Le journal
des résidents
du Tarn

Sur le Banc

N°22 - 2e semestre 2011

La solidarité

sommaire

Edito > p2

La parole aux résidents > p3 à p21

Les aidants vous informent > p22 à p24

Par définition la SOLIDARITE est un lien d'engagement et de dépendances réciproques entre des personnes ainsi tenues à l'endroit des autres, généralement des membres d'un même groupe, liés par une communauté de destin (famille, village, profession, entreprise, nation…).

Selon l'ETAT, le devoir de solidarité est la pratique de redistribution coercitive des revenues et des richesses.

Il existe diverses formes et différentes associations de solidarités : au sein d'une société la solidarité s'exprime en particulier envers les plus pauvres. Elle peut prendre la forme d'une aide pécuniaire, d'un soutien moral ou d'une aide en nature (nourriture par exemple avec les Restos du cœur).

Récemment au Japon la solidarité s'est manifestée. C'est le cas particulièrement lorsqu'une partie d'une population est victime d'un problème inattendu tel qu'une catastrophe.

Plus prés de nous, la « zone Euros » renforce la solidarité entre Etats.
Reconnaître le rôle et la place des personnes âgées dans toutes leurs diversités est un enjeu majeur pour favoriser la solidarité entre les générations et promouvoir l'égalité d'accès à un vieillissement réussi pour tous.
A ce sujet la journée de la solidarité (financière) de la part des salariés actifs pour les personnes âgées est fixée en France le lundi de pentecôte.

L'A.J.R.T ne joue-t-elle pas une sorte de solidarité entre générations ?
Merci aux Résidents, Animatrices, et à toutes les personnes qui écrivent pour ce journal. Merci à la Présidente de l'Association Alzheimer 81 de nous expliquer dans ce numéro de journal, le fonctionnement de cette association

Francis CERDAN
Président A.J.R.T

Le thème du prochain numéro
«Sur le Banc» sera :
l'amitié

ET SI NOUS PARLIONS « SOLIDARITÉ »

Raymonde Pujol : La solidarité, c'est de dire bonjour à quelqu'un, de lui dire un petit mot...

Jeanne Chabbert : c'est plutôt aider quelqu'un, c'est plus que d'être aimable.

Raymonde Pujol : Où c'est tout simplement demander à l'autre s'il a besoin de quelque chose.

Jeanne Chabbert : Bien sûr, nous, nous sommes aidés par nos familles

Charly Séverac : Dans ce cas, c'est plutôt de l'entraide familiale

Jeanne Chabbert : oui mais quand même, vous savez il y a des gens qui ne sont pas du tout aidés.

Louise Pistre : La solidarité c'est ça, aider celui qui est en peine.

Raymonde Pujol : Ici par exemple à Mazamet le soir de Noël, un réveillon est offert aux personnes qui sont seules où dans le besoin. Je ne sais plus quel est l'organisme qui le prépare, l'école Jeanne d'Arc où les petits frères des pauvres peut-être.

Jeanne chabbert : Oh, il y a différents organismes qui proposent des choses

Raymonde Pujol : Et Coluche ? Il s'est bien occupé des pauvres ! Il a fait comme l'Abbé Pierre, qui s'est rendu compte qu'il y avait des personnes qui n'avaient rien et qui vivaient dans la rue. Il leur a trouvé un toit et donné à manger

Charly Séverac : C'était pendant l'hiver 56.

Raymonde Pujol : on distribue aussi des tentes pour ceux qui n'ont pas de domicile. Vous savez il y a des gens qui ne veulent pas vivre dedans. Nous on ne peut pas les comprendre mais c'est leur façon de vivre ; il y a bien une chanson qui dit « On est des clochards, on n'a pas d'abris, on vit dans les rues sans toit. On a le ventre vide et le cœur meurtri et l'on meurt de fin et de froid. Mais nous avons nos richesses malgré tout et surtout on s'y trouve chez soi.

Charly Séverac : L'armée du salut fait aussi beaucoup pour les pauvres. En principe à l'époque de Noël ils se mettent avec une marmite et une clochette place Gambetta et ils aident les personnes en difficultés.

Danièle Lagoute : Vous m'avez parlé de nombreux organismes qui font preuve de solidarité envers les autres, mais est-ce que vous auriez des exemples plus personnels ?

Raymonde Pujol : Nous avons participé au Télèthon. Nous avons confectionné des paquets cadeaux pour les commerçants de Mazamet qui les ont remis à leurs clients pour symboliser une promesse de don. Les clients les ont ensuite apporté au jardin des promenades afin de constituer une pyramide colorée. Et en plus nous nous sommes réunis entre maisons de retraite plutôt que de travailler chacun dans notre coin.

Jacques Thurner : Ça c'est un bel exemple de solidarité c'est important d'aider les autres...

Berthe Cousinié : Quand L'occasion se présente...

Jeanne Chabbert : On fait ce qu'on peut...

Raymonde Pujol : Enfin moi je vais vous raconter une histoire vraie. C'était deux voisines qui étaient fâchées depuis très longtemps et un jour qu'il avait neigé très fort et que le sol était glissant et bien l'une est allé au secours de l'autre et l'a aidée à traverser la rue.

>

Séverac Charly : Et bien moi lorsqu'il faisait mauvais j'allais chercher le pain pour ma voisine

Jeanne Chabbert : et moi, depuis que je suis ici j'accompagne ma voisine de chambre pour les repas car c'est un peu difficile pour elle de se déplacer seule.

Raymonde Pujol : Et pourtant, il vaut mieux, tant qu'on le peut, ne pas trop compter sur les autres. Il y a un proverbe qui dit « aide-toi le ciel t'aidera » ou bien « charité bien ordonnée commence par soi même ». Vous savez à nos âges on a déjà du mal à s'occuper de nous alors...

EHPAD Saint Joseph MAZAMET

EN 2006, LA MAISON DE RETRAITE ACCUEILLE LES "SANS ABRIS" D'UNE NUIT

Dans notre vallée du Thoré, le dernier week-end de janvier 2006, le gel a causé d'importants dégâts et notre village de Labastide-Rouairoux n'a pas été épargné.

