



## NOTRE FINITUDE

Novembre est là et avec lui son cortège de jours plus courts, de ciels plus bas et plus gris, de pluies, de tempêtes ; les arbres qui s'étaient parés de couleurs flamboyantes se dénudent petit à petit ; les feuilles s'envolent, nous livrant ainsi le squelette de leurs troncs et de leurs branches.

Il y a quelque chose de mélancolique dans ce spectacle que la nature nous offre en ce moment ; cette saison nous propose la nostalgie de ce qui a été, de ce qui ne sera plus... C'est un peu comme si la nature nous offrait un miroir, le miroir de notre devenir, de notre finitude...

Novembre c'est aussi le temps où les vivants que nous sommes encore, se souviennent de ceux qui ont été, des personnes importantes pour nous qui sont mortes ; C'est le moment aussi où les cimetières sont resplendissants des fleurs colorées déposées sur les tombes ou les urnes, où la vie est puissamment présente,

C'est aussi un temps privilégié où chacun peut se souvenir de sa condition " d'être pour la mort " ou " d'Être vers la mort " (1) , où chacun peut penser, ressentir « son être mortel », sa « finitude ».

Oui, notre temps est compté sur cette terre, oui, nous sommes tous mortels, et même si la mort reste quelque chose d'impensable, le "mourir " lui, est pensable. Cette conscience de "se savoir mortels" peut nous ouvrir à une autre qualité de vie, à une autre présence de notre "être dans le monde".

Si la mortalité est, au moment de la mort, une fermeture au monde, elle peut aussi paradoxalement et dans le même temps nous amener à plus d'ouverture au monde, puisque davantage conscients de ce temps limité dont nous disposons, et dont nous ignorons même totalement la durée...

La prise de conscience de notre finitude, nous permet de nous souvenir aussi de la brièveté de notre vie ; cela peut nous confronter à de l'angoisse, à notre angoisse existentielle, mais cela peut aussi nous orienter davantage vers la plénitude, vers le bonheur d'ouvrir les yeux chaque matin, de respirer, d'accueillir en nous la vie, d'aller vers les autres d'une autre manière.

Cette finitude qui nous concerne tous, nous parle de notre responsabilité, en tant qu'être humain, à nous réaliser le plus et le mieux possible, à nous dévoiler, à déplier véritablement notre existence. Ainsi, l'angoisse de la mort peut-elle véritablement et possiblement cohabiter avec le bonheur de vivre... Nous pourrions alors vivre comme le disait Nietzsche dans "l'innocence du devenir", dans la joie, dans le rire, dans la jubilation.

J'ai envie de terminer cette réflexion par quelques citations de Sénèque que je vous laisse méditer :

**"Seul l'arbre qui a subi les assauts du vent est vraiment vigoureux, car c'est dans cette lutte que ses racines, mises à l'épreuve, se fortifient."**

**"Tu as tes occupations et la vie se hâte ; sur ces entrefaits la mort sera là, à laquelle, bon gré mal gré, il faut bien finir par se livrer."**

**"L'heure qui vous a donné la vie l'a déjà diminuée."**

**"A force de remettre à plus tard, la vie nous dépasse."**

Claudine Kérhino  
Psychothérapeute

(1) Selon Heidegger dans "Être et Temps"

## Histoire bouddhiste

*Un texte que nous proposons souvent aux personnes qui participent aux groupes de parole.*



Il y avait une jeune mère dans un petit village dont le premier enfant était mort de maladie. Son chagrin était si grand qu'elle refusait la

mort de son enfant, "Mon enfant est seulement malade, il va guérir" disait-elle.

Les gens du village tentaient de l'enterrer, de la consoler pour l'aider à accepter la mort de son enfant. Elle refusait les conseils et tous finissaient par la traiter de folle. Chaque fois qu'elle allait au village, elle était moquée.

Une autre femme observait et avait pitié de cette jeune mère et lui dit : "Dans la montagne il y a un sage qui pourrait t'aider".

