



# Le Bulletin

## N° 65 Décembre 2024

**ALBATROS 06** - Association de bénévoles fondée en 1993, ayant pour but l'accompagnement des personnes en fin de vie, des grands malades, des personnes âgées dans les hôpitaux, cliniques et EHPAD du 06 avec lesquels nous avons une convention de partenariat. Groupe de soutien aux personnes en deuil.

**ALBATROS 06** est membre de la Société Française d'Accompagnement et de Soins Palliatifs (SFAP)

**ALBATROS 06** est agréée par l'ARS-PACA.

**Siège:** Clinique SAINT DOMINIQUE - 18 Avenue Henry Dunant 06100 Nice – Tél : 04 93 51 59 63 - 06 72 25 82 62

**E-mail :** [contact@albatros06.fr](mailto:contact@albatros06.fr) – **site internet :** [www.albatros06.fr](http://www.albatros06.fr)

### Editorial de la Présidente



A l'aube de l'an nouveau ...  
Il est un feu qui brûle au cœur de la maison  
Rayonnant de chaleur, attirant les regards,  
Il évoque l'ardeur qui anime tout être,  
Qui fait que nous le connaissons et que nous l'aimons.  
En cette année où notre bénévole Tania s'en est allée,  
D'autres aussi nous ont quittés.  
Ils étaient tout autant des nôtres,  
Puisqu'ils étaient les vôtres.  
Bouleversés nous sommes, car leur départ nous touche,  
Tant ils étaient une part de nous-mêmes.  
Ce feu dont ils étaient porteurs  
Continue de brûler et d'essaimer en nous.  
C'est comme une étincelle ... et nous la recueillons.  
Car elle a le pouvoir, tout en séchant nos larmes,  
De ranimer nos flammes.  
Le feu de l'an nouveau contient nos étincelles.  
Et la leur et la nôtre.  
Comme une immense gerbe éclairant nos espaces,  
Il fait surgir l'espoir, éclore les sourires.

**Marie-France**



*Les Membres du Conseil d'Administration  
de L'Association ALBATROS et moi-même  
vous souhaitons de Joyeuses Fêtes  
et une très Bonne Année 2025*



## Sommaire :

- |  |   |
|--|---|
| p1 - Editorial de la Présidente            | p18 - Conférence fin de vie à Pauliani 27/6             |
| p2 – Sommaire                              | p19- Assemblée Générale 29/6/2024                       |
| p3 - La loi vient heurter nos consciences  | p20 - Trombinoscope nouveaux 2024                       |
| p4 - Photos formations FC 6/1 et FI 13/1   | p21 - Témoignage de Sylvie Levy                         |
| p5 - Témoignage Josiane Maria              | p22/3 - Témoignage de M-F Juel-Gronbjerg                |
| p6 - Bonne Année (tous bénévoles) 7/2      | p24 - Rôle du groupe de parole                          |
| p7 - Photos formation FI 24/2              | p25 - Photos formations FI 7/9 et 14/9                  |
| p8 - Témoignage Monique Oger               | p26 - Témoignage de Dominique Dulau                     |
| p9 - Photos formation FI 9/3               | p27 - Photo formation FI+FC 28/9                        |
| p10 - Photos formation FI+FC 16/3          | p28 - Journée des aidants Garibaldi 3/10                |
| p11 - Témoignage de M-F Juel-Gronbjerg     | p29 - Témoignage de Barbara Moons                       |
| p12 - Photos formation FI 13/4             | p30 - Photo formation FI 5/10 et FC 23/11               |
| p13 - Photos formations FC 27/4 et FI 1/6  | p31- Unicancer PACA P.Méditerranée 11/10                |
| p14 - Visite Mr Estrosi à St DO 5/6        | p32 - Supervision des bénévoles 2024                    |
| p15 - Photos formation FC 8/6              | p33 - Photos formation FC 7/12                          |
| p16 – Anniversaire de Guillemette notre VP | P34 - la biographie hospitalière, opportunité           |
| p17 - Débat fin de vie à Stanislas 20/6    | P35 - Accompagnement nocturne – Nouveau groupe de deuil |
|  | P36 - Bulletin d'adhésion                               |





**QUAND la LOI vient HEURTER nos IDÉES  
Mais surtout ... nos CONSCIENCES**



Oublions les grandes affaires médiatiques, en ne retenant d'elles que l'image qu'elles nous renvoient de nous-même, pour nous rappeler que notre société, comme nos vies, sont de plus en plus traversées par des contradictions, des peurs ou de la douleur.

N'y a-t-il pas, inscrite au plus profond de ces histoires humaines, une crise de « sens » ?

Tous les cadres bougent ou explosent et dans l'individualisme qui caractérise notre société, chacun est ainsi exposé à ce qui est à la fois une épreuve et une chance :

**devoir donner soi-même « le sens ».**

Donner soi-même le sens de la vie, de la mort, de la souffrance.

Chacun essaie parfois de se rattacher aux cadres anciens, mais se confronte alors aux cadres d'autrui. Nous n'avons plus les mêmes.

La règle de droit est en principe un cadre commun. Et, d'une part elle évolue comme la société ce qui la rend moins rassurante et stable, et, d'autre part nous sommes nombreux à vouloir la détourner, la contourner, quand la loi vient heurter nos idées, mais surtout nos consciences.

Le mot de conscience peut nous conduire à penser la liberté comme une vertu d'obéissance à sa conscience, cadre suprême de nos actions justes.

La philosophe Simone WEIL ne définissait elle pas « la liberté » non comme un choix, mais comme un consentement à la nécessité ?

Si nous partageons cette pensée comment ne pas s'inquiéter de la réduction aujourd'hui admise de la « liberté » à un choix, évidemment un choix dramatique.

Le droit de choisir sa mort est-il une ultime liberté ? Une liberté qui se définit par les limites !

La liberté ne se donne pas, elle se prend en assumant les conséquences.

Peut-être faut-il admettre que si l'on est perdu, le droit reste un cadre utile pour éviter l'anarchie.

Le mot de « liberté » renvoie au paradoxe et à la tension qui caractérisent les situations où les hommes et les femmes engagés dans l'accompagnement des patients en fin d'existence, sont plongés dans le plus beau et le plus fragile de nos vies, dans l'humain, la pâte humaine, le cœur humain.

Marie-France JUEL-GRONBJERG



## Photos des formations 2024

**06/01/24 FC - éthique et situations difficiles en fin de vie**  
par **Christine Fenollar**, médecin-chef de la clinique St Dominique



**13/01/24 - FI - Le deuil et le déni** par **JB Dragoman**, psychologue clinicien



## Témoignage de Josiane MARIA



Je suis bénévole accompagnante depuis 2018. J'ai fait des accompagnements en maison de retraite et essentiellement à domicile. Ce qui m'a marqué le plus, ce sont les marques d'affection et de reconnaissance des gens alors qu'ils ne nous connaissent pratiquement pas.

J'ai ici l'exemple d'une personne qui avait son mari à domicile atteint d'une maladie dégénérative, il est décédé chez lui quelques mois après le début de mes interventions.

A ce moment-là, j'y allais le jeudi ; le vendredi soir sa femme me fit savoir en fin d'après-midi que son mari était décédé à la maison. Comme ils avaient vécu en Angleterre pendant 45 ans elle se sentait perdue et ne savait pas comment ça fonctionnait en France.