Le samedi 28, il a neigé sans discontinuer et dans la nuit, une pluie verglaçante s'est abattue sur cette neige déjà gelée. Au réveil, quelle désolation : plus d'électricité, plus de téléphone, les arbres se sont cassés comme du verre et sont couchés sur la chaussée, les câbles ont cédé, la route a été fermée à la circulation entre Mazamet et Labastide.

Dans un esprit de solidarité, le personnel et les résidents se sont mobilisés et le dimanche soir nous avons pu accueillir une vingtaine d'automobilistes bloqués loin de chez eux. Nous avons partagé le repas du soir et ils ont dormi au chaud jusqu'au lendemain matin sur des lits de camp apportés par la Croix Rouge.

Avec l'ensemble du personnel de la résidence, nous sommes très contents d'avoir aidé ces familles car, dans la majorité des cas, c'est le contraire qui se produit : ce sont souvent les jeunes qui viennent au devant des plus âgés!

Les résidents de la maison de retraite de Labastide Rouairoux

LA SOLIDARITÉ AU QUOTIDIEN

En parlant de la solidarité nous avons constaté que c'était un sujet intarissable nous la retrouvons partout en tous lieux et tous contextes :

- La solidarité à la campagne
Avec une grande entraide mutuelle dans les travaux agricoles, ce qui créa les CUMA (Coopération de matériel agricole commune) puis l'entraide entre voisins qui dans les souvenirs des résidents est très présente et importante.

- La solidarité en ville
Aider une personne en difficulté à traverser ou à retrouver son chemin et plus récemment mise en place du covoiturage.

- La solidarité face à une catastrophe naturelle
Un don d'argent ou plus modestement du soutien moral, aider à faire des réparations, accueillir des personnes chez soi ou tout simplement se regrouper pour être plus efficace.

- La solidarité avec des inconnus
Aider une personne en difficulté ou tout simplement engager la conversation.

- La solidarité avec les animaux
Et oui même chez les autres espèces nous pouvons trouver des exemples de solidarité comme chez les loups qui vivent en meute ou même le travail du chien de berger qui prouve une grande solidarité envers l'homme cela peut également être une femelle qui recueille des bébés abandonnés.

- La solidarité familiale
Qui semble repousser toutes les limites, ce lien entre les parents, frères ou sœurs, pousse à une solidarité sans limite.

- La solidarité de vie en communauté
Aider une nouvelle personne à trouver ses repères, l'écouter, la conseiller.

- La solidarité sociale
Verser des impôts, le don d'argent à des organismes ou s'investir dans une association et distribuer des repas aux sans abris par exemple.

- La solidarité face à l'environnement
Respecter l'environnement c'est être solidaire envers les générations futures mais aussi c'est respecter le travail d'autrui.

Et Oui ! C'est tout ça LA SOLIDARITÉ

« La solidarité est inné on ne peut pas vivre seul, on vit a plusieurs dans le monde, on travaille pour nous et pour les autres, même inconsciemment on est solidaire »

Mme TREILHES

La solidarité n'a pas de frontière

Mais nous n'avons pas voulu en rester là parler de la solidarité c'est une chose, nous avons donc décidé de mettre à profit nos idées et notre savoir faire, et par le biais de notre atelier couture, nous avons fabriqué une trentaine de trousses scolaires. Motivés par l'envie d'aider, après quelques coups d'aiguilles, notre travail était prêt à accueillir stylos et matériels scolaires qui ont été en partie offerts par la Mairie d'Albi. Nous avons choisi d'offrir ce don à une école de Lomé capitale du TOGO (AFRIQUE). Un peu de temps et de travail sert à aider un pays sous développé à environ 10000 Km de chez nous. Une action de solidarité qui en entrainera bien d'autres ...

Les résidents des jardins de jouvence à Albi

QUAND J'ENTENDS LE MOT SOLIDARITÉ, QU'EST-CE QU'IL M'ÉVOQUE ?

Nous pensons tout de suite à l'entraide pour les travaux des champs autrefois, par exemple :

- les battages
- les vendanges
- les moissons

Sans oublier la fête du cochon !

Et bien sûr, l'entraide avait un côté pratique car il y avait peu de machines et qu'il fallait beaucoup de main d'œuvre ; cela permettait aussi de se rencontrer et ainsi, on se rendait service.

La solidarité, c'est aussi donner à quelqu'un ce qu'il n'a pas
Je donne des truites au voisin après une bonne pêche
- Je lui prête un outil

Mr Montagné, un ancien agriculteur témoigne : « J'avais 49 ans et je me suis brisé les talons en dépiquant, en tombant d'une balle : 8 mois de plâtre ! Je n'ai pas eu besoin de faire appel aux voisins, ils sont venus d'eux même pour m'aider… ! »

Autrefois, également, on se réunissait plus facilement car il n'y avait pas la télé ; on se rencontrait pour une belote, une veillée.

Actuellement, les familles sont dispersées.

Aujourd'hui, dans le cas d'une catastrophe naturelle, incendie, inondation, on se dit, ça pourrait m'arriver à moi aussi, alors, on peut donner de l'argent, c'est le cœur qui parle.

Pour les personnes qui sont loin, on pense à eux, on se sent solidaire et on est souvent sollicité pour envoyer de l'argent ; avec les moyens de communication actuels, on est informé de ce qui se passe en temps réel.

Autrefois, l'association qui existait pour venir en aide aux plus démunis, était principalement le Secours Catholique.

Il existe actuellement beaucoup d'associations qui font parler d'elles : le Téléthon, le don du sang, etc.…

La plupart du temps, on envoie des médicaments, des vêtements aussi.

A la maison de retraite, quand on pousse un fauteuil, quand on fabrique des objets pour les donner ou les vendre, on se sent aussi solidaire !

Le mot de la fin : SOLIDAIRE POUR NE PAS ETRE SOLITAIRE

Maison de retraite les Arcades
à Dourgne

LA SOLIDARITÉ ... DES TÉMOIGNAGES

« La solidarité est une perception de la vie personnelle. Chacun le voit et le vit comme il l'entend ».

