

EDITORIAL

CHICHE!

Notre présidente me proposant, pour la rentrée, de faire le texte de cet éditto, je lui répondis que je n'avais rien à dire. Eh bien, parles-en me dit-elle. Chiche!



Mieux vaut donc vous parler franchement : je n'ai rien à dire !

Je m'adresse donc à tous les gens pressés, ceux qui vivent à cent à l'heure, ceux qui, comme moi autrefois, confondent vivre et s'agiter ... Ils peuvent sans remords tourner la page et passer leur chemin, ce qui suit ne peut que leur faire perdre « leur temps ».

Maintenant que nous sommes entre-nous pour parler de tout et de rien ou plutôt, comme prévu, de rien que de tout, voici une première remarque.

Ce n'est pas Raymond Devos qui me contredirait si j'affirme que ce n'est pas parce que l'on n'a rien à dire qu'il ne faut pas en parler, voire en faire un éditto. J'aurais même pu en faire encore moins - moins que rien - c'est à dire rendre une feuille blanche. Mais même une feuille blanche, tout comme un bulletin de vote blanc, cela est mieux que rien et conserve son sens propre.

Je sais d'expérience que ne rien dire, faire silence, peut être lourd de sens et permettez-moi une parenthèse en tant qu'accompagnant.

(J'ai le souvenir indélébile d'une banale chambre d'hôpital, à la nuit tombée, près d'un malade au souffle court et à la fin de vie proche. Quand deux mains se serrent, et que les paroles prononcées sont si faibles et si rares qu'il faut aller en chercher le sens entre les mots, entre les maux, mieux vaut alors laisser s'installer le silence (1).

Je sais des silences paisibles et joyeux, des silences plombés d'angoisse, mais aussi des silences habités par une présence partagée, palpable et bienfaisante.

Je sais des moments où tout peut se dire et se comprendre dans un silence libérateur.)

Mine de rien, et au delà de cette parenthèse, je constate que votre écoute est admirable car vous m'avez accompagné jusque là - plus nombreux que l'on ne croie - tout en sachant que vous pouviez vous arrêter dès les premières lignes. Je vous dois donc reconnaissance et vous délivre un secret : le sens de cet "**éditto pour ne rien dire**" est un sens caché, caché entre les lignes ! (2)

Si vous voulez le découvrir il vous faut donc le relire, mais entre les lignes, et avec tous vos sens éveillés!

Chiche !

Jacques Gelé
bénévole accompagnant

(1) « Si ce que tu as à dire n'est pas plus beau que le silence, alors tais-toi. »

Proverbe chinois.

(2) « Il faut aussi savoir lire entre les rides » Paroles d'accompagnant

JALMALV

Jusqu'à La mort accompagner la vie.

Association loi 1901
reconnue d'utilité publique.

Siège social de JALMALV
Loire-Océan :

13, rue du pays de Galles
44000 NANTES

Tél./fax : **02 51 88 91 32**

E.mail : Jalmalv.lo@wanadoo.fr

L'équipe de Rédaction

- Responsable de publication :
Marie Ireland.

- Coordination, saisie, mise en
page, tirage et distribution :
Jacques Gelé, Véronique Héno,
Malcy de Lassat.

- Rédaction :
Les responsables de l'associa-
tion... **et vous les adhérents!**

N'hésitez pas à nous transmettre
vos idées et vos textes.

Contactez le : 02 51 88 91 32

Prochain bulletin, N°24 :

Octobre - Nov. - Décembre 2002.



Distribution pré-
vue vers le 20
décembre. Pour
une bonne tenue
du planning de
parution, merci
de proposer vos
articles avant fin
novembre.

Permanences

Les permanences ont lieu au local aux
heures suivantes :

Lundi : 12h30-17h30

Mardi : 9h-17h30

Mercredi : 9h-17h30

Jeudi : 9h-17h30

Vendredi : 9h-17h30

POINT DE VUE SUR LA MORT

Si l'on interroge l'histoire de la philosophie quant à la MORT, deux conceptions s'opposent, dans lesquelles le monde contemporain pourra peut-être se reconnaître :

LA CONCEPTION d'EPICURE :

« Tout bien et tout mal résident dans la sensation... Or la mort est privation de sensation ... » Elle n'est donc ni un bien, ni un mal... Elle n'est rien !

« La mort et moi, nous ne nous rencontrerons jamais. Si je suis là, la mort n'est pas... Si la mort est là, je ne suis plus ... »

Pourquoi donc craindre la mort ? Pourquoi penser à la mort ?

LA CONCEPTION de PLATON

A ses amis qui pensent « qu'au moment où l'homme meurt, son âme (sa conscience) se dissipe dans le néant » et qui avouent leur peur, leur désir d'apprendre à ne pas craindre la mort ...

