

EDITORIAL

VIEILLIR DANS LA DIGNITE

Durant les prochaines décennies, la population des pays riches est appelée à vieillir, ce n'est un secret pour personne.

La grande question qui se pose est de savoir de quelle façon nos anciens vont vieillir. Dans ce domaine, il me semble que le manque d'anticipation est notoire, à l'image des 15 0000 morts qu'il aura fallu pour que l'on s'émeuve du manque de salons climatisés dans la plupart de nos établissements ouverts au troisième âge.

Il est vrai que beaucoup de personnes âgées vieillissent bien, s'assument, avancent dans leur vie et l'on voit des octogénaires et des nonagénaires mener vaillamment la barque du grand âge.

Mais quelques scènes pénibles ont émaillé mon été et m'ont poussée vers certaines réflexions.

Une dame qui hurlait longuement dans sa chambre car le reste du groupe, dans une maison de retraite, refusait sa présence au salon : elle était désorientée.

Une jeune retraitée, souffrant d'une psychose maniaco-dépressive, régulièrement internée, revenait lorsqu'elle était stabilisée dans une maison de retraite de bonne renommée. Parler, rire, jouer à des jeux de société lui faisaient le plus grand bien. Mais elle était enfermée à l'étage supérieur, avec des personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer, avec qui elle n'avait aucun contact.

Une vieille dame de 87 ans partageait sa vie hebdomadaire entre un époux fatigué et ses enfants. Trois jours avec l'un, quatre avec les autres. Elle aussi « perdait un peu la tête » et j'ai vu maintes fois son entourage lui mentir afin d'éviter toute agitation. Alors que son mari repartait pour son appartement à la ville et qu'elle s'en inquiétait, la famille en chœur lui affirmait qu'il s'éloignait pour seulement cinq minutes...

Il serait intéressant de se pencher sur cet avenir que nous réservons aux vieillards en souffrance.

Soins palliatifs pour personnes désorientées en établissement : les réunir, les stimuler, chanter, leur parler, frapper dans les mains, en un mot maintenir autour d'eux **la vie** car ils le sont, en vie.

Et surtout ne jamais leur mentir, les aider à affronter la réalité qui, pour eux est moins traumatisante que le mensonge.

C'est un travail que Jalmalv pourrait entreprendre dans les établissements et auprès des familles qui tiennent à s'occuper de leurs anciens avec amour certes, mais ne savent pas toujours comment. Des articles dans la presse, des conférences, de simples informations à faire circuler pour que cet avenir qui s'étire devant nous, ne soit pas un chemin de souffrance, mais une succession de sérénité, d'apaisement, voire de bonheur.

Marie Ireland
Secrétaire générale Jalmalv I-o

JALMALV

Jusqu'à La mort accompagner la vie.

Association loi 1901
reconnue d'utilité publique.

Siège social de JALMALV
Loire-Océan :

1, rue d'Angleterre
44000 NANTES

Tél./fax : **02 51 88 91 32**
E.mail : Jalmalv.io@wanadoo.fr

L'équipe de Rédaction

- Responsable de publication :
Marie Ireland.
- Coordination, saisie, mise en page,
tirage et distribution :
Jacques Gelé, Marie-Hortense Le-
bris, Malcy de Lassat.

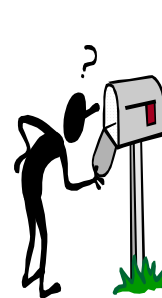
- Rédaction :
Les responsables de l'associa-
tion... **et vous les adhérents!**

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

Contactez le : 02 51 88 91 32

Prochain bulletin, N°36 :

Octobre-Novembre-Décembre



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 : 9h30-17h
Mardi : 9h- 16h45
Mercredi : 9h-17h
Jedi : 9h-17h
Vendredi : 9h-17h

Ne confondons pas " geste d'amour " et " geste de désespoir "

