

LETTRE AUX ADHÉRENTS DE JALMALV-COMPIEGNE

BONNE ANNÉE 2021

à vous tous, chers Amis et Adhérents !

Une Année nouvelle commence, une page neuve s'ouvre ...

Celle qui vient de s'écouler nous a fortement impactés et nous n'en sortons pas indemnes.

Celle qui s'ouvre ne sera sans doute pas facile, mais que l'Espérance l'anime et soit pour chacun d'entre nous une force ! Nous appuyant sur les valeurs qui sont les nôtres, dignité, respect de la Vie et solidarité, nous souhaitons continuer à avancer et comptons sur chacun de vous pour continuer à nous soutenir et à nous aider à rester motivés.

Ces derniers mois ont été difficiles pour tous et dans tous les domaines. Notre vie associative n'a pas été épargnée et l'acceptation de notre "inactivité sur le terrain" est une remise en question pour chacun de nous, chaque jour.

Depuis notre Lettre de Juin dernier, l'été nous a permis de reprendre des accompagnements en Unité de Soins Palliatifs, auprès de quelques personnes accompagnées à domicile et dans un EHPAD.

Des contacts téléphoniques pour l'accompagnement de personnes en deuil avec des rendez-vous au local ont aussi pu se faire cet été. Les normes sanitaires ont toujours été de mise et respectées dans cette activité différente qui nous a contraints à nous ajuster.

De nouveau, en septembre, nous avons été amenés à suspendre nos activités.

Il en a été de même pour l'ensemble de nos formations internes, de nos sensibilisations, formations initiales et de nos conférences ouvertes au grand public. Elles seront toutes remises.

Nos formateurs et nos lieux d'intervention ne sont pas épargnés par les obligations sanitaires dues à la Covid et les contacts seront repris avec eux dès que l'horizon nous permettra d'entrevoir des éclaircies. Vous retrouverez ainsi au Majestic un ciné-débat sur les Soins Palliatifs, une pièce de théâtre sur la vie en EPHAD : "Comme à la maison" par la Compagnie Ceci-cela et d'autres projets qui se construisent dans nos rêves avant de prendre place dans une réalité que nous espérons... pas trop éloignée.

Tous nos bénévoles pourront suivre leur journée de formation avec Tanguy CHATEL qui vient régulièrement nous faire avancer sur ce chemin de l'accompagnement qui est le nôtre... Et ceux qui le souhaiteront pourront assister à un Colloque sur le deuil en novembre 2021. Travailler particulièrement cette notion du deuil dans le contexte actuel, et ne pas la restreindre au seuls bénévoles de notre "Espace Deuil à vivre" nous paraît essentiel.

La Covid a créé d'importantes solitudes et "officialisé" un face-à-face avec la mort que notre société ne veut pas voir. Chacun, dans l'équipe, doit être armé pour accueillir et écouter les vécus difficiles qui pourront nous être confiés. Même si l'écoute se fait au niveau téléphonique, il faut que vive la notion



d'accompagnement et que chacun conserve cet esprit de disponibilité, de compassion et d'écoute qui est le nôtre.

Notre Assemblée Générale, normalement prévue en mars, a pu se tenir à huis clos avec les membres de notre Conseil d'Administration, en juin... Les Conseils d'Administration ont, eux, été suspendus et reprendront, nous l'espérons, au cours de cette année 2021 ; ont été suspendues aussi nos réunions mensuelles de bureaux.

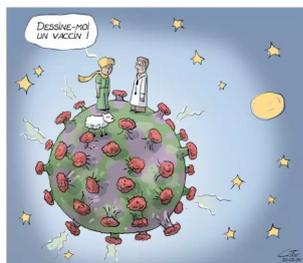
Jalmalv-Compiègne est membre du Conseil d'Administration du RSCC (Réseau de Soins continus du Compiégnois). Les ARS (Agences Régionales de la Santé) travaillent actuellement à une restructuration au niveau national des "Réseaux de Soins Palliatifs" en "Dispositifs d'Appui à la Coordination" (DAC), ce qui ouvre à de nombreuses interrogations.

Elle est aussi membre de la Coordination régionale de Soins Palliatifs des Hauts de France (CSPHF). Cette coordination rassemble des professionnels de Soins Palliatifs et des bénévoles de Picardie et du Nord. Elle a pour objectif de participer au développement de la démarche palliative sur le territoire des Hauts-de-France. En liaison avec les acteurs de la région, l'association anime, coordonne, crée du lien, informe et soutient les réflexions et les travaux pour favoriser l'accès de tous aux soins palliatifs et à l'accompagnement.