SOCRATE répond :

« Les amis de la CONNAISSANCE savent que lorsque la philosophie a pris la direction de leur âme, elle était véritablement soudée au corps et forcée de considérer les REALITES à travers les barreaux d'une prison ... Dans une ignorance absolue ... La philosophie a pris leur âme dans cet état, elle l'encourage doucement, s'efforce de la délivrer, lui montrant que, dans l'étude de la REALITE, le témoignage des yeux est plein d'illusions, plein d'illusions aussi des oreilles et des autres sens... »

En quittant le corps,

si l'âme est IGNORANTE, « parce qu'elle était toujours avec lui...au point de croire qu'il n'y a rien de vrai que ce qui est corporel ... alourdie, tirée en arrière vers le monde visible, elle s'égaré elle-même, est en proie au vertige, comme si elle était ivre ... »

si l'âme est CONNAISSANTE, « si elle s'exerçait, se recueillait en elle-même par un continuel exercice, elle s'en va, heureuse, vers ce qui est semblable à elle, vers ce qui est invisible, immortel, sage... »

si l'âme est immortelle, il faut en prendre soin , non seulement pour le temps qui dure : ce que nous appelons « vivre », mais pour le temps à venir ... Il semble qu'on s'expose à un grand danger si on la néglige... »

« Cela vaut la peine de courir le risque de l'IMMORTALITE car le risque est beau ! »

Extraits d'EPICURE : Lettre à Ménécée
Platon : « Le Phédon »

(1) cf. le DIALOGUE qui traite des dernière instants de la vie de SOCRATE.

Textes proposés par
Odette Garcia

DEPART

Le contrat de Véronique Héno prenant fin en octobre, elle va nous quitter à cette période.

Comme nous vous l'avons déjà signalé (1) elle avait été recrutée comme permanente en 1996 c'est à dire au moment où l'association était en forte croissance.

Véronique était chargée de la coordination et de l'accueil. Ayant vécu le développement de l'association pendant 6 ans sa connaissance des différentes activités et rouages de Jalmalv était un atout précieux pour aider chacun d'entre-nous et soulager la charge des bénévoles.

Nous la remercions pour tout le travail accompli ainsi que pour ses qualités d'écoute et d'accueil qui ont contribué à la bonne image de notre association.

Parallèlement Véronique a suivi une formation universitaire en Relations humaines, animation de groupe et relation d'aide, ainsi qu'un D.U. Deuil et à ce titre elle sera probablement amenée à proposer ses services à Jalmalv dans le cadre de la formation (voir ci-dessous « Formation »).

Nous lui souhaitons donc bonne chance dans la poursuite de sa vie professionnelle.

(1) « Si Jalmalv m'était conté » N° 22

BIENVENUE

Nous souhaitons la bienvenue parmi nous à Malcy de Lassat qui a été embauchée dans le cadre d'un CES.



FORMATION

Un stage Jalmalv animé par Véronique Héno s'est déroulé au CFP de Saint Père en Retz dans le cadre de la formation d'auxiliaires de vie.

Le bilan très positif de ce stage laisse prévoir d'autres actions de ce type dans l'avenir.

COMPTABILITE

Les services d'un expert comptable vacataire ont été requis pour s'assurer que la tenue des comptes se fasse bien dans les règles de l'art.

SI JALMALV M'ETAIT CONTE



Nous vous avons annoncé la fin de cette rubrique. C'était sans compter sur le développement, depuis quelques années, de l'activité « formation » proposée par Jalmalv-lo.

Et cette activité vaut bien, à elle seule, un épisode, le dernier .

Courant 1999, l'association décide de passer **Centre de Formation** et de demander un numéro d'habilitation à la Direction Régionale de la Formation Professionnelle.

En effet, l'esprit soins palliatifs se développant, des besoins en formation se sont très vite fait sentir, tant auprès des professionnels (maisons de retraite, associations d'aides à domicile, etc), qu'auprès de personnes intéressées à titre individuel (aide-soignantes, psychologues ou particuliers souhaitant s'initier à la fin de vie) .

Pour les entreprises, des sessions de 16 à 20 heures sont élaborées, à raison de 4 heures par semaine, afin de ne pas perturber la vie dans les services. La formation porte surtout sur la psychologie du vieillissement, les deuils dans la vie et l'accompagnement.

Pour les futurs accompagnants, ces sessions s'étalent sur 21 heures soit 3 samedis. La formation s'oriente vers l'écoute et la fin de vie.

