

SECTEUR DE RIMOUSKI - TÉMOIGNAGE D'UNE PROCHE AIDANTE

Bonjour,

En cette journée de la croix dans le monde chrétien, l'organisme Respir m'a demandé de faire un témoignage sur ce qu'est un proche aidant et de la lourdeur de sa croix. Comme les proches aidants ont des situations différentes, je vous livre ce témoignage qui représente exclusivement mon vécu.

Mon mari est atteint de sclérose en plaques depuis plus de 20 ans. Au fil des ans et avec la progression de la maladie, mon mari et moi avons dû, chacun à notre façon, faire certains deuils : deuil de la santé, deuil de la vie professionnelle, deuil de voyages, deuil de sorties chez nos parents et amis dont les maisons ne sont pas adaptées, enfin deuils de toutes sortes.

Face aux besoins de mon mari en matière de soins et de services, le système de santé m'a baptisée aidante naturelle; en langage clair, c'est celle qui assume la garde 24h sur 24, 7jours/semaine, et qui alerte les professionnels de la santé en cas de besoin. J'ai souvent accompagné mon mari au Centre de santé et chaque fois, la charge augmentait en fonction de la dégradation de son état. À titre d'aidante naturelle, on m'a initiée aux soins à donner à domicile, comme à titre d'exemple, faire des injections. En plus de mon malaise et mon insécurité face aux soins à prodiguer, j'ai dû aussi trouver des solutions à des situations familiales qui me dépassaient. Mes 4 enfants devaient composer avec les situations changeantes dans l'organisation de la maison et l'organisation du travail à la ferme.

Bien des fois, je me suis sentie fatiguée, essoufflée, dépassée, désenchantée. La colère, la tristesse, la détresse, l'impuissance sont des états d'âme et des sentiments qui m'ont habitée et m'habitent encore parfois. C'est dans ces moments que me reviennent en tête les paroles de ma mère: « Nous avons tous une croix à porter sur terre et nous avons que la nôtre. Dieu nous donne la force nécessaire pour la porter ». Ces réflexions me réconfortent. Elle m'a appris aussi que la vie est plus facile dans l'amour et le pardon que dans la haine et la rancune. J'essaie de suivre ses conseils et j'apprends à me pardonner de n'être pas toujours à la hauteur de la situation.

Plus jeune, je contestais son opinion quand elle me disait que dans la vie, parfois il fallait faire des sacrifices. Ce mot m'hérissait au plus haut point. Avec le temps, j'ai compris tout son sens. Je préfère cependant le mot renoncement qui m'apparaît plus doux. Quand on est proche aidant, on connaît l'abnégation, l'effacement, le renoncement. On saisit aussi tout le sens du mot engagement.

Heureusement, il y a une contrepartie. On devient inventif, débrouillard, empathique et surtout, expérimenté en soins à domicile. On se découvre des dons insoupçonnés. On apprend aussi qu'on a des limites, qu'on a besoin d'aide et qu'il ne faut pas se sentir gêner de demander du soutien.

Dans les moments où j'étais dépassée par les événements, un ange m'apparaissait pour m'aider à supporter ma croix. Il avait le visage d'un membre de la famille, ou celui d'un ami, ou celui d'un voisin, voire même d'un étranger bienveillant. J'accueillais cette personne en la remerciant de son soutien et je remerciais Dieu d'avoir répondu à mes prières.

Dans mon parcours de proche aidante, la vie de Jésus m'est inspirante et pleine d'enseignement. Quant j'éduquais mes enfants et que leurs comportements me désolaient, je pensais à Jésus, ce fils de Dieu qui a fait pleurer sa mère, Marie. Cette pensée me consolait. Ce fils de Dieu a eu, lui aussi, son chemin de croix et il ne l'a pas trouvé facile. Je crois qu'il en est ainsi pour chacun de nous sur terre: nous avons chacun notre croix à porter, juste la nôtre.

Merci de votre attention.

Françoise Demers, avril 2013