« La solidarité c'est s'aimer, s'aider, porter secours aux autres. Quand j'étais gosse, je gardais une petite fille, une voisine, sans rien attendre en retour, pour rendre service. On apprend à tout le monde qu'il faut aider son prochain, malheureusement ça ne s'applique pas ».

« La solidarité c'est un grand mot, car la solidarité est très grande, elle ne finit jamais. A tout moment il peut y avoir une ou plusieurs personnes qui peuvent avoir besoin de beaucoup de choses ; il faut savoir rester très proche de ces regards ».

« Autrefois on éduquait les enfants avec comme objectifs : la solidarité, prendre soin des anciens. Aujourd'hui, plus nous avançons dans le progrès et plus nous reculons dans les sentiments ».

« La solidarité, c'est loin maintenant on peut juste s'aimer entre nous, aider celui qui est le plus en peine. Ici enfermés, on ne peut pas faire grand chose. Parfois, des résidents n'acceptent pas que l'on soit solidaire envers eux. Ils ont l'impression que l'on fait l'aumône, ils se refusent, se rétractent.

Vous les jeunes vous pouvez faire de grandes choses. On peut s'engager auprès des malades comme en ce moment on parle beaucoup du SIDA. On critique les jeunes, mais moi je leur fais confiance car ils sont très près de la réalité et ils s'investissent bien. On dirait qu'ils sont prêts à recevoir la peine des autres, ils le font naturellement ».

Groupe de parole
des Quiétudes
à Lautrec

ATELIER D'ÉCRITURE EN LIEN AVEC LE THÈME DE NOTRE JOURNAL

Ecrire une histoire, un poème ou tout simplement quelques pensées sur le thème de « La solidarité » en utilisant pour le début de chaque phrase une lettre du mot SOLIDARITE .

Dans notre maison, nous adoptons une forme orale plutôt qu'écrite pour réaliser cette activité afin de permettre aux personnes mal voyantes ou qui ont des difficultés pour écrire de pouvoir participer en toute sérénité.

Objectifs de l'activité :

- Favoriser l'expression orale de la personne âgée
- Créer un lien social et relationnel interactif
- S'écouter, s'exprimer, commenter, partager son savoir…
- Echanger des souvenirs, partager des commentaires…
- Stimuler la mémoire

Main dans la main, nous sommes tous solidaires les uns des autres…

Association Santé et bien être
EHPAD Saint Vincent de Paul
81700 – BLAN

" Pensées de solidarité de résidents… "

Savoir aider, soutenir

Ouvrir les yeux, observer, regarder autour de soi

Lire, s'intéresser à tout ce qui nous entoure

Interdire la souffrance ou l'atténuer

Donner de l'argent à ceux qui n'en ont pas

Accompagner un enfant, un handicapé, un vieillard

Rendre visite, proposer son aide

Inviter, se réunir à plusieurs pour être plus efficace

Tendre la main à une personne en difficulté et partager

Entraide avec la famille, les voisins, les amis

Les résidents
EPHAD Saint Vincent de Paul de BLAN

LA SOLIDARITÉ

La solidarité, ne serait-ce pas, ce geste courtois, qui nous invite à venir en aide à notre prochain ?

Celui de cette jeune lycéenne de seize ans, qui avec délicatesse, prend dans la rue, les achats de sa voisine d'immeuble très âgée, pour les lui porter jusqu'au 4e étage ? Ce même sentiment de solidarité, ne se retrouve-t-il pas dans le cas, où l'on s'engage à se substituer au débiteur qui faillirait à ses obligations ? lui même étant dépendant de son pays d'origine (île Maurice) qui s'est engagé, sous certaines garanties de réussite à payer son loyer d'étudiant en France, jusqu'à la fin de ses études.

De nombreuses associations ont pour action la solidarité :

-« Solidarité Militaire » est le titre d'une revue qui a été choisie à dessein par la CNRM(1) qui incarne très bien cette vertu. En effet, au quotidien, la confédération mène des actions pour défendre les intérêts de ses adhérents. C'est de la solidarité « statutaire ».

- L'ONAC(2), organisme de tutelle des anciens combattants, agit au profit des ressortissants anciens combattants et ayants cause. Des aides sociales peuvent être attribuées.

- L'appartenance à la FNAM(3) ouvre les portes d'une solidarité plus matérielle au bénéfice de ses adhérents les plus démunis.

D'autres associations d'entraide permettent d'élargir les possibilités d'intervention au profit des adhérents : la fondation des œuvres sociales de l'air, la fondation « Maison de la Gendarmerie »…

Citons encore :

Le comité catholique contre la faim et pour le développement créé en 1961.

L'association « Emmaüs France » créée en 1949 et révélée en 1954 par l'Abbé Pierre. Elle accompagne les personnes de la rue vers l'insertion. En France, plus de 200 groupes portent le nom d'Emmaüs

La Fédération française des banques alimentaires, créée en 1985, groupe 74 banques alimentaires luttant contre la faim et le gaspillage en France. En 1998 près de 1970 bénévoles ont distribué gratuitement 52.000 tonnes de vivres.

Les Restos du Cœur, créés par Coluche en 1985, comptaient 2.000 centres animés par 40.000 bénévoles en 2000 ; 60 millions de repas étant distribués à 600.000 bénéficiaires en 1998-1999.

Bien d'autres organismes collectent aussi des fonds, pour venir en aide aux pays durement touchés par des séismes ou catastrophes naturelles. L'UNICEF(4), Médecins du monde, la Croix Rouge… sont intervenus lors du tremblement de terre en Haïti, de la crise alimentaire au Sahel, des inondations au Pakistan, du terrible tsunami en Asie. Certains bénévoles ont même payé de leur personne, l'aide apportée aux populations en détresse.

C'est cette générosité unique qui permet d'agir en faveur d'un monde meilleur pour les plus vulnérables.