Peu à peu, au fil de l'expérience et avec l'aide de la Cnam / Sfap (Caisse Nationale d'Assurance Maladie et Société Française de Soins Palliatifs) qui nous assurent une aide financière, ces sessions s'affineront tant au plan de l'apprentissage qu'au plan financier. En effet, l'aide apportée par la Cnam / Sfap qui soutient ces formations à la suite de la loi Kouchner de Juin 99 permet un coût beaucoup plus abordable pour les stagiaires. En formation initiale, les stages « Accompagnement de fin de vie », « Écoute » premier et second niveau ont la priorité, ainsi que les groupes de paroles. En formation continue sont régulièrement abordés des stages sur le deuil, les rites de deuil, l'accompagnement en soins palliatifs, l'importance du Toucher dans l'accompagnement. Un séminaire en résidentiel sur quatre jours et trois nuits ont rassemblé des accompagnants qui ont travaillé sur leur propre relation à la mort. Expérience très enrichissante.

Le nombre des accompagnants augmente, les groupes de paroles et groupe de soutien se développent. Les maisons de retraite font appel à nous.

L'association connaît un nouvel essor et tous ceux qui sont intéressés par ses objectifs seront toujours les bienvenus, que ce soit dans l'accompagnement ou dans les tâches de gestion.

Marie Ireland

Fin

LES BREVES



Soutien

VIVE LA RENTREE

Pour les accompagnants la rentrée a été marquée par le traditionnel « repas des accompagnants » le 1er jeudi de chaque mois.

Chacun a pu en profiter pour s'inscrire - si ce n'est pas encore fait, ne plus attendre - à l'un des trois groupes de soutien pour ce nouveau départ après les vacances.

GRAND OUEST

Les référents des associations du Grand-Ouest se sont retrouvés le 8 juin à Rennes « comme d'habitude ». Accueil chaleureux « comme d'habitude »

Le bilan des journées nationales 2002 a été abordé ainsi que le lieu et le thème des journées 2004.

Un premier échange a été ébauché sur la formation de futurs bénévoles accompagnants.

Pourquoi pas Nantes en 2003 ? Mais quel contenu ? Sujet à approfondir ?

A noter que le secrétariat du Grand-Ouest qui tourne tous les 2 ans a été confié à jalmalv 22, 6, rue Balzac St Briec 22000.

Si vous êtes intéressés par nos activités régionale vous serez les bienvenus à notre prochaine réunion le 5 octobre à Rennes.

CONFERENCE

Il est prévu à Nantes, salle de la Manu, une conférence sur le thème de « l'entrée en institution » avec Denis Landry, psychologue. La date n'est pas encore fixée (courant novembre ou début décembre).

ANTENNE DE CHOLET

Le C.A. a décidé d'attribuer une somme de 152€ pour développer la bibliothèque de cette antenne.

Par ailleurs, lors du dernier trimestre, une conférence est prévue à Cholet sur le thème des soins palliatifs.

ANTENNE D'ANCENIS

L'équipe d'Ancenis reprend ses permanences à partir d'octobre. Elles auront lieu le 3^{ème} Jeudi du mois de 10 h 30 à 12 h, salle Montesquieu, rue St Fiacre (en face du Cinéma Eden).

Ces permanences ont pour objectif d'accueillir les personnes en deuil ou accompagnant un grand malade. Vous y trouverez une écoute, des informations sur l'association, des livres et cassettes à emprunter.

BIBLIOTHEQUE

Dans le précédent bulletin, il était fait appel aux volontaires pour participer à un travail de discussion-critique de la revue fédéral. Ce groupe est encore ouvert et vous pouvez y participer en contactant Claude du Closel, Sophie Blandin, ou le secrétariat qui transmettra.

LES GROUPES DE DEUIL

Des groupes de paroles de personnes en deuil se constituent dès que 8 à 10 demandes sont formulées. Dans un premier temps nous recevons les nouveaux venus en entretien individuel afin de faire connaissance et de préciser le fonctionnement de ces groupes.

Si dans votre entourage, vous connaissez des personnes susceptibles d'être intéressées, n'hésitez pas à leur transmettre l'information ; la mise en route d'un groupe peut parfois prendre un peu de temps. Un nouveau groupe débute le 23 septembre ; il est possible qu'un autre groupe démarre dans les mois qui suivent selon les demandes que nous recevrons.

Par ailleurs nous avons reçu le témoignage suivant d'une participante à un groupe de deuil.

Bonjour, je m'appelle Paquita, j'ai 25 ans et j'ai été adhérente au groupe (de deuil, NDLR) JALMALV.

En décembre 2000, j'ai perdu mon concubin, décédé d'un accident de voiture...Pensant ne pas faire face du tout à ce deuil, j'étais à la recherche d'une aide supplémentaire extérieure pour pouvoir m'aider à m'en sortir. Puis on m'a fait prendre connaissance de cette association, c'était justement ce que je cherchais : pouvoir rencontrer des personnes ayant comme moi perdu un être cher et vivant les mêmes choses que moi : pouvoir en parler librement, partager les expériences, vider tout ce qui porte à cœur en se faisant comprendre, pouvoir s'aider à répondre à nos questions pour y voir plus clair mais surtout pouvoir libérer nos sentiments sans qu'il y ait derrière aucun jugement de la part des autres.