Reprenant espoir, la jeune mère part avec son enfant sur le dos et se rend auprès du vieux sage. Elle le trouve et lui raconte son histoire. Il l'écoute et après avoir longtemps écouté et réfléchi, il dit : "Il est possible qu'on puisse vous aider".

La femme est très contente et prête à tout pour guérir l'enfant.

Le sage lui dit :

"Vous allez retourner au village et vous demanderez dans chaque maison une poignée de graines de moutarde et vous allez me les rapporter... Mais attention. ces graines doivent venir de maison non frappées par la mort".

"Aucun problème" dit la jeune mère, et elle redescend tout heureuse au village. De retour elle fait une visite à chaque maison et chacun veut faire quelque chose pour elle. Et quand les gens mettent les graines dans le panier, elle demande :

"Avez vous eu des morts dans votre famille ?". Et chacun répond oui car dans chaque famille il y a eu un mort. Elle fait ainsi le tour du village et commence à réaliser qu'elle n'est pas seule car tous ces gens ont eu des deuils et continuent à vivre...

Et c'est ainsi qu'elle réussit à enterrer son enfant mort.

## PETIT CADEAU DE FIN D'ANNEE : UN TROUSSEAU DE CLÉS !

Que l'on soit jeune ou vieux, malade ou bien portant, nous avons toujours besoin d'un trousseau de clés pour ouvrir les nombreuses portes du quotidien. Nous vous proposons ci-dessous un trousseau de dix clefs, libre à vous d'en accepter ou non la combinaison.

**La clé du succès : l'enthousiasme - La clé de la joie : le sourire - La clé de l'amitié : le partage - La clé du bonheur présent : l'optimisme - La clé de la maîtrise de soi : le calme - La clé des découvertes : le silence - La clé de la richesse : le don - La clé de la sérénité intérieure : le pardon - La clé de l'harmonie : la discrétion - La clé de la joie de vivre : l'amour.**

Plus votre propre trousseau individuel et portatif...

Les accompagnants bénévoles sont souvent témoins que le dernier chemin à parcourir vers la fin de vie rencontre de nombreuses et difficiles portes à ouvrir. *Puisse ces trousseaux de clés les aider pour que les personnes accompagnées trouvent les leurs...*

## PRESENCES DE JALMALV

Notre association a été invitée au mois d'octobre dernier à participer à deux manifestations publiques à Nantes. Plusieurs bénévoles sont venus assurer la tenue des stands et répondre aux questions du public ; qu'ils soient vivement remerciés d'avoir consacré une grande partie de leur temps personnel à ce travail de représentation de l'association.

La première action s'est déroulée à l'occasion de la 3ème journée mondiale des soins palliatifs. Organisée le samedi 6 octobre par le centre hospitalier universitaire de Nantes, en particulier l'unité de soins palliatifs de l'Hôtel Dieu, cette journée réunissait, dans une salle municipale de la ville de Rezé, différents acteurs professionnels et associatifs intervenant dans ce domaine. Si le public n'a pas été nombreux à se déplacer, au moins cette journée a-t-elle permis des échanges entre les intervenants et de rappeler la complémentarité de leurs actions respectives autour et pour les malades et leurs familles.