Les médias ont massivement présenté Marie Humbert comme une héroïne, ayant accompli un « geste d'amour », mais ils se sont interdit, d'une manière qui en dit long sur nos mœurs journalistiques, de questionner les soignants sur cette tragédie alors que leurs témoignages, tels qu'ils ont pu filtrer dans de rares entretiens, ont offert une version très différente de celle fournie unilatéralement par la mère de Vincent et le co-auteur du livre que celui-ci a publié. Il faudra, un jour, s'interroger sérieusement sur la promotion par notre société de tous ces gestes tragiques, ces gestes d'impuissance, qui sont des gestes meurtriers soudainement convertis en « gestes d'amour », expression devenue l'arme absolue des avocats dans les prétoires, le sauf-conduit des gazettes pour s'épargner toute réflexion, l'excuse imparable permettant de justifier la lassitude et les décisions, certes compréhensibles, de ceux qui vivent des situations douloureuses. Là où l'indulgence et la clémence, voire le mutisme respectueux, devraient suffire, l'on veut exalter et donc encourager la transgression.

Qui ne voit qu'ainsi, indirectement mais efficacement, on dévalue la générosité discrète et quotidienne des actes altruistes ?

En disant cela, je sais que je m'attaque à un mythe, à une icône vivante. Ce n'est évidemment pas la personne de Marie Humbert que je vise ici, mais tout un système médiatique qui exploite la détresse humaine et exonère chacun de ses capacités d'information et de réflexion. Cette femme s'est trouvée prisonnière d'une situation qu'on ne peut souhaiter à personne de connaître, d'une histoire émouvante à la hauteur des tragédies antiques. Face à son fils Vincent qui l'implorait de lui donner la mort, elle a choisi, après avoir résisté à cette terrible demande, d'accéder à ce qu'il exprimait et qui était d'abord le désir de ne plus peser sur la vie de sa mère. Vincent a cru donner sens à ses derniers mois en devenant une vedette très médiatisée, mais une vedette de la mort. Le frisson qui a parcouru la France devant le drame de ce jeune homme avait quelque chose de profondément malsain : n'était-ce pas l'odeur de la mort annoncée qui provoquait tant d'émotion et d'intérêt ? Le malaise s'est accentué lorsque le livre qui racontait la décision de Vincent fut mis en vente le jour même de la tentative d'empoisonnement de Marie Humbert (tentative ratée, « acte manqué » diraient peut-être les psychanalystes : une mère veut-elle vraiment tuer son fils ?). Un éditeur peu scrupuleux dans le lancement de la campagne promotionnelle du livre avait décidé de coordonner la mise en vente avec le geste meurtrier. Le succès marchand fut à la hauteur de ses espérances. Et la télévision ne fut pas en reste qui donna complaisamment et longuement la parole aux personnes mises en examen, Marie Humbert et le docteur Chaussoy, mais jamais aux équipes soignantes de Vincent.

Cette affaire m'en rappelle une autre. En Belgique, en 1962, une mère, avec la complicité de membres de sa famille et de son médecin, avait tué son bébé atteint d'une malformation grave et l'opinion avait bruyamment applaudi le verdict d'acquiescement prononcé à Liège. Un homme, qui n'avait rien d'un moraliste sirupeux, Morvan Lebesque, fut l'une des rares personnalités à ne pas se laisser submerger par l'émotion. Voici ce qu'il écrivait dans le *Canard enchaîné* et qui peut aujourd'hui encore nous aider à réfléchir. « Il fallait leur pardonner, je le répète. Il fallait les acquitter. Mais on ne les a pas acquittés. On les a appelés des « saints », des « héros », des « martyrs ». On a célébré leur « courage surhumain », leur « pitié sublime ». Une foule en délire les a réclamés au balcon, « comme le roi et la reine » ; on hurlait de joie dans les rues, on a couvert ces « héros » d'une montagne de fleurs, on les a portés en triomphe et conduits en cortège jusqu'à la brasserie où ils ont joyeusement fêté le verdict ». [...] Samedi, Liège a bradé l'idéal pour lequel tant d'hommes ont lutté pendant des siècles : *la vie humaine est un absolu.* »

Jacques Ricot

STAGE DE SENSIBILISATION

Le prochain stage de sensibilisation aura lieu les 4 et 5 novembre 2005 au local de l'association.

