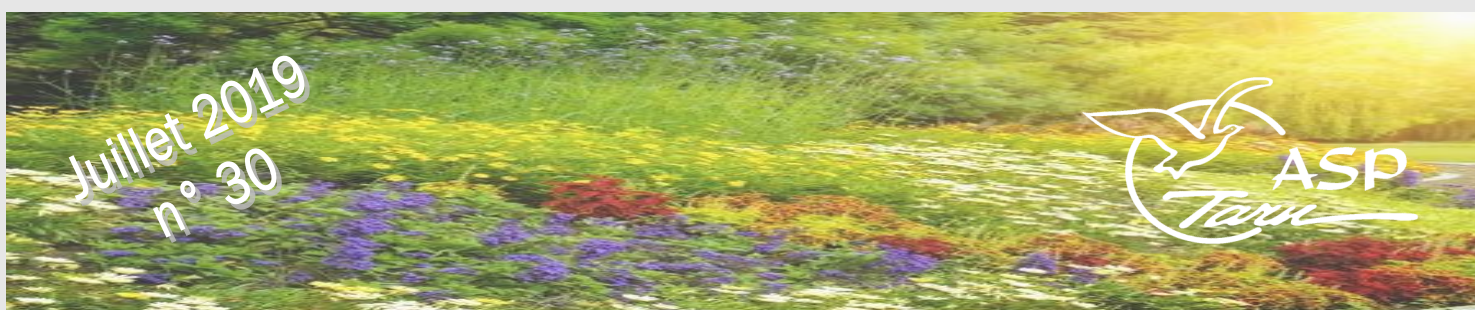




Juillet 2019
n° 30



L

A

G

A

Z

E

T

T

E

Editorial



La promotion ASP-Tarn 2014 semble être un bon cru...

Beaucoup d'entre nous avons trouvé notre place au sein de l'association, que ce soit en tant que référent de l'EHPAD des Monges pour Hubert, responsable de la commission communication pour Marie-Claude, bénévoles de terrain à l'hôpital, EHPAD ou domicile pour Jacky, Géraldine et René.

Sans oublier Autan Couleurs où beaucoup d'entre nous participons les vendredis après-midi. Quant à moi j'ai l'insigne honneur d'avoir été élue présidente le 9 avril 2019. Prendre la suite de Dharma ne va pas être une chose aisée tant tout fonctionne à merveille ! L'avenir nous le dira. En tous les cas, je suis heureuse d'assumer cette mission qui me tient à cœur et à vous tous, je le sais !

Dominique Bruguère, Présidente de l'ASP-Tarn

Du Grain à Moudre

Il faut laisser vivre l'enfant qui dort, court et joue dans notre cœur. Il est le lien le plus authentique avec l'essentiel de la vie que nous oublions trop souvent.

Michel Bouthot

Un questionnaire complète ce numéro de votre Gazette. Vos retours nous permettront de répondre au mieux à vos attentes.

Merci d'avance de retourner ce document par courrier ou par mail au secrétariat de l'ASP-Tarn

de l'ASP-Tarn

*Association pour le Développement
des Soins Palliatifs du Tarn*

SOMMAIRE

- Page 1 - Editorial et grain à moudre
- Page 2 - Compte rendu Assemblée Générale
- Page 3 - Journée Mondiale des Soins Palliatifs (café-philo et ciné-débat)
- Page 4 et 5 - Dossier : l'accompagnement en EHPAD
- Page 6 - Le film - formation des bénévoles
- Page 7 - Les rites funéraires
- Page 8 - La Ronde Castraise - Mémo

Semestriel édité par l'ASP-Tarn

SIRET : 4040911260015

ISSN N° 1967-564X

Directeur de la publication : Dominique BRUGUIERE

Secrétaire : Jeanine BRESCIANI

Comité rédactionnel : Dharma BROCHE - Philippe BROCHE

Marie-Claude CAPELA - Claudie DUPREZ

Elisabeth LAMBRECHTS — Jeannine PERONNET

Impression par nous-mêmes

L'actualité

Assemblée Générale



Présentation de Valérie HABERT et Edith FOURNAISE de RESOPALID 81

L'Assemblée Générale de l'ASP-Tarn s'est tenue le mardi 26 mars 2019 à la Maison des Associations à Castres.