Combien en France vivent en dessous du seuil de pauvreté, les sans papiers, les Roms, ceux qui se prostituent, qui vivent en squat ou dans la rue, se droguent. Combien parmi eux ont quitté leur pays d'origine, venant ainsi grossir, par ignorance et à leur dépens la misère des plus mal lotis. Ne vient-il pas à notre mémoire cette pensée de Michel Rocard : « Nous ne pouvons pas accueillir toute la misère du monde ». C'est malheureusement vrai. Et le flot de ceux qui viennent chez nous, espérant y trouver des jours meilleurs, ne cesse de

croître. L'actualité brûlante nous interroge avec l'arrivée clandestine de 5.000 jeunes tunisiens sur l'île de Lampedusa, certains ayant manifesté le désir de se rendre en France. Que dire aussi des événements qui secouent de nombreux pays arabes : Egypte, Libye, Yémen, Maroc, Algérie, Tunisie…

La France n'a pas tardé à apporter une aide humanitaire à la Libye, à la Tunisie.

Récemment, pour venir en aide aux jeunes à la recherche d'emploi, la France a créé, le RSA (Revenu de Solidarité Active), qui remplace le RMI(5) et l'API(6). L'objectif initial était que l'extension du RSA, quelque peu méconnu des moins de 25 ans, bénéficie à une population de 160.000 jeunes âgés de 18 à 24 ans. La mise en place de cette allocation a rencontré quelques difficultés reconnues par la ministre des solidarités et de la cohésion sociale.

Il n'en demeure pas moins vrai qu'en avril 2010, il y avait 1,8 millions de bénéficiaires du RSA.

Un des derniers grands chantiers du Chef de l'Etat est celui de la Dépendance, nouvelle branche de la Sécurité Sociale, c'est-à-dire la prise en charge des personnes dépendantes. L'Elysée prévoit donc une large période de concertation avec les conseils généraux, les organisations syndicales et les associations de personnes âgées. La solidarité nationale devrait ressortir comme un socle de cette grande réforme qui s'adresse à une partie de la population : les personnes âgées. Le point central des discussions sera le financement du nouveau risque, qui actuellement coûte 21 milliards d'euros par an et coûtera 30 milliards d'euros en 2020.

Mettons à l'honneur la Fondation Pierre Fabre, fondée le 13 décembre 2009. Elle s'est donnée pour mission d'aider les populations les plus défavorisées, à accéder aux soins et médicaments d'usage courant. Son action est axée sur la construction et la réhabilitation des centres de santé (Sénégal, Liban, Mali), au soutien à l'enseignement pharmaceutique (Cambodge, Laos, Madagascar), à la lutte contre les faux médicaments (Bénin, Guinée).

Pour son 10e anniversaire, la Fondation a présenté jusqu'au 18 décembre 2010, à la bibliothèque municipale de Castres une très belle exposition, sur ses différentes actions dans le monde.

« Le propre de la solidarité, c'est de ne point admettre d'exclusion » disait Victor Hugo.

(1) CNRM Confédération Nationale des Retraités Militaires
(2) ONAC Office National des Anciens Combattants
(3) FNAM Fédération Nationale André Maginot
(4) UNICEF Fonds des Nations Unies pour l'enfance
(5) RMI Revenu Minimum d'Insertion
(6) API Allocation de Parent isolé

M. JUNQUET
Résidence La Pastellière
SAÏX

LA SOLIDARITÉ.

La solidarité étant le thème de ce journal, l'idée nous est venue de faire un geste vis-à-vis des personnes malades de l'hospitalité diocésaine.

Nous étant concertés, nous avons décidé de tricoter des carrés de laine de couleurs différentes pour réaliser des patchworks à l'attention de ces personnes.

Nous réunissant en dehors des heures d'animations et particulièrement le samedi, nous prenons plaisir quand nous savons que nos couvertures seront utiles.

La laine que nous utilisons nous a été gentiment offerte par des parents ou amis qui ont apprécié notre geste.

La solidarité pour nous est :

- Offrir sans attendre de retour.
- Aider quelqu'un qui est en difficulté.
- Vivre en communauté.
- Accompagner quelqu'un.
- Aller au devant des besoins des autres.

Le groupe des tricoteuses.
Résidence La Pastellière
SAÏX

QU'EST CE QUE LA SOLIDARITÉ ?

- La Solidarité, c'est apporter une aide à quelqu'un sans arrière pensée. Elle est naturelle. Que cela soit en ville ou dans les fermes l'entraide était fréquente.

« Il m'est arrivé qu'un voisin soit submergé par l'énormité d'un tas de gravier pour arranger ses allées. Traversant la rue je me suis présenté pelle à la main pour répartir le gravier ».

Apporter une aide à un inconnu c'est autant de plaisir pour celui qui apporte l'aide que pour celui qui l'a reçoit.

Aujourd'hui la solidarité est moins fréquente, mais est toujours là en cas de besoin chez autrui. A la maison de retraite M. C m'aide toujours à me servir l'eau, couper la viande peler la pomme, c'est un vrai geste de solidarité.

« J'ai entendu dire que nous étions dans l'ère de la communication, mais nous sommes de plus en plus individualistes. Les nouvelles technologies ne favorisent pas les relations humaines. La télévision par exemple, a supprimé toutes les veillées. Autrefois, nous jouions aux cartes, on mangeait des crêpes ou des châtaignes avec les voisins…. Maintenant chacun reste chez soi à regarder la TV ».

- La solidarité peut être un moyen de se libérer de sa timidité, c'est ce que l'on appelle une B.A chez les scouts.

Les résidents du Clos de Siloé

S comme, soutenir moralement ou physiquement quelqu'un
O comme offrir un savoir faire
L comme libérer sa timidité, aller vers autrui
I comme instinct d'aide,
D comme dépanner quelqu'un
A comme Altruisme
R comme Rendre service, redonner espoir
I comme s'intéresser aux autres
T comme tendre la main à quelqu'un
E comme écouter les plaintes de quelqu'un.

Les résidents du Clos de Siloé

LA SOLIDARITÉ
PAROLES DE RÉSIDENTS :

« Autrefois, les gens étaient moins personnels ; il y avait beaucoup plus d'entraide en famille ou au travail. Les familles étaient beaucoup plus soudées.

Le savoir-faire était partagé et donné gratuitement. Les voitures étaient peu nombreuses à mon époque, alors ceux qui en possédaient une la mettaient au service des autres pour aller à la ville ou chez le médecin. »

M. Bousquet Marcel

« Dans le quartier où je vivais, lorsqu'il y avait un décès, toutes les familles offraient leurs fleurs de jardin et une dame faisait des couronnes pour les obsèques car elle avait un savoir-faire exceptionnel ; c'était une forme de solidarité lors d'une épreuve telle qu'un deuil.