Rappelons que ce stage s'adresse principalement aux futurs accompagnants et permet aux personnes concernées, avant d'entreprendre une formation d'accompagnant, de confirmer leur motivation par rapport aux objectifs de Jalmalv.

Il peut s'adresser aussi à quiconque désirant approfondir, par un travail de réflexion et d'intériorisation personnel et collectif, ses repères par rapport à la mort.

ACCOMPAGNANT EN HERBE

Ce texte glané sur Internet nous montre bien que même à 5 ans on peut avoir tout compris de ce qu'est un accompagnement de quelqu'un qui souffre.

Un jour, on demanda à l'écrivain Léo Buscaglia d'être juge dans un concours (Québec) consistant à trouver l'enfant qui avait le plus grand cœur.

Le gagnant fut un petit garçon de 5 ans dont le voisin d'à côté était un vieux monsieur qui venait de perdre sa femme.

Lorsque le garçonnet vit le vieil homme pleurer dans sa cour, il s'approcha de lui, s'assit sur ses genoux et resta là sans bouger.

Lorsque sa mère demanda à son fils ce qu'il avait dit au voisin pour le consoler, l'enfant répondit :

« Rien, je l'ai seulement aidé à pleurer. »

BIBLIOTHEQUE

Merci à Danièle BOUCHER, nouvelle bénévole accompagnante, d'avoir pris en main le suivi de la bibliothèque.

Première urgence : faire "revenir" les livres que certains emprunteurs ont l'indélicatesse de conserver, en voici quelques exemples :

- La mort, ma plus belle expérience (Jankovitch)
- Vivre avec celui qui va mourir (Dr Abiven)
- Vivre son deuil et croître (R. Poletti, B. Dobbs)
- Le défi de l'âge... (Lucie Harpille)
- Voyage au bout de la vie (B. Martino)
- L'Amour ultime (M. de Hennezel)
- Douleur cancéreuse et son trait. (Lucie Harpille)
- Soins palliatifs, réflexion et pratique (Salamanche)
- Les malades prennent la parole (la Ligue)
- La mort intime (M. de Hennezel)
- Vivre auprès d'un proche malade (C. Faure)
- Relation d'aide & amour de soi (C. Portelance)
- Toute une vie pour une belle mort (E. K. Ross)
- Il n'est jamais trop tard (M. Vaillant)
- Ré apprivoiser la mort (P. Ven Eersel)

Merci aux personnes concernées de faire l'effort nécessaire pour retourner ces livres dès que possible.

PERMISSION DE MOURIR

Les faits sont là : les Accompagnants bénévoles de Jalmalv Loire-Océan ne sont pratiquement jamais sollicités pour intervenir dans le milieu hospitalier, malgré les besoins. On les retrouve donc essentiellement en Maisons de Retraite.

Mais cet accompagnement en Maisons de Retraites se heurte assez souvent à l'impossibilité d'une présence jusqu'à son terme auprès des résidents qu'ils accompagnent. En effet il n'est pas rare que lors d'une visite, et alors que l'accompagnement se poursuit depuis de nombreux mois, voire des années, on constate que la personne a été hospitalisée aux urgences et qu'elle y est décédée.

La frustration n'est pas tellement pour le bénévole mais pour le résident auquel il continue de penser sachant très bien que, très généralement, celui-ci ne voulait pas être hospitalisé mais souhaitait en conscience attendre tranquillement sa fin sur place.