Leurs Conseils d'Administration et Assemblées Générales respectives se sont tenues par visioconférence, de même que l'**Assemblée Générale de notre Fédération Nationale Jalmalv** qui régulièrement apporte son soutien aux associations que nous sommes dans un contexte d'accompagnement sans cesse à voir et revoir.

Un passionnant **Congrès de la SFAP** à Strasbourg nous a remplis d'énergies en septembre.

Globalement, notre "travail administratif" n'a pas arrêté de fonctionner : montages de dossiers pour les demandes de subventions, contact avec nos formateurs, nos intervenants, et les institutions où nous intervenons. Qu'ils soient tous assurés de notre soutien.



Nous formons aussi des Vœux particuliers pour tous les soignants dans ce contexte difficile ; nous savons combien leur rythme est chargé. Tels des alpinistes encordés au sein d'un système de santé fragilisé depuis longtemps, ils ne comptent ni leurs temps ni leur investissement et font face. Qu'ils croient en notre profonde reconnaissance et sachent que nous serons heureux de les retrouver dès que possible.



Nos Vœux d'un meilleur à venir vous accompagnent tous. Prenez soin de chacun de vous et des vôtres.
Bien à vous,
Sabine du Passage

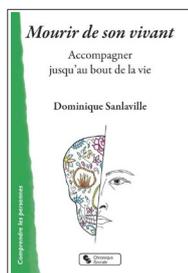
Rappel pour la bibliothèque :

Elle est ouverte à tous les adhérents à jour de leur cotisation, **permanence le vendredi matin au local (sauf vacances scolaires)** ou **sur rendez-vous**. Elle vous propose des lectures sur l'accompagnement des malades, la fin de vie et le deuil, et quelques romans touchant à ces sujets. Des témoignages d'expériences de vie complètent des ouvrages accessibles à tous.

Elle possède aussi de nombreux livres destinés à des enfants et adolescents pour parler de la vie et de la mort. Notre bibliothèque s'est agrandie, et les livres ont été à l'honneur pour beaucoup d'entre nous lors du confinement ! N'hésitez pas à nous partager vos lectures !

Livres pour adultes :

"Mourir de son vivant. Accompagner jusqu'au bout de la vie" de Dominique SANLAVILLE



Dans son travail d'infirmier, pendant 40 ans et dans sa vie privée, l'auteur a dû accompagner de nombreuses personnes. Il y en a qui se sont éteintes dans ses bras, en le regardant, persuadées qu'elles allaient vivre encore. D'autres, en proie à des souffrances insurmontables, ont réclamé, avec détermination, d'en finir, mais leur appel n'a pas été entendu. Un bon nombre, ayant traversé une existence à l'économie, se sont contentées d'une fin qui leur ressemblait. Elles n'étaient plus vraiment là, lors du grand rendez-vous. Bien peu ont pu réellement être actrices de

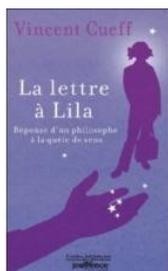
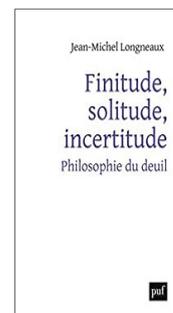
leur mort et s'y préparer sereinement. C'est son vécu que l'auteur livre ici à travers quelques histoires. Et certaines ont été bien difficiles à écrire...

Seul regret de notre part: l'accompagnement des bénévoles n'est pas évoqué.

"Finitude, solitude, incertitude" de Jean-Michel LONGNEAUX

Dans une perspective philosophique, l'ouvrage interroge dans un premier temps les grands thèmes que la psychologie et la sociologie développent à propos du deuil : de quoi fait-on le deuil ? Comment se vit une telle épreuve ? Comment le deuil est-il ritualisé aujourd'hui ? La seconde partie qui, du point de vue méthodologique, exploite principalement les ressources de la phénoménologie, tente de dégager ce que le deuil nous enseigne à propos de ce que nous sommes en tant qu'être humain. Si les deuils sont le plus souvent douloureux, c'est parce qu'ils mettent en échec les trois désirs qui nous portent dans l'existence : les désirs de toute-puissance, de fusion et d'une vie où tout est dû. Mais dans le même instant, il nous révèle sans fard, comme un être qui se caractérise par la finitude, la solitude et l'incertitude. Vivre un deuil, c'est mourir à ce que l'on n'est pas pour tenter de se réconcilier avec ce que la vie a fait de nous.

Plus encore qu'une philosophie du deuil, ne pourrait-on pas y trouver une philosophie de Vie ?