Quand un voisin manquait de quelque chose pour cuisiner, on lui rendait service, on le dépannait. Les enfants aidaient à rentrer le bois ou le charbon dans la cave pour les besoins de la famille. »

Mme Calvet Claire

« Je travaillais dans une forge, le travail était dur et les ouvriers souffraient de la chaleur dégagée par le four, surtout en été. Aussi l'entraide et l'encouragement étaient très forts au quotidien entre les ouvriers. La solidarité se vivait au quotidien, cela était normal pour beaucoup d'entre nous, on ne se posait pas de question. C'est cela qui nous aidait à tenir quand ça devenait trop difficile, trop pénible, trop fatigant. »

M. Llop Antoine

« Autrefois, l'entraide était très présente parce que la vie était difficile, il n'y avait pas d'argent, alors les gens se serraient les coudes. En famille ou au travail, la solidarité devait se vivre pour faciliter la vie de tous les jours.

Les jeunes travaillaient et ramenaient le salaire à la maison. Entre ouvriers, le soir, on s'aidait pour les travaux du jardin, on partageait ce qu'on produisait. »

M. Roques André

« De mon temps, les familles étaient plus unies, moins éparpillées, avec plus d'entraide. Plusieurs générations se côtoyaient sous le même toit, du coup la « mémé » faisait la cuisine, épluchait les légumes, mais aussi berçait le bébé ou surveillait les enfants, raccommodait le linge car la fille ou la belle-fille était aux travaux des champs ou à l'usine.

Les jeunes prenaient soin des personnes âgées et les accompagnaient jusqu'au bout de leur vie, c'était normal et naturel. »

M. Clerc Jean

ACROSTICHE DE Mme CALVET

Se sentir solidaire n'empêche pas de rester solitaire
(L.Pauwels)

Oser profiter des joies et participer aux peines

Le chemin est assez mauvais sans nous jeter
encore des pierres (V.Hugo)

Imaginer un monde uni dans le bonheur
comme dans le chagrin

Donner de son temps, donner sans compter

Aider, partager, s'unir

Rêver d'un monde meilleur, d'une solidarité
sans cesse renouvelée

Individualité, égoïsme, chacun pour soi
sont tout le contraire de la solidarité

Tout est fait naturellement sans effort

Entraide parmi nous serait la bienvenue

Les Résidents de la MAPAD
La Renaudié
81000 ALBI

SOLIDARITÉ

Les résidents de la maison de retraite de Sorèze ont eu connaissance par les journaux, la télévision, du terrible tremblement de terre au Japon.

Les habitants, de cette île sont habitués aux secousses sismiques mais d'une telle ampleur c'était terrifiant.

Que de familles entières disparues, d'enfants se retrouvant tout seuls ou au contraire des parents qui ont perdu leurs petits êtres chers.

Le courage des sauveteurs a permis parfois de sortir disons presque « miraculeusement » un habitant coincé sous les décombres depuis plusieurs jours.

Parfois même celui qui avait tout perdu, surpassant sa douleur, se joignant aux chercheurs pour sauver un compatriote. Quelle solidarité !!! Ce qui est frappant, c'est le comportement des Japonais dans ces moments tragiques. Pas de cris, pas de panique.

Dans les magasins pas de pillage, pas de violence, ce comportement exemplaire dénote une certaine discipline. Combien de temps faudra-t-il pour apaiser leurs souffrances, pour reconstruire ce pays ?

Personne n'est à l'abri d'un pareil désastre.

Nous qui vivons dans une « relative quiétude » qui malgré nos différents soucis pouvons parfois satisfaire nos désirs, nous comprenons leur situation dramatique. L'île du Japon est loin, alors nous ne pouvons que par la pensée et le cœur leur être solidaire.

Camille Gilloën
résidente à la Maison d'accueil
St Vincent-Ste Croix de Sorèze.

S COMME SOLIDARITÉ

La solidarité c'est s'entraider les uns, les autres.

Avant on voyait souvent des jeunes gens rendre service aux personnes âgées. Comme par exemple l'aider à porter son panier, à traverser la rue. Chacun était prêt à aider son « prochain ».

- « Moi, quand j'étais jeune se souvient une résidente, je donnais un coup de main à mon grand père, au moulin. Il devait mettre la farine dans des sacs et quand il était en retard je lui venais en aide. A deux ça va toujours mieux ! ».

Dans les campagnes le mot solidarité trouvait tout son sens au moment des récoltes. C'était le moment où il y avait le plus de travail et les paysans n'hésitaient pas à s'aider malgré la fatigue due à de longues journées de labeur. Certains se prêtaient les chevaux pour faire avancer la charrue, plus tard ce sera les machines car tous n'avaient pas les moyens de s'acheter des bêtes ou du matériel. Souvent la journée terminée, on partageait le repas où chacun participait.

C'était aussi l'occasion de pouvoir passer une bonne soirée et de se faire aussi de nouveaux amis.

Dans les villes la solidarité était aussi présente. Dans les quartiers les gens se rendaient de petits services : les ménagères se dépannaient entre elles pour certains produits, les hommes se prêtaient les outils. Lorsque l'on savait un voisin malade, on n'hésitait pas à lui rendre visite.

C'est souvent dans des situations difficiles que s'exprime vraiment la solidarité. Comme lors des intempéries en 1932 ; les inondations avaient fait de gros dégâts

et certains avaient tout perdu. Même si l'on n'avait pas trop d'argent on donnait volontiers un vêtement, une couverture, quelquefois des denrées alimentaires.

A cette époque, quelle que soit la situation, on se donnait facilement « un coup de main ». Maintenant c'est chacun pour soi !

Aujourd'hui pour faire face à la pauvreté, à la maladie ou aux catastrophes naturelles de nombreuses associations existent. Une des plus célèbre c'est celle crée par « Coluche » : les restaurants du cœur.