La seconde contribution a porté sur la conférence de Marie de Henzel, écrivaine et psychologue, et animée par Jacques Ricot, philosophe. Conférence donnée le 12 octobre dans le grand amphithéâtre de la faculté de droit de Nantes, sur le thème de l'accompagnement des personnes gravement malades, à l'initiative de l'association "Les amis du journal La Vie" qui a fait preuve d'un grand travail d'organisation ; y participaient également plusieurs services hospitaliers de la région. Une large publicité dans la presse a permis d'accueillir un important public venu de toute la région. L'intérêt de cette conférence est d'avoir permis non seulement de clarifier le vocabulaire et les préjugés en la matière (soulagement de la souffrance, acharnement thérapeutique), mais encore d'expliquer les enjeux de la démarche palliative dans le contexte de la loi du 22 avril 2005 sur l'accompagnement de la fin de vie. La formule de déroulement choisie consistait à privilégier la parole du public et à favoriser l'échange avec les professionnels et associatifs des soins palliatifs ; pour amorcer le débat, des familles de patients hospitalisés sont venues témoigner tandis que deux bénévoles de notre association sont intervenus pour expliquer ce qu'était l'accompagnement. Plusieurs stands se sont tenus avant et après la conférence, permettant au public de mieux se renseigner sur les missions des différents acteurs et leur cadre d'intervention.

L'intérêt du public pour le débat sur l'accompagnement de la fin de vie est évident. Aussi ces manifestations sont-elles à reconduire car elles ouvrent des espaces de discussion et de réflexion sans attendre une nouvelle actualité qui s'avèrerait encore trop passionnelle et insuffisamment sereine. Elles sont ainsi l'occasion tant de faire prendre conscience de notre propre finitude que de restituer à la mort sa place naturelle dans notre société, de telle manière qu'une personne soit accompagnée, jusqu'au bout, non pas comme un malade mais en tant qu'être vivant.

**Rémi Ancelin**  
Bénévole accompagnant

Nota : Les 19,20 21 juin 2008 seront des dates à retenir pour les bénévoles de Jalmalv. En effet aura lieu à Nantes le **CONGRES DE LA SFAP** (1). A cette occasion il est prévu que Jalmalv Loire-Océan y tiennent également (comme ci-dessus) un stand à vocation régionale. Nous aurons alors besoin de bénévoles pour ces permanences. Plus de détails seront donnés dans notre bulletin de mars. Une plaquette de ce Congrès est disponible au local.

(1) Société Française d'Accompagnement et de soins Palliatifs. C'est une structure associative nationale (Loi 1901) qui représente, met en réseau et aide à certains financements pour l'ensemble des acteurs en soins palliatifs.

## GENS DE LA RUE

Les besoins d'écoute et d'accompagnement se diversifient et notre association doit, comme d'autres, évoluer et s'adapter aux besoins.

C'est ainsi que Jalmalv Loire-Océan a dispensé une formation à l'accompagnement aux animateurs des maisons d'accueil pour les gens de la rue.

Pour les mêmes raisons une action est mise en place auprès des aidants naturels dont un des leurs souffre de désorientation. Cette action est gratuite.

Contactez le secrétariat : 02 51 88 91 32

## EQUIPE DEUIL JEUNES

Nous vous avons déjà signalé (1) sous le titre "une révolution" que six associations liées au deuil et à l'enfance étaient allées à la rencontre des institutions publiques (CAF, MSA, CG, Mairies...) concernées par ce sujet. L'objectif était que la relation avec les familles en deuil ne se traduise pas que par l'envoi d'une lettre administrative froide et dépourvue d'humanité.

Ce travail avait débouché sur un protocole qui permettait aux familles concernées d'avoir connaissance des associations qui pouvaient les aider

Un an après la mise en route de ce réseau un constat a été fait et des décisions prises:

- Assez peu de retombées encore auprès des associations pour ce qui est de faire appel à leurs services. Mais dans ce domaine si délicat de la souffrance après un deuil on peut comprendre qu'il faudra du temps pour que les liens s'établissent durablement.

- A noter cependant que les familles contactées ont fait savoir qu'elles appréciaient la nouvelle démarche faite par les organismes publics.

- Nette progression pour ce qui concerne la connaissance et l'échange entre les partenaires et la mise en place d'un réseau qui deviendra de plus en plus efficace.

- Poursuite de cette action, notamment en direction des mairies dont un grand nombre encore ne font pas remonter l'information des décès d'enfants dans leur commune.