Le lendemain matin samedi, je me rendis chez elle à la première heure bien que ce ne soit pas mon jour de visite, son mari était dans son lit ; j'essayais de joindre les pompes funèbres les plus proches de chez eux, mais dans la commune où ils habitaient c'était fermé le samedi ; une dame qui était d'astreinte me donna l'adresse d'une de leurs agences à Nice.

Je réussis à les joindre ; ils me dirent qu'ils viendraient chercher le défunt vers midi, mais qu'il fallait que son épouse vienne à l'agence pour les démarches administratives, choisir le cercueil, etc...

Je l'accompagnai donc à l'agence en question ; nous avons du temps avant midi. De retour à la maison nous attendons encore une bonne heure avant qu'ils ne viennent chercher son mari pour le conduire au reposoir. Je suis restée avec elle toute la journée.

Comme Madame est belge, et que toute sa famille est là-bas, ils arrivent quand même assez rapidement le lundi ; je les accompagne au reposoir qui est aussi à Nice.

Le jour des obsèques, je ne m'en occupe pas, je les laisse en famille.

Depuis ce jour-là, elle m'est éternellement reconnaissante ; elle me dit toujours qu'elle ne sait pas comment elle aurait fait si je n'étais pas là, alors que moi je n'ai pas l'impression d'avoir fait quelque chose d'extraordinaire, juste ce qui était normal pour l'aider.

Depuis, nous sommes devenues amies, nous nous voyons souvent nous allons au restaurant, faire de belles promenades, je lui ai fait connaître des endroits de la région qu'elle ne connaissait pas. C'est surtout une belle amitié et une amie fidèle.

**Josiane MARIA**  
**Bénévole accompagnante**



03/2/24 - FC+FI - Vœux de **BONNE ANNÉE**  
et projection d'un film sur « la Maison Jeanne Garnier »



*Lauriane et Claire*



*Roger et Danny*



*Marie-Danielle et Francine*



*Sébastien et « Bina »*

24/2/24 FI - Origine et philosophie des Soins Palliatifs  
par R MARIOTTI, bénévole





## Témoignage de Monique OGER



Magnifique de douceur est l'Albatros qui plane longtemps en utilisant les vents qui le portent sur de grandes distances

### Témoignage

J'étais en formation au sein d'Albatros et j'avais commencé les visites aux patients accompagnée par une aînée quand le Covid a eu raison d'une petite faille cardiaque, inconnue de moi jusque là, et un matin de l'hiver 2022 j'ai dû être hospitalisée en urgence pour un accident vasculaire cérébral.

Je ne pouvais plus parler. Grand silence des hautes marées.

En blanc et masqués ils ont été nombreux les soignants qui m'ont regardée, passée dans des machines aux aguets, allongée, piquée, transportée, soignée et surveillée. D'accompagnante en formation je suis devenue accompagnée en urgence.

Quel enseignement ! En un instant j'ai fait l'expérience de l'efficacité de la science, de la rigueur professionnelle et de la relation de bienveillance qui se conjuguent autour du patient.

Un mois d'hospitalisation et "d'apprentissage" sur le terrain. Je pourrais dérouler un à un les titres des formations que nous recevons dans le programme d'Albatros. Dans l'écoute des ressentis, de la vulnérabilité, et dans les phases de lâcher-prise aussi. Dans la gratitude envers les soignants, les tout proches, pour la confiance reçue.

Et puis au cœur de ce séjour, j'ai rencontré une dame qui était dans ses derniers jours et avec qui j'ai partagé des moments de pure amitié, dans un face à face rendu possible par ce périmètre minimal qu'est la chambre d'un hôpital. Je l'ai accompagnée parce que je pouvais me lever, sonner pour que l'infirmière de nuit la soigne et la réinstalle correctement, je pouvais mettre nos fauteuils face à face. Installer nos plateaux repas, l'écouter me parler. Et elle m'a accompagnée par sa délicatesse, sa voix. La vie jusqu'au bout et au-delà du moment présent.

Ce sont des souvenirs maintenant. Mais je pense que cet oiseau calme et majestueux qui tient parfois le gouvernail de nos vies, de façon symbolique, est une présence aimante et protectrice, qui nous relie encore et encore.

**Merci !**

**Monique OGER**



09/03/24 – FI - le bénévole – engagement, éthique, valeurs  
par Marie-France JUEL-GRONBJERG



*Jeu de rôle Nathalie et Danny*

*jeu de rôle Alexia et Séverine*





*Danny et Jean-Marie Chalvidal*



*Jean-Marie et Martine Chalvidal*



*Diana, et Claire*



*Anita et Sylvie*



*Jussara Josiane et Lauriane*

## Témoignage de Marie-France

Lettre d'une très jeune patiente en fin de vie laissée à sa petite sœur après son départ :



« Une des choses les plus difficiles avec ma maladie, c'est de voir l'impact qu'elle a sur vous tous, ma chère famille.

Je me souviens d'un jour en particulier où vous m'avez rendu visite à l'hôpital.

On venait de m'annoncer que mon traitement avait échoué et qu'il ne me restait plus que quelques mois à vivre.

Je me rappelle avoir croisé ton regard « petite sœur chérie ».

Tu avais compris que j'étais en train de mourir.

Moi, j'avais fait la paix avec mon destin, mais te sentir t'effondrer dans mes bras a été l'un des pires moments de ma vie. Il n'y a rien de plus dur que de voir ceux qu'on aime abattus par la tristesse.

Cela fait d'autant plus mal qu'on ne peut rien contrôler.

Je prie de tout mon cœur pour que mes derniers mois soient beaux. Je

refuse de laisser l'obscurité me consumer.

Chaque minute où je ne rirai pas avec vous tous me manquera. Le rire guérit l'âme.

Tu as le rire le plus doux et le sourire éclatant. Il faut que tu les partages davantage.

Redonne de la joie au monde. Trouve des raisons de t'amuser même si elles sont insignifiantes.

Ris jusqu'aux larmes et sache que je rirai avec toi en te regardant belle et libre.

J'espère que lorsque tu liras ces lignes, ta vie sera pleine d'amour et de lumière.

Si ce n'est pas le cas, je te demande de laisser entrer cette lumière.

Alors elle se répandra autour de toi. Contamine les autres de ta joie. Couvre-les d'un amour si pur qu'ils n'auront d'autre choix que de le ressentir jusque dans leurs os.

J'espère avoir eu cet effet sur toi, sur maman et papa.

Cherche le bonheur, puis répands-le partout. Donne-le à ceux qui en ont le plus besoin.

Tu es mon rayon de soleil et tu le seras toujours.

Avec tout mon amour, Ta sœur S.....

Recueilli par **Marie-France JUEL-GRONBJERG**

## Radio AGORA Côte d'Azur - 18/3/24

Emission « Parlons des droits humains » - Thème : Soins Palliatifs, Fin de Vie

Notre Présidente **Marie-France** était invitée par **Radio Agora Côte d'Azur** pour parler des soins palliatifs et de la fin de vie. Elle a notamment développé :

- Histoire et mission de l'association ALBATROS 06
- Soins palliatifs : situation en France et dans le département.
- Les établissements partenaires
- Interface avec les familles – le soutien au deuil
- Partenariat avec les autres associations
- Convention citoyenne sur la fin de vie (2023)

L'enregistrement de l'émission est disponible sur notre site [www.albatros06.fr](http://www.albatros06.fr).