Le cas de l'hospitalisation des grands vieillards au moment de leur fin de vie n'est pas simple dans notre société où la mort est un sujet tabou. Dans ces cas là, entre le médecin traitant, l'institution, la famille et... l'intéressé, je ne sais pas qui décide, ni sur quel critère ni comment, mais je sais qu'à chaque fois qu'un sujet est tabou les décisions se prennent dans la précipitation, la peur ou l'angoisse et que le résultat va facilement à l'encontre du bon sens et, dans notre cas, à l'encontre des souhaits du principal intéressé. Apprendre à donner à ceux qui le désirent la permission de mourir devrait être une proposition simple et pourtant nous en sommes loin.

La législation récente donne pourtant la primauté au patient (1) mais celui-ci est-il sérieusement consulté? En arrivant dans une institution, aborde-t-on cette problématique avec les futurs résidents? Leur dit-on simplement, alors que leur santé permet à ce moment-là d'en parler sans trop de solennité et de stress : "nous allons faire en sorte que votre séjour soit le plus agréable possible mais avez-vous réfléchi, avec votre famille, à votre fin de vie qui se présentera forcément un jour ou l'autre ? Avez-vous, comme la législation vous l'autorise, l'intention de rédiger vos directives dans ce domaine pour le cas où vous seriez un jour hors d'état d'exprimer votre volonté?"

Bien sûr les médecins, qui sont les premiers acteurs et décideurs, ont pour vocation de respecter la vie et de lutter contre la mort. Encore faut-il qu'ils n'oublent pas que mourir est aussi un acte de la vie. Que signifie le respect de la vie s'il s'exerce au détriment du respect de la personne en fin de vie?

Dans un livre Marie de Hennezel (2) note :

"On se demande si l'on peut encore, à notre époque, mourir de "mort naturelle". Je pense évidemment à ces personnes âgées qu'on nourrit parfois de force en leur mettant une sonde gastrique alors qu'elles voudraient s'en aller et refusent de manger, ou tout simplement aux pneumonies qui permettraient autrefois aux grands vieillards de mourir, et qu'on traite presque systématiquement avec des antibiotiques, sans évaluer si cette décision de prolonger la vie a un sens pour celui que l'on soigne. Une personne âgée a son mot à dire sur les traitements qu'on va lui faire et sur la façon dont elle va mourir.

Et elle rapporte les paroles du professeur Glorion (ancien Président du Conseil de l'Ordre des médecins) à propos de sa mère très âgée :

" Elle a commencé par quitter son fauteuil pour rester au lit. Puis elle a dit qu'elle ne voulait plus manger. Au fond, elle avait tous les signes du syndrome de glissement. On aurait pu la forcer à manger, mais on ne l'a pas fait. Elle n'avait pas envie qu'on la soigne. On l'a donc respectée. mais on lui a donné tout ce qu'il fallait pour qu'elle ne souffre pas, parce qu'elle commençait à avoir les membres qui se rétractaient. Ma femme et moi, nous sommes restés à coté d'elle et nous l'avons accompagnée. Il faut accompagner la mort quand la personne sent que le moment de s'en aller est arrivé et qu'elle tire les rideaux."

Ne l'oublions pas, si l'association Jalmalv forme des bénévoles pour accompagner les personnes en fin de vie quand les proches ne peuvent le faire, elle a aussi pour vocation de faire changer les mentalités par rapport à la mort.

C'est une approche hors de toute appartenance religieuse ou philosophique, mais dans le sens de plus d'écoute et d'humanité en considérant qu'en fin de vie le malade (la personne) prime sur sa maladie.

Jacques Gelé
Accompagnant bénévole

(2) "Nous ne nous sommes pas dit au revoir" Edition R. Laffont

(1) Lois du 19 juin 1999, du 4 mars 2002, du 22 avril 2005.

Une "nouvelle" de l'équipe témoinne

« J'aurais dû écrire tout ce que j'ai ressenti, c'était si fort, si intense... maintenant, je ne pourrai plus »

C'est ce que me disait une amie qui avait perdu son compagnon depuis trois ans.

Ce besoin de dire, encore et encore, je l'ai revécu un peu plus tard avec une autre amie qui venait de perdre son mari.

