



bpost

PB-PP IB-6/69670
BELGIE(N)-BELGIQUE

- **Réflexion** -

**MANQUER DE TEMPS
OU MANQUER AU TEMPS**

TÉMOIGNAGE

**Soeur Bernadette, une
vie entière consacrée
aux patients et à l'accueil
de leurs proches**



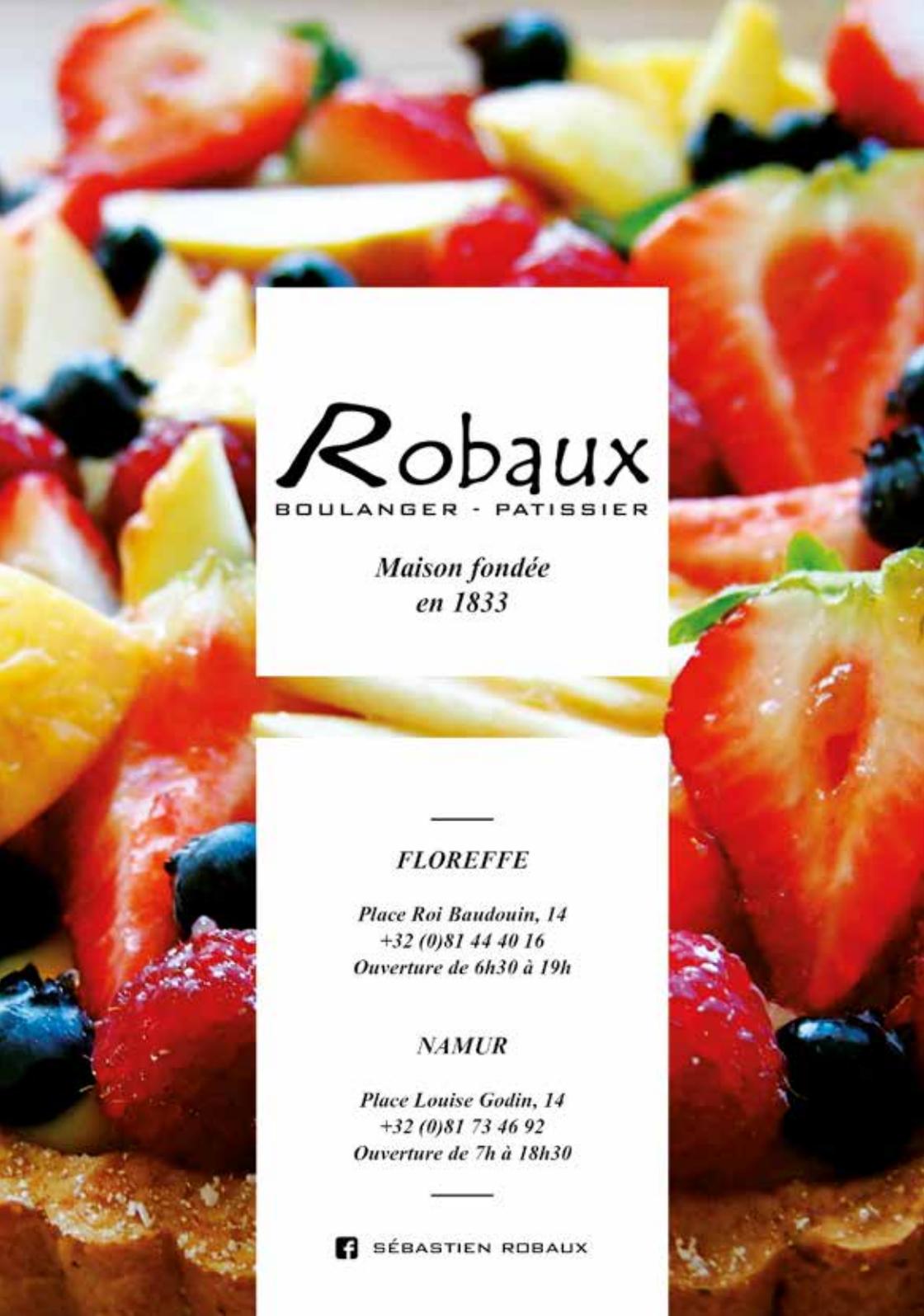
**FOYER
SAINT-FRANÇOIS**

Centre Hospitalier Universitaire • UCL • Namur

Une publication de l'ASBL Solidarité Saint-François. Périodique trimestriel. Bureau de dépôt : 5000 Namur 1. N° d'agrément : P505065.