Menu : Photos Souvenirs -> Evènements Divers -> 2024-03 Interview de MF JUEL à Radio Agora

**13/04/24 FI - l'écoute active 1 – Jeux de rôle**  
**par Marie-France JUEL-GRONBJERG**



**Diana et Maryse**



**Marie-France et Anita**

27/04/24 - FC Auto éthique de la personne du bénévole par le Dr Bottero



01/06/24 – FI - les obstacles à l'écoute active  
par Marie-France JUEL-GRONBJERG





Notre maire, Mr **Christian ESTROSI** prononçant son allocution en présence de :  
**Mr Gerald ROUX**, Président du CA de la Clinique St Dominique,  
**Docteur Jacques DESTOMBE**, Vice-président du CA de la clinique .St Dominique,  
et des membres du personnel de la Clinique St Dominique

Dans son allocution, Mr ESTROSI a notamment annoncé la création prochaine d'une **Unité de Soins Palliatifs (USP)** à la Clinique St Dominique soit 12 lits supplémentaires (car il y a déjà 14 lits identifiés soins palliatifs (LISP) ).

Le projet est lancé mais les détails n'ont pas encore été dévoilés par l'ARS-PACA. C'est une grande reconnaissance de l'expertise de Saint Dominique dans ce domaine car il n'y a que deux USP dans le département (CH de l'Archet à Nice et CH d'Antibes) ; de plus la demande est grande car chaque semaine 3 à 4 patients en soins palliatifs sont refusés par manque de places. Il n'y a en effet que 2,2 places pour 100.000 habitants.

**Toutes nos félicitations à l'équipe de Saint Dominique dirigée par Christine Giacomo.**



**08/06/24 FC - Prise en charge des patients en soins palliatifs par le Dr GOINEAU  
et Anniversaire de Guillemette, notre Vice Présidente**



**Guillemette fêtée par les bénévoles ALBATROS06  
René, Corinne, Fabienne, Sébastien, Dominique, Marie-Danielle, Jeannine, Marie-France,  
Maryse (cachée par Guillemette) Michèle, Diana, Milva et Lauriane**



**Marie-Danielle, Jussara et Dominique**



**Jeannine, Milva, Diana et Michèle**



**Catherine, Guillemette et le Dr GOINEAU**



**Maryse et Lauriane**

*En l'Honneur de l'Anniversaire de  
notre Vice-Présidente Guillemette CONTESSO*



*Chère Guillemette,*

*Merci d'apporter ta clairvoyance à notre association.*

*Marie-France et toi, vous êtes complémentaires et formez une équipe soudée,  
une « dream-team » qui constitue l'âme d'ALBATROS 06 !!*

DEBAT SUR LA FIN DE VIE – INSTITUT STANISLAS NICE – 20/6/2024  
Enjeux de société, Question d'humanité : FIN de VIE



La fin de vie n'est plus au programme de l'Assemblée Nationale depuis la dissolution, mais le débat est toujours d'actualité dans notre société.

Dans le diocèse de Nice, **Mgr Nault a décidé d'écrire aux paroissiens des Alpes-Maritimes**. Il alerte sur le vocabulaire utilisé: *"il est bien question d'établir un droit au suicide médicalement assisté et à l'euthanasie"* explique l'évêque.

#### Quatre intervenants pour mieux discerner

Plusieurs interventions, un débat et des témoignages sont prévus tout au long de la soirée. **M. Jean Leonetti**, maire d'Antibes, auteur et co-auteur de la loi sur la fin de vie de 2005 et 2016 sera autour de la table tout comme le **Pr Jean-Jacques Wunenberger**, philosophe, le docteur **Gary Pommier**, médecin en soins palliatifs à l'hôpital l'Archet et le **chanoine Philippe Asso** et tous répondront aux questions.

#### Des témoignages pour comprendre :

Les interventions seront ponctuées de témoignage de terrain avec ceux qui sont en première ligne face à la fin de vie, dans le rôle d'aumônier ou en EHPAD. Cette soirée est organisée en présence de Mgr Nault.

#### Résumé du discours de Mr Jean LEONETTI sur « LA PULSION DE MORT DANS LES SOINS »

Monsieur Jean LEONETTI nous parle de ce tournant important dans la théorie freudienne des pulsions de mort dans les soins déjà en 1920.

Au-delà d'une recherche de plaisir par la réduction des tensions, quelque chose en chacun d'entre nous, que Freud nomme la « pulsions de mort » pousse à répéter des comportements, source de douleur et de souffrance, et, à trouver un certain plaisir dans la destruction.

Dès lors, le sujet divisé allie pulsion de vie et pulsion de mort (Eros et Thanatos) pour vivre.

Dans les soins, il n'est pas toujours facile de se représenter le travail de la pulsion de mort.

Il est important de nos jours, d'ouvrir des pistes de réflexions sur cet effort d'équilibre entre Eros et Thanatos, toujours propre à chaque sujet.

Il est important de prendre acte du travail des pulsions et de la désintringation pulsionnelle à l'œuvre chez certains sujets gravement malades ou en fin de vie.

Il s'agit de tenter toujours de soutenir Eros, le psychanalyste propose une nouvelle éthique de l'accompagnement à savoir considérer et composer avec Thanatos.

Cette démarche peut mettre à l'épreuve les soignants tant il est aussi difficile de penser certains éprouvés qui peinent à se mettre en mots, en proie avec Thanatos et son œuvre de destruction et de décision.

Nous ressortons de cette invitation, Guillemette et moi, enrichies par la qualité de présence et d'expériences des intervenants de la soirée organisée par l'Evêché de Nice.

Marie France JUEL-GRONBJERG



**FONDATION PAULIANI (27/6/24)**  
**Conférence « Accompagner la fin de vie en EHPAD »**



*Corinne, Marie-Charlotte, Guillemette, Marie-France et Fabienne ( Francine non visible)*

La Fondation Pauliani a invité notre Présidente et quelques bénévoles à une conférence sur le thème : « **Accompagner la fin de vie en EHPAD** ».

Voici la délégation ALBATROS devant le magnifique buffet.

Notre Présidente a présenté un diaporama sur l'association, nos actions dans le département et l'activité de notre bénévole **Jussara** à la fondation.

Voici les principaux intervenants :

Prof Gilles Bernardin ,	Président de l'Espace éthique azuréen (EEA)
Mme Anne Couty de Weweire,	Directrice Générale de la Fondation Pauliani
Dr Aurélie Clemente,	Médecin coordonnateur HAD de NICE
Dr Sylvie Hang,	Algologue Soins Palliatifs
	Institut Arnaud Tzanck - St Laurent du Var

Etaient également présents :

Dr Julia RAZAFINDRAMORA	Médecin coordonnateur EHPAD	Fondation Pauliani
Mr Naser BOUGHERA	Psychologue	Fondation Pauliani



## ASSEMBLEE GENERALE 2024 (29/6/24)



*Dr LEONETTI, Dr DESTOMBE et Dr BARETGE, membres d'honneur de notre association*



*Trois médecins ont bien voulu honorer notre Association en acceptant d'en être **membres d'honneur** ; qu'ils en soient ici chaleureusement remerciés.*

*Le Docteur **Jean LEONETTI** Maire d'Antibes, Médecin, ancien député, auteur des lois sur les soins palliatifs qui portent son nom*

*Le Docteur **Jacques DESTOMBE** Vice Président du CA de la clinique St Dominique ancien médecin-chef et directeur de la clinique St Dominique*