- Une meilleure interaction entre les différentes structures et les bénéficiaires sera favorisée par le projet d'un site Internet. En tapant le mot "deuil" l'internaute sera aiguillé vers les différentes aides possibles. Une bonne raison pour mettre en place un site propre à Jalmalv L-O, certains d'entre-nous commencent à y travailler.

(1) LIEN N°40, p 4

## ALERTE BIBLIOTHEQUE !

Beaucoup trop de négligences sont constatées concernant les personnes qui "oublient" de retourner les livres! Pour 2006 voici les manquants :

No 55 La mort porte la vie Elisabeth Kübler Ross  
No 95 La mort est une question vitale E Kübler Ross  
No 112 Jusqu'au bout du chemin Marie Ireland  
No 129 L'au delà Roger Régnier  
No 126 Les deuils dans l'enfance  
No 159 Validation, mode d'emploi Naomie Feil  
No 191 Actualités des religions: la mort, ses gestes, ses rites  
No 203 La lumière et l'illumination François Ribadeau Dumas

Merci de nous rapporter ces ouvrages

## STAGE DE SENSIBILISATION

Pour continuer de former de nouveaux bénévoles un stage de "sensibilisation" est prévu prochainement.

Rappelons que ce stage s'adresse principalement aux futurs accompagnants. 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.

Date prévue : week-end du 1 et 2 février 2008

Renseignements et inscriptions en téléphonant au secrétariat.

## LIBRES PROPOS (suite)

*Cet auteur, considéré comme un des plus grands poètes d'Amérique du sud, venu en Europe à 28 ans, est mort dans la misère à Paris en 1938.*

*Une vie animée par un désir d'aimer et d'être aimé, mais consciente de l'inéluctabilité de la mort...*

*A la fin de la bataille,  
une fois mort le combattant,  
un homme vint à lui et lui dit :*

*"Ne meurs pas, je t'aime tant !"  
Mais le cadavre, hélas, poursuivit sa mort.*

*Deux hommes s'approchèrent et lui répétèrent :  
"Ne nous abandonne pas ! Courage ! Reviens à la vie!"  
Mais le cadavre, hélas, poursuivit sa mort.*

*Ils accoururent vingt, cent, mille,  
cinq cent mille, clamant :  
"Aimer tant et ne rien pouvoir contre la mort!"  
Mais le cadavre, hélas, poursuivit sa mort.*

*Des millions d'individus l'entourèrent  
d'une même prière : "Reste avec nous frère!"  
Mais le cadavre, hélas, poursuivit sa mort.*

*Alors, tous les hommes de la terre  
l'entourèrent ; Le pauvre cadavre les vit,  
fut ému ; Il se dressa lentement,  
serra dans ses bras le premier homme ;  
et se remit en marche...*

César Vallejo

Texte proposé par  
**Marie Noëlle Pavageau**  
(Jalmalv Cholet)  
Texte paru dans Ouest France  
Du 7-8 avril 2007

## JALMALV LOIRE-OCEAN

Depuis notre information succincte parue en juin juste après l'Assemblée Générale, la répartition des responsabilités s'est étoffée et s'établit maintenant comme suit dans notre association :

### Le bureau :

Présidente: Marie Ireland (conseillère fédérale et resp. de la commission nationale Deuil)

Vice-Président: Charles Henri de Saint Julien

Secrétaire général : Yvon Le Charlès (secrét. salariée : Véronique Busson).

Secrétaire générale adjointe : Caroline Dhetz

Trésorière : Odette Drezen

**Autres membres du CA :** Rémi Ancelin, Jacqueline Bompoil, Isabelle Pineau-Valencienne, Jacqueline Souron.

### Responsables des principales activités :

- Coordination des bénévoles : Isabelle Pineau-Valencienne et Dominique Von Krause, Resp. d'Antennes : Sylvie Robin (Châteaubriant), Y. Le Charlès (Ancenis), Jean-Robert Vinconneau (Cholet).