Ce sont sans doute ces deux personnes proches qui m'ont fait comprendre, sentir le besoin immense que chacun a de parler, de dire, au moment de la perte d'un être très cher, ou un peu après.

Alors, quand le stage "Accompagnement individuel des personnes en deuil" à Rennes nous a été proposé, il était évident pour moi d'y participer.

Deux jours si intenses, si impliquant, avec deux animateurs qui se complètent magnifiquement et qui témoignent de leur propre expérience de l'accompagnement du deuil avec beaucoup de simplicité et de modestie.

Pourquoi en rester là ? pourquoi ne pas chercher plus loin ?

Le « hasard » veut que le groupe deuil de l'association se trouve très réduit : Jeannine et Charles Henri. Ils font appel aux volontaires.

Deuxième stage : « co-animation d'un groupe de personnes en deuil » à Paris cette fois, mais avec les mêmes animateurs qu'à Rennes : bonheur de retrouver l'intensité des échanges, la richesse des expériences, des témoignages, des doutes et des interrogations aussi ; l'implication demandée dans les jeux de rôle est forte et dérangement aussi, mais si enthousiasmante.

Au retour de ce stage, l'envie de co-animer un groupe deuil est aussi forte que la peur de se lancer !

Rencontre avec Jeannine et Charles Henri qui me font part de leur expérience avec chaleur et passion ; puis je participe à quelques entretiens individuels d'accueil pour constituer un futur groupe ; l'appréhension s'estompe petit à petit et je me sens « prête ».

Le quatorzième groupe deuil de Jalmalv L.O. s'est mis en place le 1 juin et je le co-anime avec Charles Henri ; ses encouragements et ceux de Jeannine m'ont beaucoup aidée à m'engager dans cette aventure, riche de chaque personnalité des participants du groupe ; le voyage est passionnant et le soutien de Charles Henri constant ; J'appréhends beaucoup....

Véronique Mahé

LIBRES PROPOS

Encore une minute

Ses disciples demandèrent à leur maître mourant comment il envisageait la mort. Sur son lit de mort, le maître répondit :

- Observez en vous, et répondez à cette question le plus honnêtement possible : Est-ce que je veux vivre une minute de plus ? C'est sur votre réponse que vous pouvez fonder votre spiritualité. Il ne faut pas se mentir. Même ceux qui adorent Dieu ne lui demandent toutefois pas (ou si rarement!) de les prendre en son sein immédiatement, de les faire mourir sans tarder.

Lorsqu'on se demande «pourquoi ne voudrais-je pas mourir à cet instant ?», quelles réponses jaillissent en soi? Des désirs, des projets, des idées : je veux avoir des enfants, puis les voir grandis, mariés, installés, je voudrais aussi voir mes petits-enfants... ou atteindre tel but, telle ambition, vivre ou revivre telle émotion. Je voudrais peut-être ne pas mourir avant d'avoir nommé mon successeur... On trouve toujours de bonnes raisons de vivre une minute de plus. On fuit l'inévitable réalité de la mort dans ces raisons ...

Tous les êtres vivants sont mortels. Les États, les royaumes et les civilisations aussi sont mortels. Les religions et leurs dieux également, et la terre elle-même ainsi que l'univers. La mort stimule la conscience d'être et de vouloir être et en même temps elle nous rappelle que tout ce à quoi nous tenons est vain, que tout est poussière, y compris nous-mêmes. Et cela nous terrifie. Mais ce n'est pas la mort qui en porte la responsabilité, seulement la vanité de nos valeurs, de nos désirs et de nos projets : ce qui nous terrifie, c'est à la fois la grandeur et la vanité d'être, le bonheur et la souffrance d'être, la soif d'être et la certitude de ne plus être.

La mort nous délivre de la vanité. *L'homme sur la terre se croit au-dessus de tout. Une fois dans la terre sait-il qu'il est moins que rien ?*

Perdu dans la jungle

Il était une fois un chasseur perdu dans la jungle. Voilà trois jours qu'il errait, seul, sans retrouver son chemin, sans même trouver quelqu'un à qui le demander. Il manquait de nourriture et ne dormait que d'un oeil, craignant les bêtes sauvages et les serpents.