"La Lettre à Lila" de Vincent KUEFF

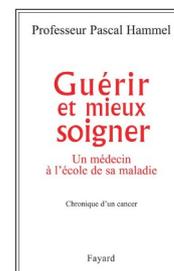
À l'aube de sa vie d'adulte, la jeune Lila, en quête de sens, écrit à son ancien professeur de philosophie. Le vieil homme, riche d'expérience, lui adresse une réponse pour le moins surprenante : à chacune de ses interrogations, il répond par... une maxime latine.

Découvrez cette lettre et laissez-vous emporter par sa justesse. Au fil des mots, vous vous demanderez sans doute si elle ne vous était pas destinée... Contre toute attente, le latin pourrait bien devenir l'un des plus grands outils de développement personnel.

"Guérir et mieux soigner : un médecin à l'école de sa maladie" du Professeur Pascal HAMMEL

Le professeur Pascal HAMMEL est gastro-entérologue, spécialisé dans le traitement des cancers de l'appareil digestif. Il exerce dans un grand hôpital parisien. Nous avons eu le privilège d'assister à sa conférence lors d'une plénière au Congrès 2020 de la SFAP.

Être médecin, travailler dans un grand service hospitalier, diagnostiquer régulièrement des cancers, ordonner et surveiller des traitements chaque jour plus efficaces, guérir ou améliorer le sort de ses patients : tout cela ne met pas le soignant à l'abri d'une maladie qui frappe 350 000 Français par an. Sa connaissance scientifique, ses relations professionnelles et ses amitiés viennent-elles au secours du médecin lorsqu'il est frappé dans sa propre chair ? Sait-il mieux ce qui se passera pour lui de l'autre côté de la perfusion, dispose-t-il de ressources morales et intellectuelles particulières ? S'il recouvre la santé, le doit-il à ses confrères et au système de soins français, à lui-même ou bien encore à la chance, voire à la Providence ? Ou un peu à tout cela ? Autant de questions troublantes qui agitent le corps médical, mais aussi l'homme de la rue. Atteint lui-même d'un cancer, le professeur HAMMEL raconte ici au jour le jour les affres par lesquelles, comme tout un chacun, il est passé. Malade, il mesure les bienfaits de l'hôpital public qui l'a guéri ; médecin, il tire de cette expérience des enseignements qui l'aideront à mieux soigner. En expert du système de soins dont il vient de bénéficier, il cherche à éclairer les Français sur les dangers qui menacent son excellence et sa pérennité.



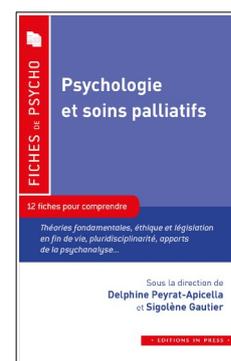
Psychologie et soins palliatifs 12 fiches pour comprendre Sous la direction de Delphine Peyrat-Apicella et Sigolène Gautier Collection « Fiches Psycho » dirigée par le Pr Lydia Fernandez

Les soins palliatifs revêtent de multiples facettes. Ils requièrent une clinique spécifique s'appuyant entre autres sur l'interdisciplinarité et la réflexion éthique, outils du clinicien dans le but d'accompagner et de s'adapter au plus près de la complexité à laquelle ils sont confrontés. Ainsi, il est d'autant plus primordial de confronter cette clinique à la recherche adaptée aux situations de terrain et de la questionner à travers des échanges pluridisciplinaires.

Cet ouvrage propose un apport théorico-clinique adapté au champ des soins palliatifs. En 12 fiches sont abordés : l'éthique et la législation en fin de vie, les soins palliatifs en pédiatrie, la détresse psychique, les spécificités de la prise en charge à domicile...

Un livre clair, riche, permettant d'ouvrir des perspectives sur la réalité d'une clinique de l'extrême, à la fois complexe et encore en devenir.

Une fiche est consacrée au bénévolat d'accompagnement grâce à Anne Boissel.



Livres pour enfants

"L'enfant et le gorille" de Jackie AZUA KRAMER

"L'enfant et le gorille" est une vraie leçon d'équilibre entre un sujet abordé de façon frontale et un traitement stylistique délicat. Le deuil est un thème régulièrement abordé en littérature jeunesse et a donné lieu à quelques chefs-d'œuvre mais aussi beaucoup de livres didactiques. L'album de Jackie Azua Kramer et Cindy Derby fait clairement partie des premiers. On est d'abord saisi par la beauté des illustrations au lavis, le choix des couleurs, les atmosphères et les silhouettes vibrantes. On est définitivement conquis par cette façon d'approcher le deuil, la résilience et la fragilité de la figure paternelle.