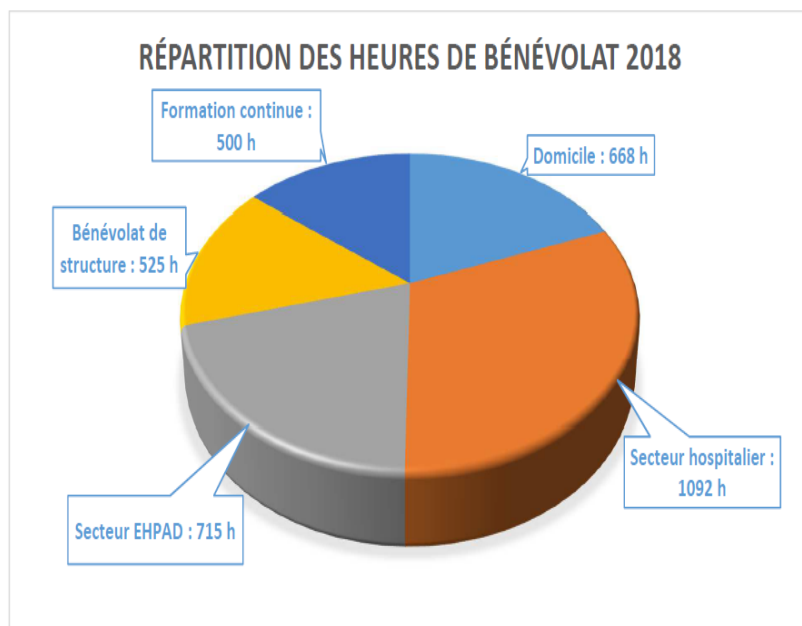
Deux membres de l'équipe professionnelle de Résopalid 81 (réseau de santé du Tarn) ont présenté leur association et leur interaction entre les différents acteurs de santé, avec une mention particulière pour les bénévoles de l'ASP-Tarn.

Notre présidente, Dharma Broche, a présenté le rapport moral de l'année 2018, a souligné la pérennisation des relations que nous entretenons avec nos partenaires (collectivités territoriales, structures d'accueil du secteur médico-social ou mouvements associatifs) les remerciant de leur fidèle soutien, et a également remercié les bénévoles pour leur investissement.

Rapport d'activité par secteur

- **2450 visites** ont permis d'assurer
- **2475 heures de présence** auprès de
- **442 personnes.**

Globalement, tout au long de l'année 2018, l'équipe de l'ASP-Tarn a consacré **3500 heures** à son engagement au sein de l'association, parcourant ainsi **30000 kms** dont plus de **16000 kms** pour des visites aux malades



Rapport financier

Les charges → **+ 2 %** (33 851 € en 2018 contre 33 161 € en 2017)

Les produits → **+ 4 %** (37 652 € en 2018 contre 36 226 € en 2017)

Un buffet convivial a clôturé cette Assemblée Générale

Journée Mondiale des Soins Palliatifs

Dans le cadre de cette journée mondiale, un café-philo et un ciné-débat ont été proposés au grand public par l'ASP-Tarn.

Café-philo

EST-CE AINSI QUE LES HOMMES MEURENT ?

A la demande de l'Association des Soins Palliatifs, au mois de février, le café-philo de Puylaurens avait mis comme sujet au programme de ses rencontres, « **la fin de vie** ».

Une bonne vingtaine de personnes (des participants habituels du café-philo et des membres de l'ASP-Tarn) échangèrent sur ce thème qui nous renvoie directement à des expériences intimes et douloureuses.

Un café-philo qui ne se limite pas à jongler avec des concepts abstraits mais comme toute philosophie digne de ce nom met au cœur de sa réflexion les interrogations qui nous traversent tous et qui sont liées à notre humanité sur le sens de la vie, sur la mort... C'est pourquoi, certaines personnes n'ont pas hésité à témoigner directement de leur vécu.

La mort est de moins en moins un sujet tabou ; cependant, elle fait partie de ces sujets si intimement liés à notre humanité qu'il est difficile de les aborder de front ; et il a été observé au cours de ces deux heures de discussion que chaque fois qu'on s'approchait du cœur du sujet, par une sorte de réflexe de peur ou de pudeur, on s'en éloignait sans jamais l'aborder véritablement. Comme de l'amour ou de Dieu, on ne peut en parler qu'en tournant indéfiniment autour sans jamais pouvoir l'atteindre. Notre part d'indicible ?

Comment meurt-on aujourd'hui ? Cela pose le problème de la fin de vie et de tout ce qui tourne autour de cet ultime moment d'une l'existence humaine.

Comment ne pas être dépossédé de sa mort ? Que faire pour que notre fin de vie ne soit pas exclusivement aux mains d'une médecine technicienne ?

Les directives anticipées ont été largement évoquées où le droit de la personne malade doit être impérativement respecté. Ainsi que différents protocoles de fin de vie.