*Le Docteur **Jean BARETGE** membre du CA de la Clinique St Dominique ancien médecin libéral, ancien trésorier de l'ordre des médecins*

*Au cours de cette AG, les établissements suivants sont devenus des partenaires de notre association en signant une convention :*

- **CCAS de Cagnes sur Mer**
- **EHPAD « Villa des Collettes » à Cagnes sur Mer**
- **SSR et EHPAD « les Lauriers roses » de LEVENS**
- **EHPAD GROSSO de NICE**
- **EHPAD « les jardins de St Paul » à ANTIBES**



**BIENVENUE AUX NOUVEAUX BENEVOLES 2024**



**Charles**



**Karine**



**Roger**



**Marie-Charlotte**



**Danny**



**Nesrine**



**Brigitte**



**Lilian**



**Marie-Josée**



**Alexia**



**Anita**



**Marianne**



**Nadine**



**Séverine**



**Nathalie**



**Barbara**

**Faites comme eux ... Venez nous rejoindre !!!**

## Témoignage de Sylvie LEVY (Accompagnement de Tania VASSILIEF)



Voici plus de 20 ans que je fais partie de la famille ALBATROS. Et de nombreuses années que je n'accompagnais plus pour Albatros car ma maman vieillissait et j'essayais d'être auprès d'elle et de l'accompagner dans son grand âge étant sa fille unique.

Puis, elle est partie à l'âge de 91 ans et j'ai mis 3 ans pour me pardonner de n'avoir pas été à la hauteur lors de sa fin de vie, trop difficile et douloureuse pour une fille aimante malgré les incompréhensions, les manques et les maladresses vécues lors de mon enfance et qui ont perduré jusqu'à la fin de notre relation.

Je suis revenue peu à peu suivre des formations d'Albatros, dans la bienveillance, le non jugement et l'accueil toujours absolu et entier de notre Présidente, Marie France, qui a su être là et trouver les mots lorsque, au

lendemain du départ de maman, je l'ai appelée en plein désarroi, culpabilité et sidération.

Et puis, peu à peu, l'envie, l'évidence de recommencer des accompagnements s'est élevée mais en me laissant le temps afin d'être prête. Mon principal obstacle, pensais-je, était une hyper sensibilité encore accrue depuis maman.

Un jour d'Octobre, bien avant, pensais-je, être prête, Marie France m'appelle un soir et me raconte l'histoire de cette ancienne bénévoles d'Albatros, aujourd'hui malade, en fin de vie, hospitalisée à Grasse, ville voisine de la mienne, qui demande à recevoir des visites d'Albatros. Marie France habite loin et ne peut venir facilement. Tout naturellement, me dit-elle, elle a pensé à moi et me demande si je me sens prête pour ces accompagnements au pied levé. Tout naturellement, également, je lui réponds oui immédiatement. C'est une évidence.

Je rencontre Tania à trois reprises. Notre échange est simple, facile, avec cette impression de nous reconnaître. Lors de ma deuxième visite, elle me parle d'elle, m'interroge sur moi et nous savons que nous sommes faites de la même quête de sens, ayant suivi des chemins (méditation, sophrologie...) assez semblables.

Mes craintes s'envolent : pas d'hyper-sensibilité envahissante et paralysante.

L'accompagnement, les valeurs d'Albatros ne s'oublient pas. Un moment de flottement suite à un message alarmant de Tania ? Marie France est là qui calme les craintes, conseille.

Tania me dit que nous sommes des anges pour elle. Elle quitte l'hôpital pour s'installer chez sa fille entourée par l'équipe de soins palliatifs, de sa famille et de nombreux amis. Nous continuons de correspondre, Marie France de son côté qui l'aide quotidiennement par ses appels et séances de sophrologie, moi par mes appels et messages que je ne veux pas trop envahissants. Puis, nous n'avons plus de réponses. Quelques jours plus tard, Marie France reçoit un message de la famille. Tania s'est éteinte la nuit d'avant.

Nous échangeons, Marie France et moi. J'ai allumé ma petite bougie pour dire au revoir à Tania, petite âme fragile et courageuse, ce que je fais depuis mes formations initiales d'Albatros, moi qui ne sais pas prier.

Je suis prête, je retrouve ma place, **je retrouve le sens**. Une main tendue vers une main tendue. Un cœur à cœur d'humanité. Ce mot appris lors des formations d'Albatros : L'HUMANITUDE.

**Sylvie LEVY**  
Bénévole accompagnante



**Témoignage de Marie-France JUEL-GRONBJERG**  
« Un accompagnement de cœur à cœur » pour Tania VASSILIEF



Tania venait s'inscrire à Albatros 06 pour suivre la formation initiale et par la suite pouvoir accompagner les personnes en fin de vie. Son projet me semblait bien ancré en elle depuis quelques années. A cette époque-là nous avons le privilège d'occuper une salle de formation au monastère des sœur Clarisse, dans un cadre très spirituel. Entourés de magnifiques fleurs et d'une ambiance unique et chaleureuse nous étions toujours accueillis par « sœur Marie-Colette » qui restera toujours gravée dans mon cœur.



Après avoir suivi son année de formation, à mon grand étonnement, nous n'avons plus entendu parler de Tania. Puis, au cours de l'automne 2022, je reçois un appel de Tania.

« Allo Marie-France, j'ai un cancer du poumon, peux-tu m'aider avec la Sophrologie ? »

Nous avons longuement parlé de sa vie, des dures épreuves de son enfance, de son passé de femme mariée, de son présent, de ses enfants qu'elle chérissait tant et qu'elle continuera toujours à aimer de là où elle se trouve maintenant « étoile parmi les étoiles ».

« Tu sais Tania, les poumons, c'est comme la cage d'un oiseau qui peut être fermée ou bien que tu peux ouvrir si tu le souhaites » .....

« Le cancer du poumon est une maladie qui touche « le souffle » ;c'est aussi une Maladie « existentielle » ».

Voici un schéma des différentes séances proposées à Tania à ce moment-là.

La Sophro-respiration Synchronique à la recherche de respirations agréables, et toutes les techniques de respiration sophrologique, Tania a pu vivre au rythme bienfaisant de sa musicalité intérieure, à lâcher son vécu difficile, à évacuer ses tensions, ses souffrances corporelles, lâcher ses peurs, les souffrances morales. SOUFFLER. C'est la magie du Sophro-Déplacement du Négatif. Tania a donné une intention à l'énergie car le cancer est un combat à court ou moyen terme, à donner une intention à l'énergie d'où l'intérêt de la Sophro-Activation Vitale.

**Avec Tania Un accompagnement « d'âme à âme » :**

Nous sommes le 12 d'octobre 2024, quand je reçois un texto de Tania :

« Bonjour Marie-France, comment vas-tu depuis tout ce temps ? ma santé est chancelante comme moi. Je suis hospitalisée à l'hôpital de Grasse sous oxygène et perfusion d'électrolytes. Beaucoup d'exams prévus, suspicion de tumeur récidivante à l'autre poumon après radiographie à confirmer. Besoin de parler à un être humain j'envisage les soins palliatifs. Que peux-tu me conseiller s'il te plaît, ».

Le lendemain matin je téléphone à Tania et lui propose de venir la voir et aussi d'être accompagnée par Sylvie et de reprendre la Sophrologie.

« Bon contact avec Sylvie et j'accepte ton offre de sophro pour sortir des idées noires qui rôdent toujours autour, je t'embrasse bien toi et ton inébranlable énergie »

Nous nous parlons chaque jour après ses séances de sophrologie et nous envoyons également des textos.