"La tristesse de Jules" de Sylvette GRANGER

Jules ne comprend pas pourquoi il se sent envahi par autant de tristesse et de mélancolie jusqu'à ce que sa mère lui fasse une révélation qui va bouleverser sa vie et lui faire se poser des tas de questions sur son comportement...

"Papa" de Serge MARQUIS et Gilles RAPAPORT

Un sujet délicat : le deuil, et une réponse d'une fulgurante évidence: l'amour. À la question qu'on se pose tous, croyants ou non-croyants, " Où il est, papa ", ou toute autre personne à laquelle on tient, Serge MARQUIS répond " Il est dans l'Amour ", l'amour qu'on a pour la personne disparue, un amour riche de tous ces petits et grands moments qui l'ont nourri, modelé, conforté, tous ces gestes, ces mots, ces souvenirs. C'est simple et beau, et infiniment consolatrice, car il suffit d'entrer dans l'Amour pour retrouver la personne chère.



Serge MARQUIS offre un texte d'une intense émotion qui a cette merveilleuse vertu de toucher le cœur des lecteurs de tous âges et de proposer un réconfort qui dépasse les religions, l'agnosticisme ou l'athéisme. Et, en écho sensible, Gilles RAPAPORT traduit avec beaucoup de pudeur et d'expressivité cette réponse lumineuse, ainsi que les gestes ténus si importants qui font palpiter nos souvenirs.

Un sujet difficile mais une proposition essentielle pour ne pas se perdre dans l'inquiétude, pour surmonter le chagrin, servi par le talent conjugué de Serge MARQUIS et de Gilles RAPAPORT. Un ouvrage précieux.

Et pour finir par une note de poésie qui nous aiderait peut-être à garder le cap dans notre monde quelque peu surréaliste ... il est toujours possible de relire et de s'inspirer de ce poème intitulé " **SI** "

Si tu vois détruire l'ouvrage de ta vie
Et, sans un seul mot, te mettre à rebâtir,
Ou perdre en un seul coup le gain de cent parties,
Sans un geste et sans un soupir,
Si tu peux être amant sans être fou d'amour,
Si tu peux être fort sans cesser d'être tendre,
Et te sentant haï sans haïr à ton tour,
Pourtant lutter et te défendre,

Si tu peux supporter d'entendre tes paroles
Travesties par des gueux pour exciter des sots
Et d'entendre mentir sur toi leurs bouches folles,
Sans mentir toi même d'un mot,
Si tu peux rester digne en étant populaire
Si tu peux rester peuple en conseillant les rois,
Et si tu peux aimer tous tes amis en frères
Sans qu'aucun d'eux soit tout pour toi,

Si tu sais méditer, observer et connaître
Sans jamais devenir sceptique, ou destructeur ;
Rêver mais sans laisser ton rêve être ton maître,



Penser sans n'être que penseur,
Si tu sais être dur, sans jamais être en rage,
Si tu sais être brave et jamais imprudent
Si tu sais être bon, si tu sais être sage,
Sans être moral ni pédant,

Si tu veux rencontrer triomphe après défaite,
Et recevoir ces deux menteurs d'un même front,
Si tu peux conserver ton courage et ta tête,
Alors les rois, les dieux, la chance et la victoire
Seront à tout jamais tes esclaves soumis,
Et, ce qui vaut bien mieux que les rois et la gloire,



TU SERAS UN HOMME, MON FILS !

Rudyard Kipling

N.B. Ce poème fût écrit en 1910 à l'intention de son fils John, alors âgé de 12 ans. John mourut lors de la 1ère guerre mondiale.

- Vous trouverez ci-joint votre bulletin d'adhésion et (ou) de soutien pour 2021. Par avance, un grand merci. N'hésitez pas à partager cette Lettre et ces documents afin de nous faire mieux connaître.
- Vous serez informés des dates des prochaines rencontres et évènements divers organisés par Jalmalv-Compiègne dès que possible en fonction de l'état sanitaire imposé par le Coronavirus dont nous dépendons. N'hésitez pas à nous contacter par mail ou téléphone si besoin.
- Un merci tout particulier à Sylvie S. pour toute l'aide apportée au niveau de la coordination, en binôme avec Geneviève P.B. en 2019 quand elles ont succédé à Perrine M.

Sylvie quitte ses fonctions mais nous a promis ne pas perdre le contact avec notre équipe ce que nous espérons vivement ! Que de bons vents t'accompagnent Sylvie 

JALMALV Compiègne 5 square des Acacias, 60200 COMPIEGNE

Tél : 03 44 20 95 26

Mail : jalmalv.compiegne@orange.fr