Depuis certaines vedettes ou personnalités célèbres ont suivi son exemple : Line Renaud qui lutte contre le « Sida » ; Bernadette Chirac qui collecte les pièces jaunes pour les enfants hospitalisés…

De notre temps il y avait peu d'associations, mais une des plus présente et qui existe encore c'est celle qui lutte contre la terrible maladie de la lèpre dans le monde.

Malheureusement après quelques dérives et scandale les gens sont de plus en plus frileux pour donner de l'argent. Alors à qui faire confiance ?

Maintenant que nous sommes en maison de retraite et que nos petits moyens ne nous permettent plus ou très peu de faire des dons « en argent », nous restons tout de même solidaires. Ainsi il est courant de voir une résidente en fauteuil se faire aider dans ses déplacements par une autre résidente plus valide.

Au moment du repas, Mme N. est très reconnaissante à sa voisine Mme R. de l'aide qu'elle lui porte. En effet elle est aveugle et ne peut pas se servir à boire ou couper sa viande seule sans faire de sottises. Ensemble la vie devient plus facile.

Ainsi nous nous aidons les uns les autres en fonction de nos moyens. Et lorsque notre corps ne peut plus c'est avec la pensée que nous pouvons nous aider. Certains feront des prières, d'autres se soutiendront en partageant un moment de discussion et se remonteront ainsi le moral.

Des situations difficiles il y en a malheureusement de plus en plus mais il est toujours rassurant de savoir que l'on peut toujours compter sur quelqu'un.

Les résidents de la Maison d'accueil St Vincent-Ste Croix de Sorèze.

SOLIDARITÉ

Tu existes depuis longtemps,

Tu n'es pas née d'aujourd'hui,

Pas dans un portefeuille mais bien dans le cœur de l'homme.

Une main tendue, un petit geste ne coûtent rien.

S'entraider les uns et les autres, se rendre service

Est à la portée de tout le monde.

Il suffit de vouloir et de pouvoir

Et surtout, il suffit d'oser.

Alors face à la peine, au malheur de l'autre

Ne fuyons pas, OSONS !!!!

Quelques exemples de solidarité vécus par les résidents :

Jean-Louis H. : En milieu rural dont je suis issu, la solidarité existe depuis longtemps, quand un voisin avait un problème, même si on était fâché, on allait le dépanner.

La solidarité s'apprenait à l'école « quand un copain ne savait pas la leçon, on lui soufflait ou lui glissait un billet pour ne pas qu'il soit puni. ».

Et la solidarité à la maison, c'était quand on était plusieurs enfants dans une même famille et qu'il fallait tout le temps partager.

Henriette R. : Je donnais chaque année un chèque pour une association, je ne donnais pas des mille et des cents, mais je donnais ce que je pouvais.

Ginette B., Simone P., Henriette S. : Quand l'animatrice organise des sorties, c'est de la solidarité, c'est nous permettre de sortir, de passer un bon moment.

Jean B. : Quand j'accompagnais Yvette à table, je la guidais, et je la faisais manger quand elle ne pouvait pas, pour lui rendre service.

Yvette D. : Jean m'a beaucoup aidé. Quand il me restait un bout de viande dans l'assiette, il me prenait la fourchette et me le donnait.

Jean est un solidaire né, il fait bougon mais il a un cœur d'or.

Simone A. : A la maison de retraite, on nous aide pour nous habiller, pour la toilette, pour manger, c'est bien.

Pour moi ce sont des gestes de solidarité.

Henriette S. : J'admire les personnes comme Ginette, Simone, Andrée qui poussent les fauteuils roulants. Je leur dis merci, je leur suis reconnaissante.

C'est un geste de solidarité que je vis et qui est important.

Des résidents
de la Maison de Retraite
Le Pré Fleuri - SERVIES

LES RESIDENTS DU PRE FLEURI AU CŒUR DE L'ACTION.

A la Maison de Retraite le Pré Fleuri, nous ne parlons pas uniquement de la solidarité, nous la vivons.

Un groupe de résidents, de temps à autres, participe activement à la collecte de bouchons pour l'association Passerelle 81 de L'Albarède- Guitalens pour aider les personnes âgées, handicapées ou malades.

Nous récupérons les bouchons en plastique puis nous trions des bouchons enveloppés d'une pellicule plastique.

Nous sommes contents de rendre service à nos concitoyens et souhaitons le faire longtemps.

« Un petit geste pour un peu de bonheur».

Les résidents
de la Maison de Retraite
Le Pré Fleuri - SERVIES

LES RÉSIDENTS DE L'EHPAD SUR L'HÔPITAL DE REVEL SE SONT EXPRIMÉS SUR LE THÈME TOUCHANT DE « LA SOLIDARITÉ »

« La solidarité c'est donner aux pauvres, être généreux… on peut tout donner.

On peut aider en paroles, en écoutant l'autre.

Mais c'est aussi s'ouvrir aux autres ; il ne faut pas être trop timide ni trop personnel. Cela doit venir naturellement ».

Les résidents racontent leurs souvenirs en tant que personnes solidaires.

Mme Denille, résidente à la maison de retraite Jean Joseph Roquefort, a souvent donné aux pauvres par le passé. Que ce soit des vêtements ou de la nourriture, c'était un besoin que de rendre service aux plus démunis.

« Je me sentais bien en donnant, cela ma faisait plaisir ».

Elle leur cousait aussi des vêtements. On la remerciait chaleureusement même si elle n'attendait rien en échange.

Mme Malan, lorsqu'elle habitait à Oran s'occupait beaucoup des familles de ses employés.

Elle apportait beaucoup de conseils aux femmes notamment pour soigner leurs enfants. Ces dernières lui en étaient d'ailleurs très reconnaissantes.

« Celui qui donne éprouve une satisfaction personnelle et le sentiment d'avoir fait son devoir ».

La solidarité commence par la politesse mais il faut une dose d'amour pour pouvoir aider la personne handicapée ou en difficulté.

Dans la vie, à un moment ou un autre on a toujours besoin de quelqu'un.

« Il faut savoir deviner le besoin de l'autre en allant au devant de ses désirs…. »

Si on prend l'exemple de l'association VMEH présente sur l'hôpital depuis bientôt 30 ans, on ressent bien que ces visiteuses font du bénévolat avec plaisir. Elles sont charitables.

