



L'A.V.D.S.P. (Association Valencienne pour le Développement des Soins Palliatifs) a pour but d'améliorer la qualité de vie des patients atteints de maladie grave évolutive et/ou en fin de vie en leur proposant le soutien d'une équipe de bénévoles formés et suivis. Les soins palliatifs sont des soins actifs dans une approche globale de la personne atteinte d'une maladie grave évolutive ou terminale. Leur objectif est de soulager les douleurs physiques ainsi que les autres symptômes et de prendre en compte la souffrance psychologique, sociale et spirituelle. Les soins palliatifs et l'accompagnement sont interdisciplinaires. Ils s'adressent au malade en tant que personne, à sa famille et à ses proches, à domicile ou en institution. La formation et le soutien des soignants et des bénévoles font partie de cette démarche. Les soins palliatifs et l'accompagnement considèrent le malade comme un être vivant et la mort comme un processus naturel. **Etre bénévole en soins palliatifs, c'est faire profiter de son temps, de sa disponibilité et de ses capacités au service d'une association.** Les bénévoles qui acceptent d'apporter un soulagement au malade, de participer à son ultime accompagnement, qui sont considérés comme des collaborateurs précieux de l'équipe de soins. Leur rôle est de conforter, par leur présence attentive, l'environnement social et affectif du malade et de son entourage. Les bénévoles sont préparés spécialement à cette présence discrète et bienveillante et ils sont soutenus psychologiquement tout au long de leur action. Ils interviennent à la demande du médecin traitant, de la famille ou d'un membre de l'équipe soignante, mais toujours avec l'accord du malade. A l'origine de l'engagement du bénévole, il y a un moment où il décide de donner de son temps, de sa disponibilité, de ses capacités au service des autres, et plus particulièrement au service des personnes en fin de vie. Ce choix qu'il fait de manifester sa

solidarité en tant que personne humaine, à ce moment crucial de l'existence, est le résultat d'un cheminement personnel. C'est souvent le fruit d'expériences vécues autour de la mort d'un proche, ainsi que la résultante de rencontres, de lectures. Attentif, il sait surtout tendre l'oreille et permettre à celui qu'il visite de dire ce qu'il désire. Et parce qu'il n'est pas là pour trouver la solution à un problème, il vient d'abord rencontrer une personne, et non un malade ou un patient en fin de vie. C'est pourquoi toute personne souhaitant devenir bénévole d'accompagnement est soigneusement recrutée au cours de plusieurs entretiens, et doit ensuite suivre une formation à l'écoute et à la relation d'aide. L'A.V.D.S.P. a fêté ses 20 ans l'an dernier, 9000 patients ont été accompagnés par notre dizaine de bénévoles depuis 2007. Ceux-ci interviennent toutes les semaines dans certains établissements de soins comme le Centre Hospitalier de Valenciennes, la Clinique Tessier, la Clinique des Dentellières, le Centre Hospitalier du Quesnoy, la Polyclinique Vauban, la Polyclinique du Parc de Saint Saulve.....

L'AVDSP est aussi un organisme de formation qui propose trois ou quatre fois par an une formation "**Sensibilisation aux Soins Palliatifs**" destinée aux auxiliaires de vie, aides médico psychologiques, aides-soignantes, infirmières, bénévoles, depuis 2007, nous avons formé 300 stagiaires.





Dominique Douay (CMR 59 équipe de Valenciennes), bénévole en soins palliatifs et vice-présidente de l'AVDSP. En 2000, au décès d'un parent proche atteint d'un cancer, j'étais bouleversée et j'ai eu besoin d'aide. Je l'ai trouvée dans la lecture d'un très beau livre « La mort intime » de Marie de Hennezel. J'y ai découvert l'accompagnement en soins palliatifs et le rôle du bénévole. Puis c'est en 2009 que j'ai choisi de consacrer bénévolement une partie de mon temps à accompagner des personnes en fin de vie. Je pressentais que j'avais là quelque chose à offrir, mais aussi quelque chose à apprendre. Quand il m'a été possible d'approcher la mort et d'accompagner la vie, j'ai contacté l'A.V.D.S.P. où je suis bénévole depuis huit ans, coordinatrice des bénévoles et formatrice bénévole depuis cinq ans. Je suis croyante mais j'ai fait le choix d'être dans une association non-confessionnelle pour accompagner tout le monde. Mais ma foi joue un rôle très important dans mon bénévolat. Les confidences peuvent jouer un rôle dans ma vie personnelle et spirituelle bien que je n'aie pas à faire état de ma foi comme bénévole. Je garde une attitude neutre et respectueuse, sauf si l'échange arrive naturellement. A travers mon bénévolat, j'ai découvert que le patient, parce qu'il est en vie, continue à formuler des projets de vie. J'ai appris à goûter le moment présent, à ne pas être en attente de quelque chose d'autre que le bon moment. Je sers de trait d'union entre la famille et la personne. De plus en plus, je parle autour de moi de mon bénévolat. Avant j'évitais, par pudeur et surtout parce que c'était mal compris. On me demandait : « A quoi ça sert d'être auprès d'une personne mourante? » C'est important d'en parler, surtout dans cette période de débats dans la société. J'ai le sentiment d'être en première ligne lorsque je suis près des malades mais aussi en témoignage à l'extérieur. C'est pour moi une démarche citoyenne et souvent partager des valeurs. Je suis assujettie au secret

professionnel. La présence et l'écoute sont très importantes, il s'agit d'accompagner un patient, même s'il est très dépendant, reste toujours vivant comme une personne à part entière. Cette cause me tient à cœur, la rencontre des personnes dans une relation vraie et la recherche sur le sens donné à la vie sont aussi de bonnes motivations. Je marche pas à pas à côté du patient sans rien imposer en toute disponibilité avec un regard qui ne juge pas et qui se veut rempli d'affection. De beaux moments, il y en a plein, des rencontres fortes avec les patients, avec une communication d'une rare profondeur et la plupart du temps, de vraies surprises. Quand je sors d'un domicile ou d'une chambre d'hôpital là où je suis attendue, la bienvenue, lorsque je gagne la confiance du malade et que je le sens apaiser ou que je le vois refaire surface, c'est un véritable cadeau. J'en ressors plus humble mais tellement grandie. Ce bénévolat a transformé ma vie qui se révèle incroyablement plus riche que je n'aurais osé l'imaginer car cela a profondément de sens. J'ai dans la tête plein de personnes que je garde au fond de moi qui m'ont beaucoup donné, beaucoup appris. C'est un vrai privilège d'avoir une place dans ce moment de vérité qu'est la fin de vie : il n'y a plus de masque à ce moment-là, ni pour moi, ni pour la personne, ni pour la famille.

« La mort, c'est comme un bateau qui s'éloigne vers l'horizon. Il y a un moment où il disparaît, mais ça ne veut pas dire qu'il n'existe plus..... ».
"Le plus important n'est pas de savoir si nous serons vivants après la mort. Le plus important est de savoir si nous serons vivants avant la mort" (Maurice Zundel)

Dominique Douay



« Ceux qui vont mourir nous apprennent à vivre... »

« Ajouter de la vie aux jours lorsqu'on ne peut pas ajouter des jours à la vie »,

« Si la vie n'est qu'un passage, sur ce passage au moins semons des fleurs... »