- Communication et formation : **Marie Ireland**, Jacques Gelé (Lien).

- Atelier de Sensibilisation : Rémi Ancelin, Jacques Gelé, Rémi Airiau, Dominique Von Krause.

- Equipes deuil :

Deuil adultes : **Charles Henri de St Julien**, Véronique Mahé, Didier Bosque, Jeannine Guilbart, Jeannine Rambaud. Deuil Enfants-Ados : **Jacqueline Souron**, Véronique Héno, Rémi Airiau, Jacques Gelé.

- Bibliothèque et statistiques : Danièle Boucher

- Etude site Web : **Rémi Ancelin**, Rémi Airiau, Yvon Le Charlès, Jacques Gelé.

### Présences et actions de Jalmalv auprès de :

- Respavie : Caroline Dhetz, Rémi Ancelin, Rémi Airiau, Isabelle Pineau-Valencienne.

- École d'infirmières : Yvon Le Charlès.

- AREF & ANEF : Jacqueline Souron, Rémi Airiau.

- Congrès SFAP : Yvon Le Charlès.

- Soins Palliatifs : Isabelle Pineau Valencienne, Rémi Ancelin.

- Grand-Ouest : Marie Ireland, Jacqueline Souron.

- Autres interventions extérieures : Isabelle Pineau-Valencienne, Dominique Von Krause, Marie Ireland et Jacques Gelé.

### Les professionnels vacataires intervenant pour Jalmalv :

- Dans le cadre soutien / supervision : Blandine Branchereau, Anne Salathé, Nadine Gardahaut

- Formation : Elisabeth Maillot, Laurence Souchard, Véronique Héno, Hilaire Babarit.

- Groupes deuil enfants-ados : Agnès Rebel, Emma Devely.

## JALMALV L-O et RESPAVIE

- **RESPAVIE** est le réseau de soin palliatif local (créé en 1999). Il bénéficie depuis janvier 2007, d'un agrément pour les interventions à domicile et comprend environ 84 structures adhérentes. Il est centre de formation, de coordination et de rencontre des référents RESPAVIE des établissements signataires. JALMALV intervient pour présenter ses activités, dans les formations que ce réseau organise.

- Jalmalv souhaite proposer à chaque bénévole de participer à cette présentation qui se fera en binôme avec Rémi Airiau. L'intervention dure environ une heure, elle s'appuie sur un la projection d'un diaporama PowerPoint.

- Les interventions pour 2008 : les jeudis 7 Fév., 10 Avril, 9 Oct. et 4 Déc. 2008.

- Pour vous inscrire : contacter le secrétariat (02 51 88 91 32).

## AGENDA

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

**Atelier de Sensibilisation** : le vendredi 1er et le samedi 2 février 2008 animés par des bénévoles.

**Stage accompagnement de fin de vie** : les samedis 19 janvier, 16 février, 15 mars 2008.

**Groupes de soutien** : les jeudis 20 décembre.2007, 10 janvier, 14 février, 20 mars 2008 de 9h30 à 11h30 avec Anne Salathé.

**Groupes de soutien** : les jeudis 10 janvier, 7 février, 6 mars 2008 de 14h00 à 16h00 avec Blandine Branchereau.

**Groupes de soutien** : les mardis 11 décembre 2007, 15 janvier, 12 février, 4 mars 2008 de 20h00 à 22h00 avec Anne Salathé.

**Groupes de soutien** : les jeudis 10 janvier, 7 février, 6 mars 2008 de 20h00 à 22h00 avec Blandine Branchereau.

**Groupe de Parole** : les 18 décembre 2007, 31 janvier, 6 mars, 27 mars 2008 de 20h00 à 22h00 avec Anne Salathé.

**Conférence Jalmalv Cholet** : "Les mots pour parler de la mort qui approche" Animée par Mme Roquand, psychologue  
Le 5 fév.2008 à 20h30 Ecole La Bruyère 4, rue de la Bruyère CHOLET