Mme Puginier, présidente des bénévoles nous fait part de leurs retours vis-à-vis de leur engagement auprès de la VMEH.

La plupart des visiteuses sont à la retraite et ont volontairement choisi **« les personnes âgées »** pour établir une relation humaine.

« Nous allons voir les personnes âgées sur l'hôpital, même si certaines ont de la famille sur place.

Nous amenons des nouvelles de l'extérieur. C'est un échange basé sur l'écoute.

Parfois les personnes se confient plus facilement à

quelqu'un de l'extérieur qu'à la famille.

En quelque sorte, on complète l'équipe et la famille, on est solidaire de l'ensemble.

Nous nous rendons dans divers services où la relation est différente.

Mais le bénévolat, c'est avoir une relation humaine avec tout le monde. On apporte notre sourire, notre écoute…mais on reçoit aussi beaucoup ».

Les mots clefs de la VMEH (Visite aux Malades en Etablissement Hospitalier) sont :

la présence, l'échange et le partage dans une relation humaine et faire en sorte **que la vie continue même si on est en maison de retraite ».**

Les résidents ont également beaucoup apprécié la venue des **« enfants du catéchisme »** de Revel autour du thème de la solidarité.

Quelques résidents les ont accueilli et leur ont fait visiter la maison de retraite. Ils leur ont expliqué les diverses activités qui y étaient proposées quotidiennement.

Mme Denille a eu la gentillesse de leur faire visiter sa chambre. Ensuite, ils se sont rendus à la chapelle de l'hôpital où est célébrée la messe tous les vendredis après-midi. La présence des bénévoles de l'Eglise est aussi très appréciée, car ces dernières viennent chercher les rési-dents dans le service et les accompagne à la messe.

Les enfants avaient préparé des questions qu'ils ont posées aux résidents

Les résidents ont passé un bon moment et ont trouvé les enfants très gentils.

Ils espèrent que cette visite leur aura permis de comprendre comment est la vie en maison de retraite.

Les écrits des enfants suite à cet échange ont beaucoup touché nos résidents.

« J'ai été content de les rencontrer.

Aider les autres, c'est vraiment prodigieux. Les aider à manger, à s'habiller et à se laver…Même si pour certains c'est difficile, à cause de leur handicap, dans leurs cœurs, leur vie est une joie, remplie de bonté éternelle.

Sans leur joie tout serait triste alors que là, ils sont remplis d'espérance et d'amour ».

Les résidents de l'EHPAD de Revel
Les Résidents de l'hôpital de Revel

L'ASSOCIATION FRANCE ALZHEIMER 81 VOUS INFORME.

On dénombre aujourd'hui plus de 25 millions de malades d'Alzheimer ou d'une maladie apparentée dans le monde, dont 900 000 en France. 35 000 d'entre eux ont moins de 60 ans. Dans notre département on en compte environ 3 000, considérant que le nombre réel n'est pas connu.

La maladie d'Alzheimer dont le nombre augmente de 230 000 malades par an est considérée comme l'un des fléaux du XXIe siècle.

L'Union France Alzheimer a été créée en 1985 à l'initiative de familles de malades et de professionnels, et reconnue d'utilité publique depuis 1991. **France Alzheimer 81 (FA81) lui est rattachée.**

Les missions de L'Union des Associations France Alzheimer sont :

- Soutenir les malades et leurs familles,
- Informer l'opinion et impliquer les pouvoirs publics,
- Contribuer à la recherche,
- Former les professionnels de santé.

Dans le Tarn, l'association France Alzheimer œuvre depuis plus de 17 ans auprès des familles. Elle est composée d'un Conseil d'Administration de 18 membres, tous bénévoles.

L'un des axes principal de travail de FA 81 est « **l'aide aux aidants** » car la majorité des malades sont traités et accompagnés à domicile.

L'aidant, dit naturel - conjoint(e), enfant, belle-fille, membre proche - exerce auprès du malade une « mission » 24H / 24H pour laquelle il n'a pas été préparé, pas formé, et qu'il s'efforce d'accomplir de son mieux, très souvent au détriment de sa propre santé.

Dès l'annonce du diagnostic, la famille se trouve confrontée à une série de questions : Que faire ? Comment s'organiser ? Quelle sera l'évolution de la maladie ? Comment aider le malade ? Vais-je pouvoir m'en occuper correctement ? Aurons-nous les moyens financiers pour faire face ? Pourrais-je m'en occuper jusqu'au bout ? Devrais-je envisager un placement en établissement ?

L'aidant naturel est souvent le premier destinataire du diagnostic. Cet aidant naturel, dit « l'accompagnant », qui n'a aucun statut, va au fil des jours partager l'évolution de la maladie parfois dans la solitude, le déni et, dans le meilleur des cas, avec des aidants professionnels.

C'est au travers de cette nouvelle relation « aidant –aidé » que le couple va devoir évoluer. C'est une situation compliquée, pour laquelle aucun n'a été préparé. Le malade sait qu'il va peu à peu perdre toute notion de lieu, de temps, ses repères, sa connaissance. L'aidant ne sait pas de combien de temps il dispose pour faire face, pour répondre aux besoins de l'autre, besoins qui deviennent de jour en jour plus difficiles à comprendre et à satisfaire.

L'aidant va devoir s'adapter constamment aux nouvelles situations, trouver et maintenir un mode d'échange basé sur le respect et l'amour mutuel, car les émotions et l'amour sont les éléments qui seront partagés le plus longtemps, et peut-on dire jusqu'à la fin de vie.

Les actions de FA 81

FA 81 Informe et soutient

1 - Au cours de permanences régulières ou sur rendez-vous, FA 81 accueille et informe les familles sur les conditions de prise en charge, les aides possibles, les droits des malades et des aidants, les structures susceptibles d'accueillir le malade.

2 - Au cours de « bistrots mémoire », lieux de rencontres informelles, lieux de convivialité, ou chacun, malade, aidant, professionnel, public divers, peut venir discuter, parler de ses difficultés, dialoguer, échanger avec d'autres familles, partager un moment ses angoisses et ses réflexions loin d'un lieu médicalisé autour d'un thème précis ou à bâton rompu (Liste des lieux des « bistrots mémoire » en fin de page)

3 - Au cours de groupes de paroles initiés par un psychologue et un bénévole à la demande d'un groupe d'aidants.

