



Le jour où j'ai poussé la porte du Bistrot Mémoire de Rennes...

J'étais dans un état d'inquiétude et de culpabilité indescriptible. Maman vivait seule chez elle à 150 km de chez moi. A chacune de mes visites le week-end je constatais l'aggravation de ses difficultés. Pertes de mémoire, de repère, de capacité, courriers égarés, amaigrissement, frigo trop vide ou trop plein, produits périmés, difficultés avec le téléphone. Elle évoquait ses pertes de mémoire mais « c'était normal à son âge » Elle n'avait pas conscience de l'étendue de ses troubles et aucune envie d'envisager un avenir autre que de vivre chez elle où elle pouvait faire « ce qu'elle voulait, quand elle voulait ».

Je me sentais démunie. Elle avait le droit de ses choix, mais j'avais conscience des risques qu'elle encourait. Quel était mon rôle ? Ma responsabilité ? Comment allait évoluer la maladie ?

J'entrais au Bistrot Mémoire timidement en cherchant des informations sur cette maladie si déroutante. J'ai été accueillie chaleureusement par Marie-Hélène la psychologue qui m'a écouté et entendu, qui a perçu ma détresse. Je me suis tout de suite sentie en confiance dans ce contexte de convivialité au milieu de personnes concernées à divers titres par la maladie d'Alzheimer. Je pouvais rompre l'isolement social dans lequel je commençais à m'enfermer sans m'en être bien rendu compte car tout tournait autour de la santé de maman. Le BM était mon lieu ressource où je pouvais « poser mes valises » et retrouver de la disponibilité pour les autres.

Il y a eu les dernières vacances de maman chez ma sœur avec chute, fracture du col du fémur, hospitalisation, perte brutale d'autonomie aggravation des troubles cognitifs, institutionnalisation inévitable, abandon du soutien familial... 3 ans se sont écoulés maman est toujours là, près de moi, et je vais la voir plusieurs fois par semaine en continuant à lui apporter tout ce que je peux.

Au fil des mois j'ai cheminé vers l'acceptation de « ce qui est », en fréquentant toujours régulièrement le BM. J'ai pu tenir.

Semaine après semaine les intervenants m'ont apporté des réponses à mes questions ou des pistes de réflexion sur des sujets aussi divers que les avancées thérapeutiques, les « alliés » professionnels en aide à domicile, en paramédical, en protection juridique ... les témoignages étaient sources d'enrichissement, de développement de compétence.

Le BM m'avait tant aidé j'ai tenu de mon côté à apporter aussi ma contribution à faire vivre ce lieu qui peut s'avérer si bénéfique aux malades et aux aidants en souffrance. J'ai effectué un travail personnel avec une psychologue extérieure pour être sûre de pouvoir mettre à distance ma situation personnelle d'aidante et j'ai rejoint le groupe des bénévoles.

Cette double appartenance allie pour moi force et légitimité d'un vécu toujours actuel de la maladie où l'acceptation doit être quotidienne.

J'espère que notre Bistrot Mémoire continuera bien longtemps sa mission d'accompagnement si précieuse, si diversifiée entre l'information, le récréatif, l'écoute, la convivialité, la mise en lien, la détente ... et qu'il fera encore beaucoup d'émules...

Mars 2014

Mireille, aidante et bénévole

Union Nationale des Bistrot Mémoire

9 rue Louis Kérautret Botmel | immeuble Athéa | 35000 RENNES

06.52.13.61.31

unbm.contact@gmail.com

www.bistrot-memoire.com