



Journée des proches aidant-e-s – HESAV – Mardi 5 octobre 2021

Poème narratif de la journée...¹

« Nous sommes tous et toutes proches aidant-e-s »

- Comment ça va ?
- Oh, ma mère (mon frère, ma sœur, mon fils... à choix) ne va pas trop mal en ce moment. Merci.

Quand on est proches, on est deux. Ou bien plus. Ou proches de proches. Aucun petit rôle.

Proches aidants. Proches aidantes. Proche aidance.

Des « non-professionnels de la santé » catapulté-e-s parfois en une minute dans ce rôle.

Des « partenaires à part entière ».

Des guerriers. Des guerrières.

Des expertes. Des experts.

Des « héros et héroïnes de l'ombre ».

Des allié-e-s de taille.

« Etre spécialiste de son proche » versus « Etre spécialiste des soins ».

Il y a le cadre. Et la reconnaissance. Fondamentale.

Visibiliser. Sensibiliser. Inviter à savoir. Favoriser la mise en place de moyens.

Pas que de la bonne volonté ! Question éthique. Politique.

Loi fédérale sur l'amélioration de la conciliation entre activités professionnelles et prise en charge de proches-Croix-Rouge vaudoise-Association des proches aidants-Haute école de Santé-Département de la Santé et de l'Action sociale-Proxi-Espace Proches-AiderCube-Association Lilo-Ensemble.

J'en oublie. Pardonnez-moi.

Soutien moral, psychologique, financier.

Dispositif en voie de consolidation. Collaborations. Ca mijote....

¹ Documentation narrative issue des propositions de Michael White et toutes les praticien-ne-s narratives qui travaillent avec cette méthode. CF « La documentation narrative », in Morgan Alice, « Qu'est-ce que l'approche narrative ? », Interéditions 2015



Proposer une chose à la fois !

Il y a ce qu'on croit connaître (mais déjà, il faut le savoir).

- Madame (80 ans), vous cherchez votre chambre ?
- Non, je cherche ma maman (103 ans).

Les proches... Des individus complets.

Etre proche ET maman....

Etre proche ET frère...

Etre proche ET amoureuse...

Etre proche ET grand-père...

ET ET ET

Et tant de besoins !

Formation – Information – Relève – Répit – Soutien – Finances – Reconnaissance (encore) – Sens – Equilibre – Déséquilibre – Complexité.

Mais les besoins, on y revient.

Il y a ce qu'on ne soupçonne pas.

Avoir 10 ans (ou 16 ans) et être proche aidante.

« Je me suis occupée de ma grand-mère, honnêtement je ne le referais plus ».

Les « proches-ados » sont partout. Japon. Norvège. Allemagne, Canada.

13'000 enfants bossent 50 heures par semaine et font des gâteaux expérimentaux par amour !

En Suisse aussi. Bon, plus, pour le moment, en Suisse allemande.

ALORS LES ROMAND-E-S ? A vous, à nous de jouer !

Ca passe par Instagram, par la télé, par la radio, par les journaux. Et l'école ?

Tous et toutes à Lugano le 16 mai 2022 !!!!

Car il y a certes des opportunités, mais aussi que de risques !

« Personne n'a jamais pensé à me demander comment j'allais, moi ».



Changeons nos lunettes.

« Et vous, comment allez-vous ? »

LOYAUTE. « Je ne vais pas mettre ma mère en EMS, j'ai promis à mon père que je ne ferais jamais ça ». Dette objective, dette subjective ?

STRATEGIE. Pour s'accorder une sieste de temps en temps, Paul l'accordéoniste s'est filmé pour sa femme, malade Alzheimer, qui ainsi croit l'écouter pour de vrai.

ASTUCE. Regarder de vieilles photos pour se remémorer les bons moments. Ca fabrique de la bonne hormone. SEROTONINE.

CREDO. Parfois, faire pour l'autre et pas seulement dire comment faire. Mais pas tout faire.

« Je suis ta femme, pas ta soignante ».

FILIATION. Etre « la personne désignée » par le système familial.

Parce que... tu es célibataire – tu es infirmière – tu es une femme – tu as un petit loyer – tu as du temps...

Manipulation. Culpabilisation. Levier.

« Ca y est, je suis coincée. Va falloir bosser. »

GRAND ECART. Choisir entre sa famille américaine et sa mère qui vit en Suisse.

COMPLEXITE. Où sont les proches qui ont une carrière professionnelle ?

PEUR (attention, grand chapitre).

Peur de mal faire.

Peur de ne pas savoir faire.

Peur de ne pas en faire assez.

Peur de l'étatisation.

Peur d'entendre « Il faut lâcher prise, Madame »

Peur du « Et le jour où je ne serai plus là..... »

BESOINS d'aller chez le coiffeur même si c'est cher.

Besoin d'être validé-e. D'être soulagé-e. D'être porté-e. D'être fort-e.

Besoin de penser à soi, aussi, un peu.

Besoin de voir sa famille d'Algérie.

Besoin, peut-être, de se professionnaliser.

Besoin de dire. D'ouvrir les vannes. De pleurer. De ne pas se suicider.



Besoin de concilier tous ses sentiments qui se mélangent, s'opposent, cohabitent.
« Maman, j'aime comme tu m'aimes ».

Dire « J'ai besoin d'aide ».

PAR – POUR – AVEC l'autre.

Cet aidé. Cette aidée. Bulle d'amour. Kitsungi. Couler de l'or dans les blessures.

« Après AIMER, AIDER est le plus beau verbe du monde ».

MERCI à toutes et tous de vos mots du jour.
Lausanne, le mardi 5 octobre 2021 – Florence Hügi