« MF ce matin moral fort et serein mais âme incomprise par le médecin qui veut soigner ce corps, pourquoi prolonger ces moments ? » « à bientôt le bonheur de t'entendre chère MF » « hâte de t'entendre à quelle heure tu viens ? » « très faible » « Sylvie est tellement douce, nous avons des points communs de pratiques spirituelles » « Bonsoir MF, très très heureuse de te voir aujourd'hui j'admire la femme forte douce et féconde que tu es, tu donnes envie de travailler avec toi à tes beaux projets » « scanner à 10H30 une petite sophro serait bienvenue bisous » « bonjour MF, poumons droit opaque plus métastases au foie, bon moral très entourée bisous »

« Bonne nuit, et après un bain de pieds chaud je suis confiante en la vie, bonne journée à toi chère MF » « Coucou MF aujourd'hui on m'a découvert un flutter au cœur ? » « Coucou MF exténuée ne dors

plus, toux incessante, hâte que cela cesse, à quoi ça sert, explique-moi si tu as des idées, hâte de t'entendre au tel »

Le 30 Octobre : « Bonjour MF je rentre chez moi en HAD, tellement heureuse » « le cœur est touché, plus pour longtemps » « important, MF, précieuse amie, que tu me reconnaises dans la traversée de tous mes durs états émotionnels » « énorme envie d'en finir, tu sais ce que c'est ? j'ai l'angoisse de mourir seule »

Je peux ce jour-là rassurer Tania qui s'inquiète de ne pas être prise en charge par HAD à domicile : « Tania, tu peux me téléphoner la nuit quand tu as des angoisses »

Le 4 Novembre Tania est transférée à Cannes chez sa fille et son petit-fils.

« Rassurée d'être chez ma fille même si les répités sont très courts ; qq heures sans douleurs. Suis heureuse d'être dans un beau jardin » « je suis très faible je ne peux pas beaucoup parler mais si tu as le temps d'une sophro je suis seule »

« On m'a découvert une grosse infection ; taux de globules blancs explosé »



Nous sommes le 9, 10, 11 Novembre, Tania ne répond plus ni quand je l'appelle, ni à mes tentatives de textos. Le 13 Novembre je reçois un texto de la fille de Tania :

« Bonjour Marie-France, Tania s'est éteinte hier »

Puis ce même 13 Novembre, un WhatsApp d'Antoine, fils de Tania :

« Bonjour MF -Tania est partie hier, calmement, entourée de ses enfants et d'amour » « Maman a reçu des soins de sédation pour l'aider à affronter ses douleurs et elle est partie avec nous ses enfants autour d'elle. La crémation a eu lieu mercredi ; merci pour ce que vous avez fait pour elle, je sais que cela l'a beaucoup aidé, Antoine »

Nous sommes le 26 Novembre, je propose à Isabelle, la fille de Tania, de lui envoyer notre bulletin du mois de décembre : « Avec plaisir, merci beaucoup »

Bien chère Tania,

La sophrologie s'est réalisée dans une vivance ensemble où seul le vécu importait.

Je t'offre ce que tous mes vécus avec toi m'ont permis de vivre.

Tu es arrivée aux confins de toi-même, cette sale maladie qui t'a poursuivie depuis des mois, des années, était au comble de sa perversité.

La sophrologie m'a permis de t'accompagner dans des réalités incroyables pour moi. Elle m'a peut-être permis d'aller vers ces nouveaux possibles que je n'aurais jamais voulu connaître avec toi. Elle a été en tout cas mon support pour t'accompagner au-delà de la souffrance, au-delà de notre réalité pour accepter et accueillir une nouvelle quotidienneté dans laquelle je pourrai te vivre « autre ».

Tania, aujourd'hui, tu sembles m'inciter à faire un autre voyage, par-delà mes expériences, tu m'invites à partager cette folle réalité que tu vis depuis des jours.

J'ai vécu avec toi une fantastique séance de sophrologie, j'ai compris la signification de l'expression « tous les possibles » ... que l'être humain a des ressources extraordinaires que chacun peut mobiliser, que lorsqu'on arrive aux confins du raisonnable, quand la souffrance devient trop grande pour être supportable, il n'y a peut-être pour solution que la mort pour y échapper.

Il y a tout cet espace que chacun possède dans sa plus profonde intimité et qu'il devient alors urgent de développer. Peut-être aussi parce que lorsqu'on approche de si près la mort, on devient doué pour réinventer la vie, et pour en percer les secrets.

J'ai vécu une séance avec une telle intensité que mes mains en tremblent encore aujourd'hui quand j'écris ce texte. Ce qui m'invite à penser que à ce jour-là, la sophrologie a probablement donné des ailes à l'allopathie.

Tania, je te remercie pour ta confiance lorsque tu m'as appelée pour t'accompagner dans le temps qui te restait à vivre. Je n'oublierai jamais cet accompagnement spirituel.

Tu garderas une place unique dans mon cœur ... Encore Merci à toi

**Ton amie Marie-France**





## Rôle et Fonction du GROUPE DE PAROLE



Il n'est jamais anodin pour un bénévole de fréquenter la proximité de la fin, voire de la toute fin de vie. Cela fait naître beaucoup d'émotions, d'interrogations et convoque tout un chacun à un face à face avec sa propre finitude. Cette richesse et cette intensité du vécu appellent les mots, le partage et l'écoute de l'autre. Le groupe de parole quand les bénévoles sont engagés dans l'accompagnement de personnes en fin de vie, est une précaution que toute association a prise car **elle est obligatoire**.

### Le rôle du groupe de parole

Il s'agit de protéger, d'une part les patients ou personnes âgées et d'autre part le bénévole, des dommages que la confrontation fréquente des drames humains peut engendrer.

C'est en parlant que l'on arrive à prendre de la distance par rapport à une situation.

C'est par les mots que l'on arrive à retrouver sa capacité d'analyse (les mots et la pensée ne font pas toujours bon ménage).

C'est en nommant les choses que l'on prend conscience de l'ampleur de ce qui s'est passé, ou au contraire que l'événement perd soudainement son intensité. Cette parole n'est libératrice que parce qu'elle est partagée avec les autres membres du groupe. Le côté effrayant et anxiogène de certaines rencontres est lissé par l'écoute des autres membres du groupe de parole : si je peux en parler à d'autres, cela me confirme que c'est de l'humain, tout peut rentrer en humanité.

Ainsi chaque participant enrichit par son témoignage les expériences individuelles des autres.

Le groupe de parole est « **une ressource** ». Le groupe de parole offre à chacun de ses membres la chance d'élargir sa réflexion et de nuancer avec plus de finesse sa propre représentation des choses. Mais il ne fait pas que cela. Le groupe de parole nourrit le sentiment d'appartenance à l'équipe de l'association. Il protège le bénévole de l'isolement et enracine son accompagnement dans la solidarité. Au sein du groupe se crée alors une confiance, une authenticité qui favorise l'éclosion de liens inhabituels et très solides.

Le groupe de parole est un « viatique » pour l'accompagnement.

L'animateur psychologue a la tâche, lorsque besoin est, de donner un éclairage théorique permettant de décoder une situation donnée. C'est l'aspect formateur de ces rencontres.

### Fonctionnement

Tous les fruits dont nous venons de parler ne peuvent être récoltés qu'à la condition d'une véritable assiduité des membres du groupe de parole. Assiduité et régularité dans la durée.

