



Présents!

Souvent, lorsque nous accompagnons une personne souffrant d'une maladie incurable et dégénérative, nous ressentons une profonde « impuissance » à l'aider à moins souffrir et à trouver un sens à sa vie actuelle, n'est-ce pas?

Ce qu'il nous reste de meilleur à offrir à cette personne c'est notre présence. De quelle présence s'agit-il au juste?

Pour les bénévoles Perce-Neige, être présents signifie d'abord une présence physique. Un contact visuel et chaleureux, une posture ouverte et détendue qui indique à la personne aidée tout l'intérêt et le respect que nous lui portons.

Non seulement le bénévole est-il physiquement « avec » la personne, mais il imprègne aussi sa présence de toute l'attention nécessaire à l'écoute des besoins et des désirs de celui ou celle qui souffre. Son écoute attentive se manifeste davantage par son langage non verbal et son attitude bienveillante que par ses paroles. C'est dans ces moments privilégiés que les silences « écoutés » et « partagés » témoignent de l'importance et du sens que le malade accorde à ce qu'il est en train de vivre. Nous ne comprenons pas toujours ces silences, toutefois nous sommes là, présents pour la personne. Elle n'est pas seule.

L'accompagnement que nous proposons comme bénévoles implique une relation à deux, minimalement. Ce lien se tisse entre deux personnes attentives l'une à l'autre. Pour être présent de façon efficace à l'autre personne, le bénévole se doit d'être attentif à lui-même, bien conscient de ses limites, de ses émotions et de ses distractions. « Ce que nous sommes est aussi important que ce que nous faisons »*.

Malgré ses imperfections, l'accompagnateur offre tout de même de son temps et de son « cœur » pour assurer à la personne souffrante (et à son entourage) l'occasion d'une relation significative, d'une relation ouverte « [...] » qui favorise l'émergence, dans le cœur du malade, de ses propres moyens d'adaptation, particulièrement la découverte d'un sens... »*.

En cette période de l'année, nous sommes nombreux à réfléchir aux liens qui nous unissent à ceux qu'on aime. Le plus beau cadeau que l'on pourra offrir à Noël sera sans doute notre présence affectueuse. N'attendons pas que nos proches soient malades pour resserrer les liens qui font vivre.

« Quand nous marchions sous la pluie, mon maître me disait: - Ne marche pas si vite, la pluie est partout. » — Shunryu Suzuki.

Et si on prenait le temps de vivre et d'aimer malgré nos soucis quotidiens?

Joyeuses Fêtes!

*NADEAU, Gilles. *Les cahiers des soins palliatifs*, Vol. 7, n°1, Les publications du Québec, 2006.



Les bénévoles du service d'entraide et d'accompagnement Perce-Neige Kamouraska

Sur la photo (de gauche à droite): Nicole Pelletier Audet, Paul Piché, Paulette Dionne, Lucette Lévesque, Gilles Lévesque, Suzanne Picard, Hélène Côté-Cottinet, Aline Beaulieu, Myriam Santerre et Joanie Fortin (coordonnatrice des bénévoles Perce-Neige).

Absent de la photo : Laurence Caron, Rita Leblanc-D'Anjou, Raymonde Leclerc, Liette Lévesque-Grandmaison et Louis Roy.



Vous avez besoin d'aide, d'information ou encore vous souhaitez devenir bénévole? Contactez-nous!