Il y fut question de **dignité**, argument si souvent évoqué pour justifier tout et son contraire. Cesserait-on d'être di-

Il y a la médecine qui accomplit au mieux sa mission ; à côté d'elle et avec elle existent depuis quelques décennies les soins palliatifs.

Gardons en mémoire la belle étymologie du mot « palliatif » : pallium d'un « manteau » c'est-à-dire recouvrir d'humanité la personne parvenue au terme de sa vie.

gne dès lors que notre corps se délabre et se dégrade et que notre esprit s'égare, qu'on devient impotent et hagard ? La personne reste une personne quel que soit son état.

Fin de vie reste synonyme de **douleur**, douleur physique et souffrance morale. Importance de mettre au centre de tout le dispositif **la personne humaine et son unicité**. Soins médicaux d'une part, d'autre part un accompagnement, une présence attentive et bienveillante, des gestes, des

regards et des paroles, être à l'écoute des besoins physiques, psychologiques et spirituels de la personne.

Edwige MALBERG

Ciné-débat

Une centaine de personnes étaient présentes. Ces 6 courts métrages d'animation, nous ont décentrés vers des expressions poétiques et parfois teintées d'humour exprimant des liens avec le deuil, la transmission, les souvenirs des morts et la mort. Les techniques d'animation ont été au centre du débat révélant l'univers des besoins relationnels et existentiels face à ces moments de la vie.

Une belle découverte du court métrage d'animation, sa poésie et son audace et aussi la surprise du choix.



L'ASP-Tarn à la loupe...

l'accompagnement dans les EHPAD

Vivre en EHPAD, ce n'est pas si facile... le sentiment de perte irrémédiable de sa vie "d'avant", celui de solitude parfois s'ajoutant aux inévitables soucis de santé, rendent les personnes âgées plus vulnérables encore...

Christiane, bénévole d'accompagnement

Comment et pourquoi suis-je devenue bénévole ASP ? Le déclencheur, me semble t-il, a été mon départ à la retraite : j'avais du temps et le souhait de faire œuvre « sociale ».

L'isolement, la maladie et le grand âge représentent la réalité de beaucoup. Pouvoir accompagner des personnes dans ces situations de fragilité constitue pour moi une grande chance.

De fait, je ne sais pas précisément quand j'ai commencé. Les premiers accompagnements ont eu lieu à domicile chez des personnes très malades et très fatiguées, d'où des échanges quasi monosyllabiques. Rencontres fugaces puisque je n'ai vu ces personnes qu'une fois avant qu'elles ne décèdent.

Cependant, même si je « débarquais » dans leur vie, il me semble que la conscience de ma présence les apaisait : respiration lente, sommeil calme...

Depuis quelques années, je me rends tous les jeudis après-midi à l'EHPAD de Lautrec. La psychologue du centre m'indique quelles personnes il serait bon que j'accompagne.

Ce n'est pas toujours possible : Mme A. est en dialyse à l'extérieur ce jour là ; les visites de ses filles suffisent à Mme D... Les aides soignantes me suggèrent aujourd'hui d'accompagner telle ou telle personne restée « seule » dans sa chambre... Des résidents m'indiquent que M. et Mme X. souhaiteraient que je passe quelque temps avec eux...

Que vous dire des résidents que j'accompagne ?

Mme C. est dans l'institution depuis plus de 10 ans et rêve de pouvoir rentrer chez elle, ce qui d'ailleurs semble être le désir de la plupart ; M. G. m'attend à l'accueil tous les jeudis, mais Mme I. ne souhaite toujours pas que je reste avec elle. Avec les autres personnes, la conversation de tous les jours n'est pas de mise.

Mais quels regards ! Quels sourires ! Quels serrements de mains ! Quels baisers parfois !

Quels fous rires même !

Essayer aussi parfois une larme qui perle au coin de l'œil...



Les personnes qui utilisent le langage verbal font part de leur mal-être, quelquefois de leur bien-être. Celles avec lesquelles le langage est exclusivement non verbal montrent dans leur corps leur joie, leurs peurs, leurs déplaisirs, leur angoisse et semblent vivre dans l'ici et maintenant.

J'arrive tous les jeudis à l'EHPAD en espérant pouvoir donner à chacun ce qui lui convient et je repars avec un profond sentiment de bien-être, de quiétude, de gratitude, additionné parfois d'un doute : est-ce un leurre ? Pour moi, l'accompagnement apporte présence et soutien aux accompagnés et une source d'un énorme enrichissement pour moi-même.

...