Le rôle du psychologue est de favoriser au maximum les échanges et de permettre à chacun d'offrir à celui qui parle, les richesses voire les compétences qu'il porte en lui.

Il peut également, lorsque cela est nécessaire, recentrer le débat autour des valeurs d'Albatros 06, autour de son éthique et de ses missions.

Il s'agit bien là « de la nécessité de prendre soin des bénévoles ».

Qu'ils aient à la fois la sagesse et les ressources nécessaires pour approcher sans risque la souffrance humaine.

C'est à ce prix qu'ils peuvent durer dans la relation d'aide sans arriver à l'usure de compassion.

**Marie-France JUEL-GRONBJERG, Présidente**



**Photos des formations 2024 (suite)**

**07/09/24 FI - l'écoute active – la reformulation par MF Juel-Gronbjerg**



**14/09/24 FI - la communication non verbale par MF Juel-Gronbjerg**



## Témoignage de Dominique DULAU



A la demande de Marie- France, j'écris - en toute humilité surtout - ce petit témoignage de mon expérience de presque dix ans au sein de la clinique Saint - Dominique, que je mets désormais au service des patients du Centre Antoine Lacassagne.

Je contrôle toujours mon souffle et ma concentration avant d'entrer dans chacune des chambres qui enferment des histoires de vie tellement différentes et singulières.

Toutes ces années au chevet de personnes ayant toute la palette des pathologies, des plus bénignes jusqu'aux soins palliatifs. Ce qui m'a permis, malgré la gravité de notre mission, d'avoir aussi des moments de légèreté, de rires francs même.

J'y ai rencontré des personnes que je n'aurais jamais pu rencontrer dans un autre cadre. Tels : Un chanteur d'opéra, des écrivains, un procureur de la République, des aventuriers... Mais aussi une petite fleuriste qui a passé cinquante ans sur le cours Saleya, la dame qui a créé Tintin (célèbre pour son pan-bagnat)... Et tant de personnes anonymes et touchantes.

Il m'est arrivé souvent de faire des visites silencieuses, mais dont j'ai malgré tout ressenti l'intensité. Une belle histoire avec cette clinique où j'ai toujours été reçue par le personnel avec bienveillance.

Un recul de seulement un mois à l'hôpital Lacassagne. Suffisamment pour me faire une petite idée. Les moments de rires présents auparavant, ont presque disparu.

Une seule pathologie, le cancer, qu'il ne faut pas avoir peur de nommer, mais qui effraie la presque totalité des patients.

J'ai été tout de suite confrontée à des cas difficiles. Je vais voir une dame, jeune, 60 ans, auteure d'illustrations de livres pour enfants, qui me raconte que plus aucun traitement curatif n'est possible pour elle, qui souffre, qui est seule. Je vais la voir deux fois, puis trois fois...

Puis elle me dit qu'elle attend une place pour les soins palliatifs. Elle pleure, ne comprend pas, me dit qu'elle a peur... Jamais je n'ai ressenti autant l'utilité des formations que j'ai reçues.

Je fais appel aux silences, aux regards, à sa main que je touche avec le plus de délicatesse possible, à la reformulation qui me permet de ne pas stopper le dialogue...

A la différence de Saint Dominique, les questions existentielles sont presque toujours présentes. Des beaux moments humains, des leçons de vie toujours.

En conclusion, je dirais que je ressens comme un privilège de partager un peu de la vérité et de l'intimité de toutes ces personnes.

Et je dois reconnaître que cette expérience m'a changée. J'encourage vivement les nouveaux bénévoles à persister sur ce chemin.

Merci à cette belle association.

**Dominique DULAU**  
**Bénévole accompagnante**





**JOURNÉE NATIONALE DES AIDANTS**  
**Espace Garibaldi-Nice (3/10/24)**

- Le CCAS de la Ville de Nice a invité les associations partenaires de « l'adresse des aidants » le jeudi 3 octobre 2024, à la « **journée des aidants** ».

L'association Albatros 06 y était représentée par notre bénévole **Maryse**.

Cette journée a été l'occasion de rendre hommage à toutes les personnes qui, au quotidien, prennent soin de leur proche malade, dépendant ou handicapé elle a été aussi l'occasion de **les accompagner à se reconnaître aidant** .



La journée, organisée par " **l'Adresse des Aidants** ", s'est déroulée à la Maison des Associations Garibaldi avec stands d'information à Nice et avec la présence de :

Mme **Jennifer SALLES-BARBOSA** ,  
Adjointe au Maire de Nice-Vice-Présidente du CCAS.

Mme **Pascale FERRALIS**, Conseillère municipale,  
(subdéléguée à l'autonomie, à la dépendance et au soutien des aidants),

Mme **Magali MINAMBA**, Responsable du Développement des  
Activités Sociales PACA Corse de AG2R La Mondiale,

Mr **Federico PALERMITI**,  
Président de l'Association France Alzheimer  
qui assurait l'animation.

Trois points ont été abordés :

**- Comment accompagner les aidants à reconnaître ce statut ?**

Par une représentation théâtrale, proposée et jouée par des aidants, puis échanges avec le public.

**- Ma vie d'aidant**

Intervention de Vincent VALINDUCQ, médecin, chroniqueur santé dans " *Bonjour ! la Matinale TF1* " et auteur du livre " *Je suis devenu le parent de mes parents* ".

**- Pour un engagement de tous au service des aidants**

Echanges/débats avec le docteur **Richard CHEMLA** adjoint au Maire, le docteur **Vincent VALINDUCQ** auteur du livre « *Je suis devenu le parent de mes parents* », Monsieur **Federico PALERMITI**, Président de l'Association FRANCE ALZHEIMER et les professionnels du soin au théâtre des Franciscains.

Professionnels, associations ont apporté des réponses à nos interrogations, nos démarches et sensibilisé plus particulièrement les Aidants afin qu'ils se reconnaissent "AIDANTS".

**Maryse KOLLE**  
**Bénévole accompagnante**



## Témoignage de Barbara MOONS



Il est 18h, je m'empresse de quitter le travail et de remonter chez moi pour sauter dans ma voiture. Je n'écoute pas de musique. J'ai besoin de ce silence pour m'extraire de la trépidance de la journée. L'heure de trajet est un sas de décompression qui me permet de me recentrer sur moi-même, sine-qua-non indispensable pour m'assurer d'être totalement disponible pour l'autre. L'Autre, c'est le malade que je vais rencontrer ce soir, et qui va accepter de partager avec moi un peu de son intimité, au plus profond de son expression humaine, dans sa détresse, et dans ses doutes, dans sa douleur et ses angoisses.

Je ne le dis pas forcément, seulement lorsque la situation s'y prête, mais je lui suis tellement reconnaissante de ce partage, de cette confiance qu'il me témoigne.

J'arrive à la clinique St Dominique. Je monte à l'étage et j'enfile le tablier blanc, sur lequel je fixe mon badge. Je suis très fière d'être devenue bénévole pour l'Association Albatros.

Mais il s'agit d'une fierté toute humble, un gage de mon engagement, dans son authenticité intrinsèque, avec tout ce que cela comporte de contreparties.

Car certains soirs, le doute m'assaille : vais-je être capable d'apporter un tant soit peu de réconfort à ces personnes qui souffrent ?

Et puis je pousse la porte de la première chambre que je visite, et à partir de cet instant, je ressens le moment comme une évidence. Quoi qu'il advienne. Je suis heureuse.