Libérer sans gêne nos colères, nos peines, nos détresses...

Cette association m'a beaucoup apporté. Les premières séances étaient assez difficiles : déjà d'une part la douleur du deuil était très forte et le fait de se lancer à parler avec des gens que l'on ne connaissait pas et d'aborder des sujets très personnels qui nous faisaient souffrir...et puis très vite, on arrive à parler de plus en plus facilement. On a tellement de questions qui nous tracassent, tellement besoin de partager nos problèmes avec des gens qui vivent les mêmes choses et de savoir comment eux le vivent, que le temps d'une séance devient trop court. Quand on repart, on se sent (du moins pour ma part) libéré d'un poids, un peu soulagé et rassuré de savoir que certains de nos comportements, nous paraissent étranges et inquiétants pendant notre travail de deuil. Ce sont des étapes normales à franchir, et c'est pour beaucoup de personnes pareil, donc un peu rassurant.

Je fus cependant surprise de constater combien les deuils pouvaient être différents ainsi que le comportement des gens sur pas mal de sujets concernant le deuil...

J'ai beaucoup apprécié le « fonctionnement » de l'association, le procédé des animateurs, le déroulement des réunions. Nous étions libres d'aborder les sujets qui nous tenaient à cœur. Les animateurs savaient nous faire poser les bonnes questions aux bons moments. Ils arrivaient à capter quand nous étions bien ou pas et nous faire partager tout ça avec les autres pour pouvoir en discuter. Au début des premières réunions, je trouvais qu'un mois entre deux séances c'était trop long. J'attendais beaucoup de cette association pour qu'elle puisse m'aider. J'en aurais voulu beaucoup plus souvent. Le deuil étant un travail tellement dur qu'on s'attache à tout ce qui est susceptible de pouvoir nous aider. Puis avec le temps, on se rend compte que tout ne dépend que de nous, que ce travail de deuil c'est à nous de le faire et que cette association, c'est juste un plus pour nous aider à y voir plus clair et nous permettre d'avancer...A la fin de l'année, je trouvais par contre qu'un fois par mois c'était bien. C'était comme une mise à jour du mois que l'on venait de passer : les changements, les événements qu'il y avait eu pendant ce mois passé...les améliorations constatées etc...

Je suis bien contente d'avoir pu assister à ces réunions. Ce qui est dommage, c'est qu'il n'y en ait pas plus un peu partout, à l'accessibilité de tout le monde. Je suis sûre que beaucoup de personnes dans de mêmes cas que nous, aimeraient pouvoir y participer mais ne peuvent pas ; mal connu, manque de transport, manque de temps...

Je terminerai ce courrier en remerciant les animateurs ainsi que les membres de l'association qui m'ont apporté beaucoup. ...et je souhaite aux nouveaux adhérents qui auront peut-être l'occasion de lire ce texte, s'ils sont dans la même situation que moi, une étape très difficile de leur vie, beaucoup de courage dans leur travail de deuil et quelques mots que j'ai envie de leur dire : la vie vaut vraiment la peine d'être vécue, il faut se battre !!!...même si ça peut paraître incompréhensible...Il y a tellement de belles choses autour de nous...Donnons nous la peine de les regarder, ne passons pas à côté de tout ça. Battons nous pour ceux qui nous ont quittés...Montrons leur que par eux, on ne se laissera pas abattre, on sera encore plus forts, on arrivera à surmonter tous ces moments difficiles.

Il faut qu'ils soient fiers de nous là où ils sont.

BATTONS NOUS, SOYONS FORTS.
MERC!

AGENDA

Date à retenir : (certaines peuvent changer au dernier moment, tenez-vous informé)

Atelier de sensibilisation le 27 et 28 septembre 2002.

Stage accompagnement de fin de vie : le 21 septembre, le 5 octobre, le 16 novembre, animé par Jean Branchereau.

Atelier d'écoute 2 : le 19 octobre, le 16 novembre, 14 décembre, animé par Hilaire Babarit.

Repas des bénévoles accompagnant le 3 octobre, le 7 novembre, 5 décembre.

Groupe de soutien Nantes le 2 octobre à 20 h et le 3 octobre à 14 h animé par Blandine Branchereau.

Réunion des psychologues le 7 octobre à 19 h.

Conseil d'administration le : 25 novembre 2002 à 20 h.

A partir du 14 octobre 2002, nouveaux horaires de permanence du local :

Lundi de 9 h 30 à 17 h, Mardi de 9 h à 16 h 45, Mercredi, jeudi, vendredi de 9 h à 17 h.