Il me semble qu'il est plus facile d'atteindre ses limites ou de devenir consciente d'un blocage quand les personnes « parlent » car elles émettent des opinions, racontent des événements vécus, expriment des sentiments qui peuvent être en totale opposition avec ce que je suis ou ce que je pense être de moi-même.

Ce qui m'amène au groupe de parole, lieu d'ouverture, d'échanges, de questionnement, de soutien : il aide à accepter ses limites, à les envisager, voire à les dépasser dans un environnement bienveillant...

Est-il facile ou difficile d'être bénévole ASP ? De fait, l'attitude d'accompagnement infère respect, absence de jugement, non pouvoir, non manipulation, bienveillance, empathie : c'est une façon de vivre avec l'autre qu'il n'est pas aisé de réaliser dans le cadre du bénévolat et, si je veux être honnête avec moi-même, encore plus ardu dans la vie quotidienne.

Accompagner permet de devenir une meilleure personne. Merci.

Marie-Christine, bénévole d'accompagnement



Mes visites ont lieu à Castres à la maison de retraite AGIR près de l'Albinque.

Issue du groupe de formation 2016, j'ai commencé le 1er accompagnement en décembre 2016, voilà bientôt 2 ans et demi (comme le temps passe) !! S'y est ajouté un deuxième en janvier 2018.

La fin de vie douloureuse de maman et l'aide précieuse dont j'ai eu le bonheur de bénéficier (amie) pour l'accompagner jusqu'au bout du chemin terrestre ont été décisifs dans le choix de cette démarche.

Donner un peu de mon temps, de ma présence et peut-être (sûrement d'après les "accompagnés" !) d'un peu de réconfort, tout cela me donne le sentiment de poser un "acte juste" dans le cheminement spirituel qui est le mien.

Le groupe de parole est le lieu et le moment où, nous les bénévoles, pouvons partager un vécu.

Il me donne comme une sorte de "balisage" : nous sommes tous, à un moment donné, confrontés aux mêmes questionnements, émus par telle ou telle parole, ou taraudés par certains doutes...

Pour ce qui est de l'aspect relationnel, je n'ai que de brefs contacts avec le personnel soignant, lorsque je vais "annoter" le cahier de liaison par exemple et je n'ai aucun lien avec les familles. Colette et Jean-Baptiste sont complètement délaissés par leur proche entourage. Je suis le seul lien que ces 2 personnes, âgées respectivement de 101 et 87 ans, gardent avec l'extérieur. Leur souffrance principale est la solitude.

C'est toujours avec une grande joie que je me rends auprès d'eux tous les 15 jours, un après-midi de fin de semaine, voire le week-end.

Pendant environ 1h30, j'écoute, je partage la nostalgie de ce qu'ils furent et ce qui fait maintenant leur quotidien : *solitude, "ras-le-bol", désir de "s'en aller" parfois, peur de la mort, etc...*

Leurs craintes ou leurs espoirs, mais aussi leurs sourires et leurs remerciements pour celle (moi) qui vient interrompre quelque peu le courant monotone de leur journée..

Chacun d'eux est un "miroir" dans lequel je peux me "voir" dans un futur pas si loin que ça, tout compte fait !! Apprivoiser le temps qui file, jeter un autre regard sur les choses, relativiser certains événements c'est un vaste programme !

Leur expérience, le bilan qu'il font de leur vie, autant de sujets de réflexion, de méditation pour moi !

Je dis merci pour cette belle expérience.

L'ASP-Tarn en 7 mn! Le film

Le projet mûrissait depuis quelques mois déjà...

Réaliser une vidéo de quelques minutes, **précisément 7 mn**, qui présenterait l'ASP-Tarn de façon vivante, dynamique, et au plus près de la réalité.

Grâce au soutien de nos généreux partenaires*, ce projet a pu être mis en œuvre le 7 mai dernier.

* La Fondation PFG (Pompes Funèbres Générales) - Ladies Circle Mazamet-Castres - Rotary Club Castres - Seppic Castres et Paris (à l'initiative de Mr Gaucheron)



Réalisées par l'équipe de l'association "Nos Mémoires Vives", interviews et prises de vue se sont succédées le temps d'une journée riche de témoignages et forte de l'implication de tous, bénévoles, familles et professionnels. Montage et finalisation des rushes sont en cours.

Le « clip » réalisé sera bientôt disponible sur le site de notre association. Il sera également un outil précieux pour présenter les bénévoles de soins palliatifs lors de nos actions de communication destinées au grand public ou aux milieux professionnels.

Foire Economique de Castres

L'EHPAD AGIR (Association G érontologique Inter-Régionale) de Castres a proposé de mettre à la disposition de notre association une partie du stand qu'il tient à la foire économique de Castres et nous le remercions. C'est avec plaisir que l'ASP-Tarn sera donc présente.