Je me suis présentée et la petite dame, au regard bleu délavé, me propose de m'asseoir.

Au terme de 4 visites, dont deux particulièrement longues, je remonte me changer.

La chapelle est sur le chemin de la buanderie. J'y pénètre. Il y règne une odeur de vieux bois et de cierge qui m'apaisent. Je fais un signe de croix pour remettre aux bons soins du Seigneur tous les malades de l'établissement.

Je repars. Je me sens vidée mais sereine.

En mon for intérieur, je souris et je quitte les lieux en me permettant avec toute la légèreté possible en cette heure tardive, de paraphraser une citation de Sophie Swetchine :

**« on n'est riche que de ce que l'on donne »**



**Marie-France, Elena et Barbara**

**Barbara MOONS**  
Bénévole accompagnante



*05/10/24 FI - la communication non violente par Marion Honoré, psychologue  
Marion anime par ailleurs notre groupe de deuil*



*23/11/24 FC - le pardon, chemin de guérison par MF JUEL-GRONBJERG*





## UNICANCER PACA

### Palais de la Méditerranée-Nice (11/10/24)



- Notre association Albatros 06 était invitée le 11 octobre 2024 au Palais de la Méditerranée-Hyatt à Nice pour une journée consacrée à UNICANCER-PACA.

- En septembre 2023, était créée **UNICANCER-PACA**, déclinaison régionale de la fédération UNICANCER-CER.

Cette initiative de trois grands centres anticancer :

**Centre Antoine Lacassagne de Nice (CAL),  
Institut du cancer Ste Catherine d'Avignon-Provence (ICAP),  
Institut Paoli-Calmettes de Marseille (IPC),**

visée, à travers la signature d'une charte de partenariat, à renforcer leur coopération, à adapter une stratégie partagée dans la lutte contre le cancer, et à promouvoir le modèle de prise en charge de centres de lutte contre le cancer.

Cette journée a été organisée autour de débats, de rencontres, d'ateliers de travail et de présentation de projets.

Les centres experts d'UNICANCER-PACA sont engagés dans une démarche pro-active de prévention des cancers et de sensibilisation au dépistage.

Les établissements d'UNICANCER-PACA font le choix de l'innovation avec la **recherche clinique** comme acte majeur de leur positionnement stratégique.



*Maryse et Marie-France*

Promouvoir l'**enseignement** est l'une des missions principales des établissements UNICANCER-PACA. Tout au long de l'année, les 3 structures participent à la formation d'étudiants en médecine.

#### **Activités d'expertise :**

L'Institut Méditerranéen de Proto-thérapie au **Centre Antoine Lacassagne** de Nice (CAL) est l'un des 3 établissements de France de cette spécialité.

Le CAL accélère aussi l'activité théranostique de médecine nucléaire.

La **théranostique** est une forme d'imagerie nucléaire très précise permettant de visualiser la tumeur et ses éventuelles métastases avec une grande précision (PETSCAN) et donc d'adapter le traitement avec une grande précision sur les cellules malades en évitant les parties saines. Le diagnostic très précis permet d'étudier l'évolution de la tumeur et donc de ne traiter que les patients qui le nécessitent.

Un des ateliers, l'atelier 4, était intitulé « Mieux travailler avec les patients, leurs représentants et leurs associations ». Marie-France y a participé, forte de ses 20 ans d'expérience dans l'accompagnement et dans la représentation des usagers aux CDU's; elle a pu ainsi amener sa petite pierre à ce grand édifice...

**L'institut Ste Catherine d'Avignon** est le 3<sup>ème</sup> centre en France pour la **Radiothérapie adaptative**.

Depuis sa création les équipes de Sainte-Catherine agissent sur des valeurs partagées avec Unicancer : humanisme, bienveillance, solidarité et innovation.

Le centre d'Avignon est doté d'une plateforme multi professionnelle dédiée au suivi des patients « hors les murs ». Cette plateforme permet de suivre et sécuriser les prises en charge des patients.

**L'institut Paoli-Calmettes de Marseille** possède une équipe de recherche sur les cancers du sein, du pancréas et du sang (leucémie).

**IPEX** : centre expert du cancer du pancréas, centre expert des hémopathies malignes.  
centre expert des allo-greffes de la moëlle osseuse, centre expert en hématologie  
premier centre en France pour la leucémie de l'adulte

En 2008, le **centre de recherche et d'innovation en cancérologie** réunit :

INSERM, CNRS, IPC et l' Université Aix-Marseille



16/11/24 - Supervision des bénévoles ALBATROS 06  
par Marie-France JUEL-GRONBJERG, Présidente



La première supervision des bénévoles Albatros 06 s'est tenue le Samedi 16 Novembre 2024 de 11H30 à 13H30 à notre siège La clinique Saint Dominique. 15 personnes, formation continue et formation initiale confondues, étaient présentes autour de Marie-France, qui est la Coordinatrice de tous les bénévoles accompagnants.

Cette supervision avait pour but de faire se rencontrer, tous les bénévoles de nos établissements partenaires du département des Alpes Maritimes.

Les bénévoles inscrits en formation initiale étaient invités à cette supervision, cinq d'entre eux étaient présents : Charles, Danny, Séverine, Marie-Charlotte et Marie-Josée.

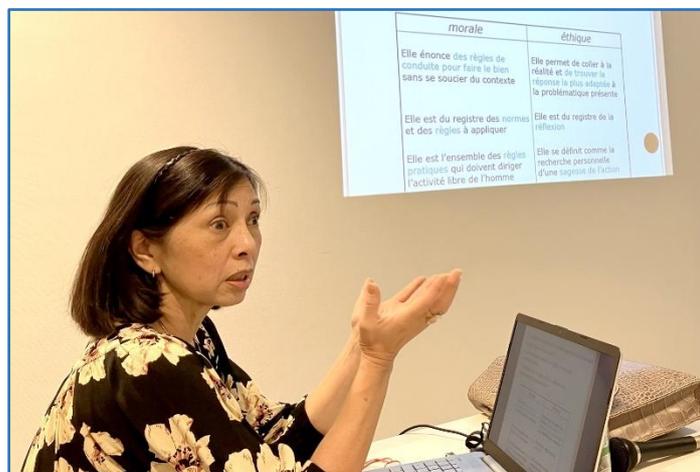
Nous avons pu faire le point sur l'organisation des établissements qui était à revoir ; Un groupe de parole des bénévoles confirmés a suivi et a permis aux bénévoles de la formation initiale de se rendre compte à travers les témoignages entendus et toujours très émouvants des accompagnants, des situations qu'ils rencontreront peut-être un jour à leur tour.

**Marie-France JUEL-GRONBJERG**





Nadine, Maryse et Corinne



Le Dr Isabelle CARON



## La **BIOGRAPHIE HOSPITALIERE** une opportunité pour les bénévoles



Vous qui êtes bénévole accompagnant ou sur le point de le devenir, pourquoi ne seriez-vous pas aussi biographe hospitalier ?

Pour être biographe bénévole, il faut d'abord aimer l'écoute, mais aussi aimer écrire et transmettre.

Le biographe écrit le récit de vie de personnes malades, de personnes en soins palliatifs ou de personnes âgées qui le souhaitent.

La démarche du biographe peut être **considérée comme un "soin"** où l'accompagnement de la personne est au premier plan ; le biographe déploie une qualité d'écoute et un cadre sécurisant qui offre à la personne la possibilité d'effectuer un travail de remémoration dont l'un des objectifs est la concrétisation d'un objet « **le livre de sa vie** » avec un but potentiel de transmission à ses proches.