Il commençait à paniquer sérieusement quand, le quatrième jour, au matin, il vit un homme assis sous un arbre, comme lui. Il courut vers lui et l'embrassa. Ils étaient tous les deux très contents...

- J'étais perdu, dit le premier au second.
- Moi aussi, dit l'autre.

Ils découvrirent qu'ils étaient tous les deux perdus. Ils étaient maintenant perdus ensemble.

La foi rassemble souvent des hommes ainsi égarés qui voudraient croire que l'on est moins perdu à plusieurs que seul. Ils pensent que s'ils sont un grand nombre à croire quelque chose, cette chose est vraie.

De même que deux fous ne font pas un sage, deux erreurs ne font pas une vérité, et mille croyants ne font pas une certitude...

D'après un conte de la sagesse hindoue.

*Textes proposés par Christian Péchet
bénévole accompagnant*

LES BREVES

COMMISSION ENFANTS-ADOS

L'équipe Enfants-Ados propose un groupe d'entraide pour les jeunes, de 6 à 12 ans environ, qui sont en deuil d'un proche (parent, frère, soeur ou autre proche) que ce deuil soit récent ou ancien.

Ces cinq rencontres sont gratuites et forment un tout.

Elles sont prévues les samedis de 14 h à 16h30 aux dates suivantes :

24 Septembre	2005
15 Octobre	2005
05 Novembre	2005
26 Novembre	2005
17 Décembre	2005

Ces rencontres ont lieu au Restaurant Club de la Madeleine rue de Hercé à Nantes (quartier République).

Ces groupes sont animés par une psychologue et une bénévole spécialement formée.

Information : Au 02 51 88 91 32

LE CIERGE ET LES LARMES

ou la nécessité
du travail de deuil



C'est un homme incapable de vivre après la mort de sa fille.

Un jour sombrant dans le sommeil il rêve qu'il arrive au paradis.

Il aperçoit alors une procession d'enfants portant des cierges. Parmi eux, il en remarque un dont le cierge est éteint. S'approchant de cet enfant, il reconnaît sa fille. Arrivé à sa hauteur, il lui demande :

« Comment se fait-il, mon enfant que seul ton cierge soit éteint ? »

Elle répond :

« Père, on le rallume souvent mais ce sont tes larmes qui l'éteignent. »

Strickland Gillilan

AGENDA

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

Groupe de parole : le mercredi 5 Octobre et le jeudi 10 Novembre 2005 de 20 h 00 à 22 h 00 animé par Anne Salathé.

Atelier de Sensibilisation : le vendredi 4 Novembre et le samedi 5 Novembre 2005 animé par des bénévoles.

Atelier d'écoute : les samedis 10 Décembre 2005, 14 Janvier et 11 Février 2006 animé par Hilaire Babarit.

Stage accompagnement de fin de vie : les samedis 24 Septembre, 22 Octobre et le 5 Novembre 2005 animé par Véronique Héno.

Repas des bénévoles accompagnants : le jeudi 6 Octobre 2005 de 11h30 à 14h00, le lundi 5 Décembre 2005 de 19h00 à 21h00, le lundi 5 Janvier 2006 de 11h30 à 14h00 à la Salle Festive de Malakoff.

Groupe de soutien : les jeudis 6 Octobre, 3 Novembre et 1 décembre 2005 à 9 h 30 animé par Anne Salathé.

Groupe de soutien : les jeudis 6 Octobre, 3 Novembre et 1 décembre 2005 à 14 h 00, animé par Blandine Branchereau

Groupe de soutien : les jeudis 6 Octobre, 3 Novembre et 1 décembre 2005 à 20 h 00 animé par Blandine Branchereau.

Groupe de soutien : le jeudi 13 Octobre 2005 à 20 h 00, animé par Elisabeth Maillot