

Hebdo Sasmad en confinement numéro 5

MOMENT DE PRIÈRE EN COMMUN

En union avec les Amis de la Miséricorde, le 11 de chaque mois, nous sommes toutes et tous invités à offrir un temps de notre prière quotidienne pour toutes les intentions de prière qui leur sont confiées. Nous remercions tous les bénévoles qui se sont joints à la prière de l'équipe de direction du Sasmad lors de notre première expérience en équipe ainsi que le 14 mai dernier, en la journée de prière et de jeûne demandée par notre Saint-Père de pape François, en union avec les croyants de toutes les autres religions monothéistes, pour demander d'être délivrés du coronavirus. Nous savons que la grande majorité des bénévoles Sasmad ont accès à plusieurs groupes de prière dans leur paroisse, via Sel et Lumière, par les enregistrements sur les sites web, etc. Dorénavant, sauf exception, nous vous inviterons à vous joindre à nous une fois par mois seulement, plus spécialement le 11 de chaque mois. Puisque le 11 est la date choisie par les Amis de la Miséricorde Sasmad pour leur prière commune, nous vous proposerons donc un moment de prière, en union avec les Amis de la Miséricorde Sasmad et avec nous de l'équipe de direction Sasmad, le 11 de chaque mois.

Adresse courriel pour envoyer vos intentions de prière : misericorde.mercysasmad@gmail.com

Malgré l'obligation actuelle de garder nos distances, il peut arriver certaines situations où un contact visuel même furtif fait du bien. On a vu des enfants et petits-enfants aller saluer leur aîné(e), par la fenêtre de leur chambre en CHSLD ou en résidence, confirmant l'importance d'aller se présenter et saluer, même de loin, une personne isolée pour lui démontrer qu'on veut se rapprocher d'elle et lui dire qu'on l'aime, en respectant les mesures de distanciation. Voici deux témoignages Sasmad.

➤ Richard Morand, bénévole Sasmad de l'Île des Sœurs et membre de l'AQPA (Association Québécoise des personnes aphasiques) a des rencontres téléphoniques régulières depuis la pandémie avec quatre ou cinq autres personnes aphasiques. Ces rencontres téléphoniques sont animées par une intervenante de l'AQPA qui les connaît tous bien, puisqu'en temps normal, elle leur offre hebdomadairement des ateliers d'apprentissage de techniques de la parole et de conversation. Lors de la dernière rencontre téléphonique du groupe, ils ont compris que l'une d'entre eux, Hélène, se sentait anxieuse et abandonnée car elle réside dans une résidence pour aînés à Lachine, fermée aux visites extérieures évidemment. Elle est inquiète car il y a des personnes infectées par la Covid dans l'immeuble et elle ne peut pas sortir de chez elle. N'écouter que son grand cœur de bénévole Sasmad, Richard a décidé de se rendre à sa résidence. La collaboration téléphonique de l'intervenante a été nécessaire. Elle a signifié à la dame l'arrivée de Richard sur le côté de l'immeuble. Il a donc pu saluer Hélène au nom de tous les membres de leur groupe, tout en restant à l'extérieur, et elle a pu lui envoyer la main par la fenêtre de son logement situé au 4^{ème} étage de la résidence. Hélène sait maintenant que son groupe d'appartenance pense à elle, qu'elle n'est plus seule avec son problème et que, malgré sa difficulté à exprimer sa peur, elle a été comprise par les siens.

Bravo Richard!

➤ Micheline Déragon, une autre bénévole Sasmad de Verdun, ayant reçu sa formation il y a moins d'un an avec Marie Tanga, a accepté un jumelage téléphonique avec une dame habitant vraiment près de chez elle. Micheline a immédiatement pensé proposer à sa nouvelle bénéficiaire d'aller se présenter à elle sous sa fenêtre. Cette fois-ci, pas nécessaire de prendre plusieurs autobus comme Richard l'a fait. Pas de grands et larges gestes de salutation non plus, pour être sûr de se faire voir à plusieurs étages de distance. La dame habite un duplex et ce serait facile pour toutes les deux de vraiment se voir. En ce début de jumelage, Micheline voulait lors du premier appel téléphonique fixer ce rendez-vous visuel pour que ces deux inconnues puissent mieux entrer en relation. Cependant, la dame a préféré attendre que sa fille vienne la coiffer avant, coquetterie jugée légitime alors qu'elle est isolée chez elle, en pleine pandémie. Le premier contact a donc eu lieu seulement par téléphone et déjà les confidences ont commencé. Il semble que la relation soit déjà établie et ce, sans contact visuel, du moins pour le moment. Les besoins de parler librement, d'être soi-même et de se respecter ont pris leur droit respectif et chacun a toute leur place dans la vie de cette nouvelle bénéficiaire.