La personne accompagnée raconte sa vie avec ses mots, ses expressions, et son rythme.

Le biographe s'en tient à sa fonction qui est de recueillir les données selon une trame sans vérifier l'exactitude des propos, de les ordonner, de les restituer, de prendre en compte les corrections. Puis lorsque le travail est achevé, de remettre à la personne ou à un proche préalablement désigné **le récit de vie** sous la forme d'un livre.

Le biographe respecte scrupuleusement le cheminement de la personne qu'il accompagne sans intervenir dans les domaines psychologiques, médicaux, politiques ou religieux qui pourraient être évoqués ; c'est, avant tout, un partenaire d'écriture.

Le biographe est bien entendu tenu au devoir de réserve concernant la personne qu'il accompagne et au secret médical lorsqu'il a des informations de cet ordre.

Le respect inconditionnel de la personne, une attitude de non jugement par rapport aux propos recueillis et une confidentialité réaffirmée auprès de la personne sont essentiels.

L'apprentissage de la biographie est par ailleurs plus centré sur « ne s'attendre à rien pour être prêt à tout » que sur des présupposés et fait appel à des qualités **d'humilité, de respect et d'altérité**.

Le biographe Albatros 06 doit suivre une **formation spécifique à la biographie** au sein de l'association Albatros 06 avant de s'engager dans ce travail d'écriture particulier.

En reconnaissant la valeur du récit de la vie d'une personne, le bénévole aide le patient dans les limites de la nature de son engagement, à explorer sa vie et à l'honorer jusqu'à sa toute fin.

Puisque le sens se construit au sein des relations avec l'autre, avec le monde, l'approche des récits de vie est particulièrement adaptée à l'accompagnement en fin de vie.

Cette activité s'inscrit parfaitement dans la préoccupation des bénévoles de donner la parole aux personnes qu'ils accompagnent, de s'accorder à leur rythme, de favoriser leur autonomie.

Pouvoir se réinventer, c'est essentiel. On agit dans une reconstruction de soi ; lorsqu'on se raconte, on n'est pas le même. Le fait d'inviter l'autre à se raconter, c'est lui proposer de retrouver de l'unité, de la cohérence et un sens à sa vie et, par-là, se reconstruire.

La biographie hospitalière est donc un complément très utile à l'accompagnement.

Pour le bénévole, un moyen d'approfondir sa relation avec l'accompagné en faisant une œuvre de transmission, tout en satisfaisant son goût pour l'écriture.

Pour l'accompagné peut-être trouver un sens à sa vie, mais au moins, cadeau inestimable, la possibilité de laisser une trace de sa vie dans un dernier message à ses proches.

S'il y a des bénévoles intéressés par cette formation, merci de vous faire connaître.

**Marie-France**



## Les accompagnements en nocturne



2022 – L'après-Covid fut une période durant laquelle, nous, bénévoles accompagnants, avons souhaité nous rattraper de cette longue période durant laquelle il ne nous était, hélas, pas possible de nous trouver aux côtés des patients, des personnes âgées et des personnes endeuillées, qui, tous, se sont retrouvées dans une grande solitude.

Nous avons donc pu revoir nos conventions de partenariat avec la Clinique Saint Dominique, avec la clinique Pôle Antibes Saint Jean et avec le Centre Antoine Lacassagne.

Nos bénévoles ont immédiatement pu commencer les accompagnements le soir de 19 Heures à 22h30 - 23 Heures dans ces trois établissements.

Cette année, nous avons obtenu l'autorisation à la Clinique Saint Dominique, pour les bénévoles qui le souhaitent, de rester toute la nuit.

Sébastien, Olivia, Zoé, Lauriane, Marie-Danielle, Danny, Séverine, Barbara, se sont inscrits aux accompagnements en nocturne.

Les patients qui le souhaitent, peuvent ainsi, bénéficier de la présence bienveillante des bénévoles à l'approche de la nuit où souvent « l'angoisse » se fait sentir.

Avec le recul aujourd'hui, les équipes soignantes sont très satisfaites de cette complémentarité des bénévoles à leurs côtés la nuit. Un lien entre soignants et bénévoles a pu commencer à naître .... Pour le plus grand bien de tous les patients qui ont besoin de ce « soin » que représente « l'écoute ».

Marie-France

## Nouveau Groupe de deuil de l'association ALBATROS 06

Les groupes de deuil d'un conjoint, d'un parent ou d'un ami ont été mis en place depuis le mois de Novembre 2001. Un nouveau **groupe de deuil réservé aux parents ayant perdu un enfant** a vu le jour à Albatros 06 le Jeudi 18 Janvier 2024 ; il est animé par Marie-France chaque mois le Jeudi de 13H30 à 15H30.

Deux personnes étaient présentes dès le début, puis 4 nouvelles personnes ont rejoint le groupe durant l'année 2024. Il s'agit d'un « groupe de deuil homogène fermé » où 8 participants au maximum peuvent entrer à tout moment.

Son cadre de fonctionnement est structurant et valable pour tout groupe de parole ; ses principes sont précis :

**La confidentialité** (ce qui est partagé reste dans le singulier de chacun),

**Le NON JUGEMENT** fait partie des principes de base,

**L'écoute bienveillante** des participants,

**Une écoute attentive** de chacun (la personne ne sera pas interrompue).

Chaque personne peut **s'exprimer librement**.

Chaque personne **sera libre de parler ou de se taire** si elle le souhaite.

La mort d'un enfant bouleverse l'ordre des choses.

C'est l'une des épreuves les plus terribles qui puisse se vivre, dans laquelle la personne se demande si elle pourra y survivre.

Durant cette dure épreuve, la personne :

Est submergée par son chagrin

Elle sent que rien ne sera plus comme avant

La personne est épuisée

Une foule de sentiments envahit la personne en plus de la douleur et du chagrin

La personne essaye de ne pas s'enfermer

La personne reste souvent toute seule dans ses souvenirs.

Nous nous retrouvons toujours avec bonheur pour ces moments de partage profond.



Marie-France



## Bonnes fêtes et à Bientôt

Rendez-vous le 11 janvier à 12h à St DO  
pour les Vœux des bénévoles autour de la Galette des Rois ...

### COMMENT SOUTENIR L'ASSOCIATION ALBATROS 06



- 1 - Vous pouvez prendre votre cotisation annuelle de **25 euros**  
Vous serez simplement adhérent et recevrez le bulletin.  
Vous pourrez assister, chaque mois, à notre formation continue.  
(voir le programme dans le site [www.albatros06.fr](http://www.albatros06.fr))
- 2 - Vous avez la possibilité de faire un don ou un legs.

**L'Association ALBATROS 06 est une association loi 1901, reconnue  
« Association aux Caractères d'Assistance et de Bienfaisance »  
et est habilitée à recevoir des dons et des legs.**

### BULLETIN D'ADHESION (ou RENOUELEMENT ANNUEL)

à retourner à : ALBATROS 06 – Clinique St Dominique -18 avenue Henry DUNANT- 06100 NICE

Nom :

Prénom :

Adresse :

Téléphones :

e-mail :

**Je souhaite adhérer à ALBATROS 06 (25 € par an)**  
(donnant droit à assister à la **formation continue**)

**DON à votre convenance :**

(la cotisation et le don sont en partie déductibles des impôts)