4 - Au cours de repas dit « repas Alzheimer » organisés à leur demande dans les EHPAD.

5 - Par le petit journal départemental « bulletin des familles » adressé à tous les adhérents. Le journal « Contact » édité par l'Union FA est également envoyé à tous les adhérents

6 - Par l'organisation de journées à thème animés par des conférenciers spécialistes de la maladie.

7 - FA 81 peut vous aider en ce qui concerne l'information et l'inscription à des séjours de vacances organisés par l'Union FA. L'accompagnant et le malade peuvent bénéficier de séjours de vacances à la mer, à la campagne ou à la montagne (excellente formule de répit). Vivre quelques jours dans un cadre différent, en partageant avec son malade et d'autres familles le plaisir d'un séjour détente loin des tracasseries du quotidien.

FA 81 forme les aidants :

Devenir du jour au lendemain « aidant » n'est pas facile. Afin de mieux comprendre le malade et la manière de se comporter avec lui, FA a mis en place des formations gratuites assurées par un binôme - psychologue et bénévole - formés par l'Union France Alzheimer.

14 h de rencontres au cours de 5 séances sur des thèmes précis :

- Apprendre à mieux appréhender la maladie – la comprendre/ la connaître,
- Mieux comprendre les comportements du malade dans l'accompagnement au quotidien,
- Connaître les aides possibles tant du point de vue social que juridique,
- Apprendre à échanger différemment avec le malade pour communiquer le plus longtemps possible avec lui,
- Comprendre quelle est la place de l'aidant, savoir se protéger pour éviter l'épuisement et s'offrir des instants de répit.

Ces quelques heures passées loin du malade, partagées avec des « aidants » confrontés aux mêmes difficultés est indéniablement une aide importante dans la vie des familles.

(Voir comment s'inscrire et y participer sur la note d'information en fin de texte)

>

FA 81 Partenaire :

FA 81 est partenaire des institutions ou associations qui travaillent pour l'amélioration des conditions de vie des malades et de leur famille, des projets d'aménagements ou de construction d'établissements destinés à l'accueil des malades (centre d'accueil de jour, unités spécialisés, etc…) FA 81 apporte sa connaissance son savoir sa disponibilité.

Nos ressources financières

- Cotisations des adhérents : Montant de la cotisation 34 euros par an (Envoyer son adhésion à FA 81 villégiale St Jacques – place Carnot - 81100 CASTRES
- Dons et legs : attestation de dons ouvrant droit à déduction fiscale
- Subvention de L'union FA, d'organismes institutionnels ou bienfaiteurs

Où et comment nous joindre ?
Tel permanent : 06 19 36 09 91 – 05 63 49 10 44
alzheimer81@wanadoo.fr

Permanences d'accueil :

Albi :
CCAS 2 Avenue Colonel Teyssier / 05 63 49 10 44
Mardi de 9 h 00 à 11h30

CASTRES :
Villégiale ST Jacques Place Carnot / 05 63 71 64 97
Lundi 14 h 00 - 17 h 00
Mardi et jeudi 9 h 00 - 12 h 00 / 13 h 00 17 h 00
Vendredi 9 h 00 - 12 h 00

Permanences téléphoniques ou sur rendez-vous

- Secteur ALBAN : 05 63 55 98 97
- Secteur d'ALBI : 06 19 36 09 91
- Secteur de BRASSAC : 05 63 73 45 08
- Secteur de CARMAUX : 05 63 76 51 79
- Secteur de CASTRES : 05 63 71 64 97 / 06 27 93 40 97
- Secteur de GAILLAC : 05 63 33 26 17 / 06 84 97 63 15
- Secteur de GRAULHET : 05 63 42 30 00 / 05 63 34 34 08
- Secteur de LAVAUR : 05 63 58 65 51
- Secteur de MAZAMET AUSSILLON : 05 63 61 54 81 / 06 74 53 89 65
- Secteur de REALMONT : 06 27 93 40 97
- Renseignements séjours vacances : 05 63 61 33 78

Annie Galloy Présidente et l'équipe des bénévoles

A.J.R.T.
Association pour le Journal des Résidents du Tarn

Site : ajrt.org
Tél : 05 63 61 02 08

Adhésions:
Individuelle: 20 € - Etablissement: 65 €
par chéque à l'ordre de AJRT
ou mandat administratif

Siège social
Villégiale Saint-Jacques
Place Carnot - 81108 Castres Cedex
05 63 71 63 02
savin.sacro@wanadoo.fr

Sur le Banc - N°22
ISSN 1625-774X
Dépôt Légal septembre 2011

Directeur de la publication
et **Rédacteur en chef**
Francis CERDAN

Comité de rédaction
Animatrices
Martine BENEZETH
Christelle BERNADOU
Marie-Christine BOUISSET
Fabienne BOURGADE
Inès CAMPS
Dominique COLOMBEL
Elodie CZAKO
Myriam CROS
Marie-Pierre ESPITALIER
Danièle LAGOUTE
Dominique PARADIS
Christine RACINE
Florence RICARDOU
Marlène SALAZAR
Catherine SEBE
Violette SEGUIN
Francine VIGROUX

Directeurs :
Francis CERDAN
Pierre LEMETTRE
Dominique LIFFRAUD
Bruno MARTEN
Brigitte MARTINEZ
Alric SOUCHON

Résidents :
Jeannette AUSSENAC
Madeleine BARDOU
Madeleine BONNEVIALLE
Ernest CANDILLE
Juliette CROS
Juliette GAU
Camille GILLOEN
René JUNQUET
Hélène LOMBELLO
Paul MONTAGNE
Christiane NIERAT
Madeleine RIGAL
Lucette SALVETAT
Marie-Bernadette SENEGAS
Henriette THERON
René VINANTE

Fabrication-Maquette
Photogravure-Impression
SIEP FRANCE Imprimerie : 05 63 49 26 26
PEFC 10-31-1400