Bonne continuation chère Micheline!

Hebdo Sasmad en confinement numéro 5

Accompagnement téléphonique Sasmad en temps de pandémie

Les deux expériences précédentes illustrent les changements qui se sont produits depuis cette pandémie qui a bouleversé nos habitudes relationnelles pour la plupart d'entre nous depuis deux mois. Nos relations personnelles, sociales, communautaires et spirituelles sont mises à l'épreuve par des mesures de confinement jamais vécues à date. Tout le monde sur notre petite planète en est touché.

Au Sasmad, nous n'allons plus à domicile, ni en résidence, mais nous continuons à offrir du soutien tout en demeurant à la maison. On ne peut pas toutes ou tous aller envoyer la main sous les fenêtres des bénéficiaires et on doit s'interroger pour savoir si et comment on peut accompagner autrement. On doit s'adapter. Certains peuvent continuer leur accompagnement de façon virtuelle avec des plateformes comme skype, facetime, zoom, etc. mais c'est surtout le téléphone qui est devenu l'outil de prédilection pour les accompagnements Sasmad.

Mais comment vivre un tel accompagnement quand on ne connaît pas du tout la personne et qu'on ne l'a jamais vue ? D'abord, nous suggère Maria-Régina Melo, on doit se rappeler que lorsqu'un jumelage téléphonique nous est proposé, on se retrouve devant:

Une personne unique avec son mystère.

Un frère, une sœur, infiniment aimé(e) qui souffre.

On ne la connaît pas, c'est une inconnue et on ne la verra peut-être jamais...

Elle est probablement plus isolée encore qu'en temps ordinaire.

On apprend à bâtir avec elle un lien nouveau. Patiemment.

On peut se souvenir de l'épisode inspirant du petit prince et du renard de St-Exupéry :

Un petit extrait de 2 minutes 30 : <https://www.youtube.com/watch?v=xsmv-znZqik>

Un petit extrait de 5 minutes : <https://www.youtube.com/watch?v=VivQW-pHmTg>

Autres pistes pour aider à me situer quand un jumelage téléphonique m'est proposé :

- Reconnaître l'instant présent dans lequel je vis : suis-je disponible ?
Regarder sa réalité : ex : j'accompagne déjà des personnes, je suis en traitement, je suis engagé auprès de ma propre famille ou de membres vulnérables, malades, confinés, etc.
Certaines situations plus lourdes pourraient m'indisposer, etc.
J'ai du temps a donné. Je suis disponible intérieurement pour être à l'écoute.
- On peut se dire aussi : « je veux bien mais ... : « comment ça va se passer » ?
Quelle sera mon écoute si la personne requiert beaucoup d'attention?
- Autres éléments à considérer :
 - Ai-je assez d'informations sur la personne qu'on me réfère pour bien me situer?
 - Est-ce que je me sens capable d'une écoute attentive dans ma vie en ce temps de pandémie ?
 - Est-ce que je me prépare intérieurement avant d'appeler la personne ?
 - Est-ce que je me respecte dans une écoute raisonnable pour ne pas m'épuiser ?
 - Comment vais-je réagir au téléphone si la personne pleure et/ou vit d'autres émotions ?
 - Est-ce que j'en ai parlé avec ma coordonnatrice et/ou avec André ? Se rappeler qu'on peut toujours s'ajuster en cours de route.
 - Est-ce que je souhaiterais être formé davantage à l'écoute téléphonique pour accompagner ?

Vous pouvez nous écrire ou nous téléphoner pour exprimer vos besoins. Ensemble on peut se soutenir !

Pour l'Équipe Sasmad

Prions pour le repos de l'âme de :

- Monsieur Roland Gauthier (frère de sœur Denise Gauthier, bénévole CND)
- Nos connaissances reparties vers le Père alors qu'on n'en sait rien encore...