Formation des bénévoles



Le 22 juin dernier a pris fin la session 2019 de formation initiale des bénévoles de l'ASP-Tarn. Ce sont 13 personnes qui, cette année, se sont retrouvées régulièrement pour suivre les 50 heures du programme de formation. Certaines étaient présentes au titre de la formation professionnelle et ne se destinent pas au bénévolat.

Anciens et nouveaux se sont ainsi retrouvés pour une journée conviviale chez Anne-Marie et Roland Maynadier, toujours prompts à offrir leur hospitalité.

A propos

des rites funéraires

Les rites italiens sont très proches de la France et de l'Espagne, religion et cultures voisines. Toutefois il faut noter le côté ostentatoire des rites.



Il n'est qu'à visiter les cimetières des grandes villes italiennes pour s'en convaincre, l'art funéraire y est partout, à grand renfort de marbre et de pierres tombales monumentales.

Dans la péninsule les avis de décès se transmettent souvent par voie d'affiche publique, l'annonce du décès a été souvent l'apanage du garde champêtre.

Selon la tradition les avis de décès ainsi que les remerciements sont affichés dans les endroits les plus fréquentés par les habitants, près du domicile du défunt, de l'église,

des commerces, du bureau de poste et du cimetière.

Les entreprises de pompes funèbres sont privées, mais elles dépendent des autorités municipales, ce qui revient au même que le régime de la concession.

Elles sont 1 800 spécialisées, mais 2 500 autres entreprises sont autorisées à assurer ces services. C'est ainsi que l'ordonnateur peut être le fleuriste, le menuisier, le ferblantier, le loueur de voiture ou le marbrier etc..... qui outre la fourniture des gerbes, du cercueil, du corbillard ou de la tombe, se charge de tout le reste du service.

Le coût d'un enterrement varie suivant les régions.



*Le goût des italiens pour le funéraire pompeux
a contribué à multiplier les fournitures et à faire de leur fabrication,
des spécialités à part entière.*

L'exposition

Il est normal d'exposer le corps de la personne décédée durant les funérailles italiennes, et que tous aient l'occasion de le voir une dernière fois. En guise de dernier geste d'amour et de respect.

Les cérémonies italiennes sont centrées sur le deuil, et non pas sur la célébration de la vie de la personne décédée. Ne vous attendez donc pas à voir beaucoup de sourires.

La tradition, et le respect, exigent de porter des vêtements noirs.

Après les funérailles

Comme dans plusieurs autres parties du monde, une réception a généralement ensuite lieu au domicile de la famille du défunt, après les funérailles et l'inhumation.

Il est aussi de convenance que les invités amènent de la nourriture à cette réception, ce qui permet d'offrir un peu de soutien à la famille en deuil.

Claudie DUPREZ

La Ronde Castraise



Le dernier dimanche d'avril est traditionnellement le jour de La Ronde Castraise, et comme de coutume la météo est fraîche, 9° le matin. Cela n'a pas empêché, six bénévoles de l'ASP-Tarn de collaborer à la logistique et l'intendance de la manifestation pour accueillir et assurer la restauration d'environ 950 participants au Parc des Expositions, dans une ambiance toujours très festive et conviviale.



- **rejoignez nous !** dès septembre ouverture des inscriptions pour la formation initiale des bénévoles d'accompagnement de l'ASP-Tarn
- Venez nous rencontrer à la foire économique de Castres sur le stand AGIR, du 20 au 29 septembre 2019
- Journée Mondiale des Soins Palliatifs samedi 12 octobre 2019

En ce début d'année, l'ASP-TARN a été endeuillée, nous assurons les familles de notre soutien et de nos pensées

Bulletin de soutien

Vous souhaitez adhérer, nous soutenir, nous aider

Membre : o 28 €

Don libre : o €

Nom :

Prénom :

Adresse :

Code postal :

Ville :

Mail :

Œuvre d'intérêt général. Vos dons vous permettront de bénéficier d'une réduction d'impôts sur le revenu égale à 66% du montant du don. Un reçu fiscal vous sera adressé.

Union
Nationale
des ASP



PUYLAURENS



CASTRES



D' AUSSILLON



MAZAMET



Vélo Sport



SAINT AMANS SOULT



LAMONTELARIÉ



Sous l'égide de la Fondation de France



LIONS CLUB
MONTAGNE NOIRE



VERDALLE

ASP-Tarn

2, rue de la Platé 81100 CASTRES

asp-tarn@club.fr www.asp-tarn.fr

