rennaz, juste en face du nouvel hôpital Riviera-Chablais. Qu'est-ce qui est sur ton cœur ? Qu'aimerais-tu y voir se passer ?

Je fais partie des Gédéons. J'ai donc à cœur que la Bible entre dans cet hôpital pour que les patients et le personnel puissent apprendre à connaître Dieu, car Il est capable de se révéler par sa Parole ! J'aimerais bien avoir des contacts avec les malades d'une manière ou d'une autre pour leur montrer qu'il y a un espoir. Et je recherche des personnes qui ont comme moi à cœur de prier pour cet hôpital, peu importe leur dénomination chrétienne, pour moi il n'y a pas de frontières.

Aimerais-tu laisser un message aux soignants, en particulier à ceux de Rennaz ?

Je prie pour vous, pour l'installation dans les nouveaux locaux, pour que la paix règne, de même qu'une bonne ambiance et collaboration, et que vous soyez soutenus par Dieu dans votre quotidien.

J'aimerais ouvrir ma maison au personnel de l'hôpital et de l'Espace Santé (complexes ambulatoires juste à côté !). Si vous désirez boire un café, partager un poids difficile à porter ou prendre un temps de prière, contactez-moi !



Les Soirées Vitaminées quèsaco ?

Ce sont des soignants qui ont à cœur de rassembler les chrétiens de leur région travaillant dans la santé et le social. Ces rencontres se veulent interdisciplinaires, interdénominationnelles et intergénérationnelles. Elles commencent par un temps convivial de partage informel autour d'un pique-nique ou d'une collation. Puis un thème est abordé, suivi d'un temps de discussion, prière ou mise en pratique, le but étant de rebooster les soignants pour qu'ils soient une bénédiction sur leur lieu de travail.

Intéressé(e) à en organiser une dans votre région ?
Contactez-nous !



- par téléphone : 021 963 21 88
- par SMS : 079 281 11 39
(ne pas appeler sur le portable)
- par e-mail : odile@trottet.net

Merci, Odile, pour ton amour et tes prières ! Sois bénie dans ce ministère !

interview

BÉNIR NOS SERVICES DE SANTÉ 24 HEURES DURANT !

JOURNÉE DES MALADES

1^{er} mars 2020

Rejoignez-nous !

La **JOURNÉE DES MALADES** est bien ancrée dans le calendrier de la Suisse. Ce dimanche-là, des milliers de personnes y participent par des concerts, des visites aux malades, la remise de cadeaux au personnel soignant dans les hôpitaux et les EMS ainsi que par des services religieux et des manifestations de solidarité.

Pourquoi ne pas vous engager dans la **CHAÎNE DE PRIÈRE DE 24 HEURES** organisée pour cette journée afin de faire une différence en bénissant notre système de santé ? Il en a vraiment besoin !

ALORS RESERVEZ CETTE DATE !

Tout prochainement, il sera possible de s'inscrire sur notre site et de télécharger un petit guide de prière.



MAISONS LOCALES DE PRIÈRE

Les **Maisons Locales de Prière** sont une initiative découlant du mouvement de Dieu à Ffald-y-Brenin au Pays de Galles, comme décrit dans le livre "Quand la grâce abonde" de Roy Godwin.

Le principe des **Maisons Locales de Prière** est que 2 ou 3 personnes décident d'«adopter» une région, un lieu, une ville, un quartier pour Jésus, et commencent à prier pour que le Royaume de Dieu s'établisse à cet endroit. Par un engagement concret, elles permettent à la bénédiction de Dieu de se déverser et d'avoir une action en profondeur pour les personnes et les lieux. Les **Maisons Locales de Prière** sont basées sur la prière et profondément missionnelles.

Les CASS, en partenariat avec des églises locales, offre une occasion unique de suivre une formation avec Anne de Leyser qui permettra d'explorer certains des principes clés des **Maisons Locales de Prière** dans le but, pour les participants, d'en créer une dans leur région ou communauté.

les CASS
vous proposent
une rencontre

avec

ANNE DE LEYSER

en soirée ou
en journée

entre le **9** et **14**
MARS 2020

dans différentes
régions de Suisse
romande

plus d'informations
bientôt sur

www.cass-romandie.org

ANNE DE LEYSER, directrice du ministère des **Maisons Locales de Prière** à Ffald-y-Brenin.

Les « Maisons Locales de Prière » est un des ministères clés qui a émergé du centre de retraite spirituelle de Ffald-y-Brenin. Anne exerce son ministère dans tout le Royaume-Uni et à l'international. Elle a développé des ressources de formation simples qui ont été traduites dans plus de 15 langues. Elle a formé des dirigeants dans le monde entier aux principes des Maisons Locales de Prière.

Anne a siégé au conseil d'administration de Tearfund (Espoir pour la faim) et d'Interhealth et fait actuellement partie du conseil d'administration britannique de Mission India et de « The Wall ». Ingénieur diplômé, elle a une maîtrise en planification du développement rural. Elle a travaillé pendant 18 ans dans une société de conseil spécialisée dans le leadership et le développement organisationnel. Elle a auparavant vécu et travaillé en Inde, au Malawi, en Tanzanie, au Mozambique et au Sénégal.

Anne est mariée à David et ils ont deux fils. Anne et David fréquentent l'église locale du village où ils habitent.

27 - 29 mars 2020 | Congrès
national UEMP à Arcachon

La souffrance des soignants

activités

AGENDA 2020

JANVIER 4-5

Rencontre des responsables CASS Europe en Israël

6-11

Semaine de prière CASS Europe en Israël
Semaine de prière en Suisse

Parallèlement à la retraite en Israël, un soutien dans la prière sera organisé **en Suisse**.

Si vous êtes intéressé, contactez-nous à info@cass-romandie.org



FÉVRIER 5

1^{er} mercredi du mois : journée de prière pour le monde de la santé

MARS 1

Journée des malades en Suisse - chaîne de 24h de prière pour notre système de santé

4

1^{er} mercredi du mois : journée de prière pour le monde de la santé

7-8

Assemblée générale et retraite CASS à St-Loup

9-14

Semaine avec Anne de Leyser sur la Suisse romande

27-29

Congrès national UEMP à Arcachon

AVRIL 3

1^{er} mercredi du mois : journée de prière pour le monde de la santé

4

Formation SALINE (1) à Yverdon

MAI 9

Formation SALINE (2) à Yverdon

JUIN 12-14

Week-end TIME OUT à St-Loup

Union Evangélique Médicale et
Paramédicale
c/o Evelynne Grelier (secrétaire)
23 Rue Félix Chobert
95500 Gonesse
France
tél. 06 17 79 53 35 | 01 34 53 89 09
uemp@wanadoo.fr
<https://www.uemp.org>

Healthcare Christian Fellowship
International
P.O. Box 11955
Rynfield, 1514 Gauteng
South Africa
<http://www.hcfi.info>

notre RÊVE, c'est de voir des personnes...

ÊTRE **C**ONNECTÉES
VIVRE LEUR **A**PPEL
RECEVOIR UN **S**OUTIEN
AFIN DE **S**ERVIR

Dieu et leurs prochains dans notre système de santé

CASS
Chrétiens Au Service de la Santé

C.A.S.S. | Route de Neuchâtel 5 | CH-2088 Cressier
+41 (0)32 767 13 35 | info@cass-romandie.org | www.cass-romandie.org

Visitez notre BOUTIQUE EN LIGNE <https://boutique.cass-romandie.org>