

La Missive

Juillet 2025

13

La souffrance ne devrait jamais être une solitude

La solitude, ça n'existe pas, chantait Gilbert Bécaud dans les années 1970. **Et pourtant...**

A la veille de cette période estivale 2025, alors que bon nombre de français vont désertier les villes pour des vacances en famille, de la détente, des moments de bonheur et de joies,...

Nombreux seront ceux qui, cette année encore, seront alités à l'hôpital, en EHPAD, ou à domicile, affrontant chaque jour **une solitude pesante et stressante**.

Nombreux seront les soignants qui prendront soin de toutes ces personnes avec parfois de **grands moments de solitude** face à la maladie et à la mort.

Nos bénévoles d'accompagnement seront là cet été pour passer un moment **avec ceux qui sont seuls**, pour les écouter et leur montrer, par leur présence, qu'ils ne sont pas abandonnés par la société.

Nous leur apporterons bienveillance, douceur et écoute car c'est notre devoir d'humains, notre devoir de fraternité.

Alors, vous qui nous lirez, **venez rejoindre Jalmalv Yvelines** et **donner un peu de votre temps** en accompagnant à l'hôpital, en EHPAD ou à domicile.

Vous ferez partie d'une équipe soudée et bienveillante pour qui l'accompagnement va de soi.

Et si l'accompagnement ne vous tente pas, nous avons besoin aussi de bénévoles pour l'administratif, l'informatique, ...

Bel été à tous.

Maguy Palicot
Présidente



Une nouvelle bénévole nous a rejoint et a commencé les accompagnements : **Christine T.**

**BIENVENUE
DANS L'ÉQUIPE!**



Dates à retenir :

**Les Forums de la rentrée
06 & 07 septembre :**

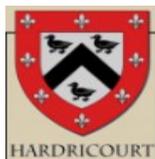
Nous y serons

J.A.L.M.A.L.V. Yvelines

20, place Létang - 78250 MEULAN / Tél.: 07.69.55.95.90

e.mail: jalmalv.yvelines@gmail.com

Site internet : <https://www.jalmalv78.com>



Contre la solitude : recréer du lien

Trop souvent, nous prenons le mot solitude au sens restreint et péjoratif d'isolement. La **solitude** est inhérente à la nature humaine, elle est inéluctable. Une part de notre être restera toujours inexplicable. L'**isolement** est l'état d'une personne qui est ou qui se sent hors des liens sociaux (et donc dévalorisée).

Y'a-t-il quelqu'un pour comprendre ?

Monsieur D. était peintre, artiste peintre. Il avait passé une bonne partie de sa vie à travailler avec un grand peintre connu et reconnu : Victor Vasarely.

Comment, pourquoi la vie avait-elle mené Monsieur D. à l'Ehpad de Meulan ? reste pour moi un mystère (d'ailleurs, me direz-vous, cela ne me regarde pas).

Mais il se plaignait beaucoup du manque de communication. A qui pouvait-il parler de son métier, de son univers artistique ? Peut-être aurait-il pu, mais il y avait renoncé et en souffrait. Il ne voulait même pas exprimer cette souffrance avec ses pinceaux. Il s'était enfermé dans sa tour d'ivoire...

Françoise J.



Victor Vasarely 1906-1977
Reconnu comme l'inventeur de l'art optique

J'ai toujours pensé que le pire truc qui pourrait nous arriver c'est de finir sa vie tout seul. Mais c'est faux. Le pire truc, c'est de finir sa vie entouré de personnes qui nous font nous sentir seul.

- Robin Williams

Le groupe de paroles, un briseur de solitude !

Et nous, les bénévoles, nous sentons-nous seuls ?

Dans notre mission d'accompagnement, nous passons souvent par un instant, plus ou moins fugace, de solitude : lors d'une visite, le temps juste avant de frapper à une porte de chambre, la respiration que l'on prend avant de découvrir une personne nouvelle et souffrante, lors des silences que l'on ne sait plus bien gérer, lors de la manifestation de la douleur où nous sommes impuissants...

