

Etre bénévole de répit



LIEN SOCIAL

25/10/2021

Au nom de la solidarité et de la fraternité, le Secours Catholique de Pau a mis en place un groupe de bénévolat de répit pour soutenir les proches aidants. Il s'agit, pour des bénévoles, de se rendre au domicile de l'aidant et de la personne dépendante afin d'assurer une présence bienveillante auprès de celle-ci.

Des besoins nouveaux sont apparus dans notre société et révélés par une enquête Handicap-santé de 2008 montrant que huit millions de personnes aident

régulièrement leur proche pour raison de santé ou de handicap. Un million six cent mille personnes (enquête MACIF 2008) y consacrent plus de 50 heures par semaine. Ces « proches aidants » sont des femmes ou des hommes non professionnels (famille : 78 %) qui, par défaut ou par choix, viennent en aide à cette personne dépendante à domicile. Le dévouement de ces personnes se manifeste au détriment de leur vie personnelle.

Lorsque la dépendance est très importante, ils n'ont plus de temps pour eux, leur vie sociale et leur vie professionnelle sont menacées puis perdues. Tout bascule. Stress, fatigue puis épuisement vont apparaître, car le soutien ponctuel des intervenants professionnels tout au long de la journée est insuffisant. Ces personnes ont besoin de souffler, d'avoir du temps pour elles, d'être écoutées, valorisées dans le travail qu'elles font. Il leur faut prendre du recul.

La relation aidant-aidé est une relation très forte, complexe et il est très difficile pour l'aidant de laisser la personne dépendante (culpabilité). Pour éviter l'épuisement de ces personnes généreuses il est reconnu que les aides proposées par notre système de santé sont très insuffisantes, et les institutions concernées n'ont pas les moyens en ce moment de financer des aides supplémentaires.

Le groupe de répit mis en place par le Secours Catholique de Pau pour soutenir les proches aidants permet ainsi à l'aidant de prendre du temps pour s'occuper de lui, de « souffler », de retrouver s'il le souhaite un peu de vie sociale... On reconnaît ainsi l'importance de ce qu'il fait et on lui propose non seulement un soutien, mais la possibilité de nouer de nouveaux liens alors que sa situation l'isole.

Prendre soin de l'aidant et de la personne qu'il aide est une expérience très enrichissante et très gratifiante pour le bénévole. Elle développe en nous la capacité de faire attention à l'autre et donc la réflexion, le discernement. Cela ne peut advenir sans le respect de l'autre. Prendre soin nécessite de prendre le temps. Il y a une différence de rythme entre la vie courante et la vie qui prend soin : le temps de la réflexion doit s'y ajouter. Tout cela vise une vie bonne pour l'autre et pour nous et y contribue.

Si vous vous sentez concerné par ceux qui sont dans ces situations, si vous voulez partager avec eux un temps de vie en acceptant humblement qu'ils vous enrichissent, faites-vous connaître en appelant le 05 59 50 70 80, en envoyant un

mail à repitpau.642@secours-catholique.org ou en remplissant le formulaire de bénévolat sur notre site web :

<http://paysdeladour.secours-catholi...>

<https://paysdeladour.secours-catholique.org/notre-actualite/etre-benevole-de-repit>