

La vieillesse, cette terra incognita / Episode 2

Description

La vieillesse inspire toutes sortes de colloques, tables rondes et autres Ã©tats gÃ©nÃ©raux oÃ¹ les experts Ã¨s vieillissement sâ??expriment Ã tout va. Mais rarement, pour ne pas dire jamais, les personnes concernÃ©es. Que se passe-t-il Ã lâ??intÃ©rieur de soi, dans son corps et dans sa tÃªte, quand on avance en Ã¢ge ? Comment vit-on les fragilitÃ©s qui surviennent, la mise Ã lâ??Ã©cart par les encore actifs, le sentiment de devenir invisible ?

Yvonne LemÃ©nager a dÃ©cidÃ© de tÃ©moigner en direct de son grand Ã¢ge, 88 ans, et de sa perte dâ??autonomie.

Par Yvonne LemÃ©nager

Se faire aider et sâ??attacher si on veut !

Veuve, je vis encore seule chez moi avec 8 heures dâ??aide-mÃ©nagÃ¨re par mois. Je marche trÃ¨s mal, avec un handicap Ã 80 %, mais je fais encore tout ce que je peux par moi-mÃªme. Jâ??ai structurÃ© mon temps. Jâ??ai mes marques et mes ami(e)s proches qui, par chance, ont presque lâ??Ã¢ge de mes enfants.

Je nâ??Ã©prouve plus le besoin de partir en vacances. Il me suffit de mâ??en souvenir. Jâ??Ã©coute des podcasts ou regarde des Ã©missions en diffÃ©rÃ©, mais avec des plages de silence parce que je ne veux pas mâ??encombrer lâ??esprit. Je pense dâ??ailleurs quâ??un excÃ¨s dâ??Ã©crans est aussi nocif pour nous que pour les petits enfants. Jâ??ai Ã©normÃ©ment lu dans ma vie mais maintenant je nâ??ai plus le temps, lenteur oblige.

Jâ??ai aussi trouvÃ© un moyen magique de contourner la solitude : dÃ©dier chaque matin ma journÃ©e Ã une ou plusieurs personne(s), connue(s) ou inconnue(s), proche(s) ou lointaine(s). Jâ??ignore si cela a un effet quelconque sur elle(s), mais moi Ã§a mâ??aide.

Mes deux fils habitent lâ??agglomÃ©ration. Je peux compter sur eux sans faille mais jâ??Ã©vite de les solliciter pour un oui ou pour un non. Certes par dÃ©sir dâ??indÃ©pendance, mais surtout parce que jâ??estime quâ??ils sont dÃ©jÃ trÃ¨s surchargÃ©s dans leur vie active. On ne peut pas leur demander

dâ??abonder nos retraites par leur travail et dâ??Ãªtre assignÃ©s simultanÃ©ment au rÃ´le Â« dâ??aidants naturels Â». Je pense que la montÃ©e en charge de ce statut accompagne la pratique rÃ©cente des sorties rapides dâ??hospitalisation dÃ¨s la fin de la phase aigÃ¼e. Beaucoup dâ??aidants, mis devant le fait accompli, servent en rÃ©alitÃ© de variable dâ??ajustement Ã certaines politiques publiques. Beaucoup sâ??y Ã©puisent. Recherche dâ??Ã©conomie dâ??un cÃ´tÃ©, dÃ©gÃ¢ts croissants de lâ??autre, quâ??il sâ??agirait dâ??Ã©valuer Ã fond et de soulager au mieux. Le meilleur des soulagements serait dâ??en tarir les sources.

Il y a quelques annÃ©es je me suis cassÃ©e un poignet. Mon assurance mâ??a octroyÃ© douze heures dâ??aide Ã domicile confiÃ©es Ã une association. Jâ??ai eu affaire Ã huit intervenants diffÃ©rents. Il mâ??a Ã©tÃ© rÃ©pondu que câ??Ã©tait voulu, pour Â« Ã©viter que les intervenants ne sâ??attachent Â» ! Cela va Ã lâ??encontre du besoin de stabilitÃ© et de sÃ©curitÃ© affective des personnes Ã¢gÃ©es, surtout si elles sont seules.

De mÃªme, lorsque mon mari Ã©tait alitÃ© en fin de vie, la derniÃ¨re auxiliaire passait Ã seize heures, ce qui Ã©tait totalement inadaptÃ©.

Categorie

1. En direct

date crÃ©Ã©e
25/09/2022