« **Ce sentiment de vide en moi-même et à l'extérieur, de solitude, fait place à un sentiment de plénitude lorsque je quitte la personne que j'ai accompagnée, car il se joue toujours quelque chose dans notre échange** » précise Hélène D.



Ce partage de ressentis, d'émotions, d'expériences qui parfois nous laissent tristes ou démunis, nous avons la chance de pouvoir l'évoquer lors d'un rendez-vous mensuel incontournable : le **bien-nommé groupe de paroles**, où toute parole est accueillie !

Animé par une psychologue, c'est un espace rassurant, ressourçant, où nous avons la possibilité de « déposer » ce qui nous fait mal, ce que nous avons vécu de riche, d'inquiétant, de drôle parfois... « *on peut tout dire, tout exprimer sans craindre le jugement des autres* », nous confie Josette P.

Nous qui avons fait l'expérience de la solitude, nous disposons d'un espace de parole, d'une oreille bienveillante : **Un échange généreux qui représente un soulagement, une pause dans la solitude, un recul bienfaisant.**

Les accompagnants Bénévoles

Etre seul dans une foule, c'est toujours être seul

Ce sentiment de solitude, il n'y a pas d'âge pour le ressentir, bien que nos aînés semblent être plus touchés. Ce qui est sûr, c'est qu'à ce moment là, il manque quelque chose : de la présence ? de l'écoute ? de l'attention ? de l'amour ? de l'affection ? de la reconnaissance ?... On se sent de trop, pas à sa place et on a peur de déranger, alors on est triste, on ne parle pas, et on se referme sur soi.

Il existe dans notre société un vrai manque de communication et de solidarité, laissant l'Autre dans l'oubli, alors qu'il est si facile de faire un pas en avant, de lui tendre la main et de se rapprocher de lui. Un geste, un sourire, un regard, une parole, c'est ainsi que nous, accompagnant(e)s bénévoles, essayons de maintenir le lien social afin que toutes ces personnes se sentent exister pour les autres, et soient reconnues dans la société.

Oui elles sont bien Vivantes, et nous les aimons !

Sylvette A.



L'écoute, un antidote à la solitude ?

Durant toute ma vie professionnelle, j'ai essayé d'être à l'écoute de mes clients.

Retraitée depuis deux ans, ayant été titulaire de plusieurs pharmacies d'officine, **j'ai mesuré l'ampleur de la solitude de certains malades**. Étant au comptoir le plus souvent possible, je ne pouvais prendre suffisamment de temps pour écouter les malades, les autres clients révélant des signes d'impatience. Je me suis donc naturellement tournée vers JALMALV en tant qu'accompagnante bénévole pour tenter de leur apporter mon soutien, d'être attentive à leurs besoins, **de combler cette solitude**.

Christine T. (Nouvelle bénévole)



Thème de la prochaine missive : Inviter le rire en fin de Vie

La vie de l'Association : Nous y étions

Rencontre en janvier avec « **La Main Tendue** », Association Paroissiale de Verneuil qui a pour but de **soulager la solitude** et de faciliter l'entraide. Ce rapprochement s'est fait pour accompagner une personne endeuillée de Verneuil.

Déjeuner/Dîner-Débat des Bénévoles :

Le 18 janvier à Gargenville, les bénévoles se sont retrouvés pour partager une raclette-party bien sympathique.



Ils vont « remettre le couvert » le 27 juin, après une petite formation sur la Représentation des Usagers (RU).

Cérémonie des Voeux en janvier :

- Avec galette en présence de Mr Le Maire, à Triel / Seine
- du CHIMM en présence de Mme Le Maire de Meulan, de Mr Le Maire des Mureaux, et ce, sur des sites d'intervention différents.

Matinée des Témoins au collège Mercier Saint-Paul :

Plusieurs associations, dont Jalmalv, ont été conviées le 12 février pour présenter, aux élèves de 3ème, leurs valeurs, leurs missions, ... Une matinée fort enrichissante.



Rencontre-débat autour du film « **Le dernier souffle** » de Costa Gravas à Maule le 26 février en présence de Dr Grange... Film qui explore les thèmes de la fin de vie à travers les dialogues entre un médecin et un écrivain.

Avant-première du film « Les oiseaux de pluie » le 08 Mars au Cinéma Le Fontenelle à Marly le Roi.

Événement organisé en Partenariat avec les Associations JALMALV Yvelines et ASP Yvelines - Membre de la Fédération JALMALV.

L'équipe du film y était présente, accompagnée des oiseaux acteurs, en liberté dans la salle de cinéma.



La Conférence grand public organisée le 20 mars à Bècheville - Les Mureaux, en partenariat avec le CHIMM et l'Association LIEN, et animée par le Dr Jean-Marie Gomas, a rassemblé une soixantaine de personnes intéressées par le sujet « Place des familles dans l'accompagnement des malades : Droits & Devoirs ».

Formations :

En ce premier semestre 2025, plusieurs bénévoles ont suivi les formations ayant pour thème :

- **Formation Initiale**, délivrée par l'ASP Yvelines-membre de la Fédération Jalmalv, pour une nouvelle bénévole
- Formation Expérience Patients dans le cadre du CHIMM, animée par l'Institut Français de l'Expérience Patient (IFEP)
- Conférence à la CPAM à destination des RU & sur le thème « Usagers et assurance maladie, de quoi parle-t-on ? »
- 1er Carrefour d'expérience - Représentation des Usagers à Jalmalv : Vers plus de RU
- Rôle et mission d'un(e) Président(e)
- **Formation sur l'écoute** proposée par Jalmalv Chartres pour une nouvelle bénévole
- Webinaire ARS et Webséminaires SFAP

Maison des familles – Les Mureaux :

Jalmalv a été invitée, le 05 avril, à participer à l'animation d'un après-midi sur le thème « Sensibilisation à l'accompagnement des enfants dans le deuil ». Beau moment de rencontres avec des parents créatifs : création d'un outil Visio, d'une bande dessinée, échanges interactifs.

Résidence Séniors Les Jardins Médicis :

Une nouvelle Convention a été signée en avril et les accompagnements ont commencé mi-mai. Une de nos motivations : **rompre la solitude** des personnes isolées par la maladie, le grand âge, l'absence de famille ou l'éloignement...



Rencontre avec Mme Diop, Députée de la 9^e circonscription le 12 mai :

Suite aux courriers envoyés aux députés par Jalmalv Yvelines, concernant la fin de vie, nous avons obtenu quatre réponses par mail et une rencontre aux Mureaux : Opinions différentes mais entretien cordial.

20 Ans de JALMALV Val d'Oise, le 17 mai :

Cet anniversaire marque une étape importante pour l'association. Nous avons tenu à y assister pour affirmer nos liens en Ile de France. Ce fut un moment d'émotions et de partages.

Notre conseil littéraire

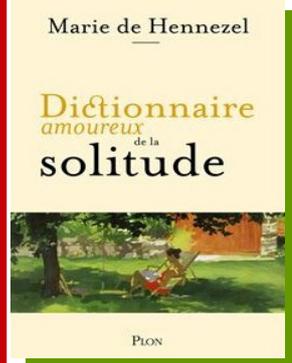
Dictionnaire amoureux de la solitude (Publié chez Plon)

Dictionnaire "amoureux" de la solitude ? Autour de moi on me demande : Comment être amoureux de la solitude ? L'image que l'on en a est si négative, si repoussante, dans notre monde moderne. Ce sujet est complexe mais il est magnifique. J'ai tout de suite compris que ce Dictionnaire amoureux pouvait être l'occasion exceptionnelle d'une longue méditation sur cette réalité humaine si maltraitée.

C'est donc un texte très personnel et subjectif que vous allez lire. Son écriture m'a emmenée dans une longue promenade amoureuse, solitaire certes, mais riche de tant de rencontres. Car la solitude n'est pas l'isolement. Et d'emblée cette différence doit être dite. On les confond trop souvent...

Marie De Hennezel

<https://www.youtube.com/watch?v=F218hIEQNR8>



Notre Histoire : suite

... L'année 2012 présente une activité de bénévolat égale à celle de 2011 : nouveaux bénévoles, nouvelles formations, accompagnements sur de nouveaux lieux d'intervention. L'espace et la permanence Deuil s'enrichissent aussi et évoluent.

C'est également cette année là que la Fédération demande aux associations de travailler sur la Loi Léonetti, l'objectif étant de faire connaître le contenu de cette loi dans un contexte de réflexions sur l'euthanasie. Pour cela, les bénévoles de l'association sont d'abord interpellés, puis des interventions ont lieu dans un lycée professionnel à Trappes, et dans plusieurs clubs à Vernouillet et Meulan. Un projet d'une réunion publique sur Rambouillet prend forme, et l'association est présente au Congrès de Jalmalv à Marseille. Un article paraît dans les Echos de Meulan et un autre dans le Courrier de Mantes après entretiens avec les journalistes. D'autres rencontres ont lieu : Une interview TV et un entretien sur une radio locale. Le but en est de faire connaître et rayonner Jalmalv et son éthique, parler et faire découvrir la Loi Léonetti...

Treize ans plus tard, ..., nous « remettons l'ouvrage sur le métier » comme dirait Boileau. ... En effet, c'est une machine infernale, un travail sans fin !...

À suivre...

Être adhérent JALMALV,
c'est **soutenir**
une fin de vie
accompagnée.

Nos projets 2ème semestre 2025

Ouverture de la **Maison des Usagers et des Associations au CHIMM**, prévue 4ème trimestre 2025 ?
Nous espérons pouvoir y organiser des rencontres Deuil avec les Familles.

Développer les soutiens financiers (ex. de grandes entreprises qui, dans le cadre de leur mécénat, détachent pour ½ journée par semaine ou par mois, un de leurs salariés afin qu'il aille accompagner bénévolement) et **multiplier les adhésions** pour que l'association continue ses missions d'accompagnement auprès des personnes souffrantes.

Toutes vos suggestions sont, bien sûr, les bienvenues. Contactez-nous !

Actualités

Loi Fin de Vie :

Le 27 mai dernier, l'Assemblée Nationale a adopté, en première lecture, deux textes relatifs aux Soins Palliatifs et à l'aide à mourir, dont 305 députés pour - 199 contre. La proposition de loi sera discutée au Sénat en septembre.

Voir le point de vue de la SFAP:

<https://sfap.org> > system > files Fichier pdf: Fin de vie

Ligne d'écoute :

Cet été, des bénévoles seront à votre écoute, du lundi au vendredi de 10h à 12h30 et de 14h à 19h
Au 0 805 650 056 – Service & appel gratuits

Assemblée Générale de la Fédération, les chiffres parlent d'eux-mêmes :

4.373 adhérents, 1.850 bénévoles dont 1.639 bénévoles d'accompagnement, 176.184 accompagnements sur 120 villes, 10.000 jeux de cartes vendus depuis leur parution.



ADHESION 2025

Je souhaite être adhérent(e) de JALMALV YVELINES - Association Philippe Marze, pour l'année 2025
(à renvoyer, accompagné du règlement *)

Mr () Mme () NOM PRENOM
Adresse CP Ville
Tél fixe Tél portable
Email @

Cotisation membre adhérent	minimum 30€ ()	Signature
Cotisation couple adhérent	minimum 45€ ()	
Cotisation membre bienfaiteur	minimum 50€ ()	
Cotisation Hôpital	minimum 200€ ()	
Etudiant / Jeune – de 25 ans	minimum 15€ ()	
Don	()	

Merci pour votre soutien



RIB : FR76 1751 5000 9208 5011 5325 373 - BIC : CEPFRPP751 (Caisse d'Epargne)

* Un reçu fiscal vous sera adressé pour l'intégralité de votre contribution
(Cotisation + Don)

JALMALV Yvelines - Association Philippe Marze / 20 place Létang - 78250 MEULAN
Tél.: 07 69 55 95 90 / e.mail : jalmalv.yvelines@gmail.com / Site internet : <https://www.jalmalv78.com>