REJOIGNEZ-NOUS SUR WWW.FOYERSAINT-FRANCOIS.BE

Editeur responsable : Pierre-Yves Erneux, Solidarité Saint-François, rue Louis Loiseau 39a - B5000Namur



Robaux

BOULANGER - PATISSIER

*Maison fondée
en 1833*

FLOREFFE

*Place Roi Baudouin, 14
+32 (0)81 44 40 16
Ouverture de 6h30 à 19h*

NAMUR

*Place Louise Godin, 14
+32 (0)81 73 46 92
Ouverture de 7h à 18h30*

Le Foyer Saint-François, un Coeur qui bat est une publication de l'asbl Solidarité Saint-François (rue Louis Loiseau 39a à Namur) • **Editeur responsable** : Pierre-Yves Erneux • **Comité de rédaction** : Michèle Bienfait, Camille Dassy, Pierre-Yves Erneux, Pierre Goffe, Pierre Guerriat, Kathelyne Hargot, Karin Marbehant, Maurice Piraux, Benjamin Vallée • **Ont collaboré à ce numéro** : Anissa Djenass, Michèle Bienfait, Line Borrello, Camille Dassy, Géry, Pierre Guerriat, Kathelyne Hargot, Sophie Leruth, Philippe Piette, Maurice Piraux • **Comité de lecture** : Michèle Bienfait, Camille Dassy, Marie De Puyt, Pierre-Yves Erneux, Kathelyne Hargot, Danielle Hons, Pierre Goffe, Maurice Piraux, Josiane Salmon, Benjamin Vallée • **Coordination** : Camille Dassy, Marie De Puyt • **Conception graphique** : Benjamin Vallée.

SOMMAIRE

- 4 **Edito**
- 6 **En bref**
- 8 **Nous avons vécu avec vous...**
- 10 **Témoignages**
- 14 **Réflexion**
- 16 **Nous avons lu pour vous...**
- 18 **Notre équipe se forme**
- 22 **Miam**
- 24 **Soutenez-nous**
- 26 **Agenda**



**« IL N'Y A PAS D'ENTHOUSIASME SANS SAGESSE,
NI DE SAGESSE SANS GÉNÉROSITÉ. »**

- Paul Eluard -



Merci à vous tous, chers lecteurs. Votre enthousiasme et soutien perpétuels nous accompagnent et nous engageant à donner le meilleur de nous jour après jour. Nous avons à cœur de développer sans cesse de nouveaux projets de soin et de confort pour nos patients. Grâce à vos gestes généreux, nos bénévoles ont pu, au cours des derniers mois, se former à l'hypnose. Cette sensibilisation prodiguée à l'ensemble des infirmiers(-ères) et des bénévoles vous sera détaillée dans les pages qui suivent.

Dans le numéro précédent, nous vous avons fait part de notre désir de mettre en lumière les bénévoles qui, chacun avec sa touche personnelle, participent à l'accompagnement du patient au sein du Foyer Saint-François. Les bénévoles « couture », les bénévoles « cuisine », les bénévoles « crêpes » ainsi que les bénévoles « secrétariat » sortent de l'ombre à l'occasion de cette édition.

Nous nous trouvons à l'aube du trentième anniversaire du Foyer Saint-François. Ce 4 octobre 2019

marque en effet les 30 ans de notre structure, et nous ne manquerons pour rien au monde cette occasion de commémorer avec vous les nombreuses années accomplies.

Nous vous partagerons tous les détails dans l'édition suivante, mais nous pouvons d'ores et déjà annoncer diverses activités, certaines culturelles et festives, d'autres abondant davantage ce qui se vit dans la sphère des soins palliatifs.

Nous prévoyons, par exemple, une journée Portes Ouvertes pour accueillir l'ensemble de nos donateurs dans une ambiance conviviale, une conférence grand public sur les soins palliatifs et une cérémonie d'hommage aux défunts, conviant toutes les familles à un temps de partage et de commémoration.

D'ici là, nous vous réservons un week-end exceptionnel avec nos trois représentations théâtrales ces 15, 16 et 17 novembre au Collège d'Erpent. L'équipe du Foyer vous concocte un moment de franche rigolade

avec « La bonne adresse », une pièce de Marc Camoletti mise en scène par le hennuyer Pierre-Olivier Bouquegneau.

Avant de vous laisser entamer la lecture de ce numéro, j'aimerais remercier tous les organisateurs de notre Fête annuelle pour leur énergie et leur motivation à faire de ces deux journées un moment mémorable. Bravo à tous pour cette belle réussite ! Merci également à tous les participants, qui nous ont fait le plaisir de leur présence et ont, par leurs sourires, leur joie et leur bonne humeur, contribué au succès de ces festivités.

Je vous souhaite une agréable lecture.

Sophie Leruth

Directrice du Foyer Saint-François



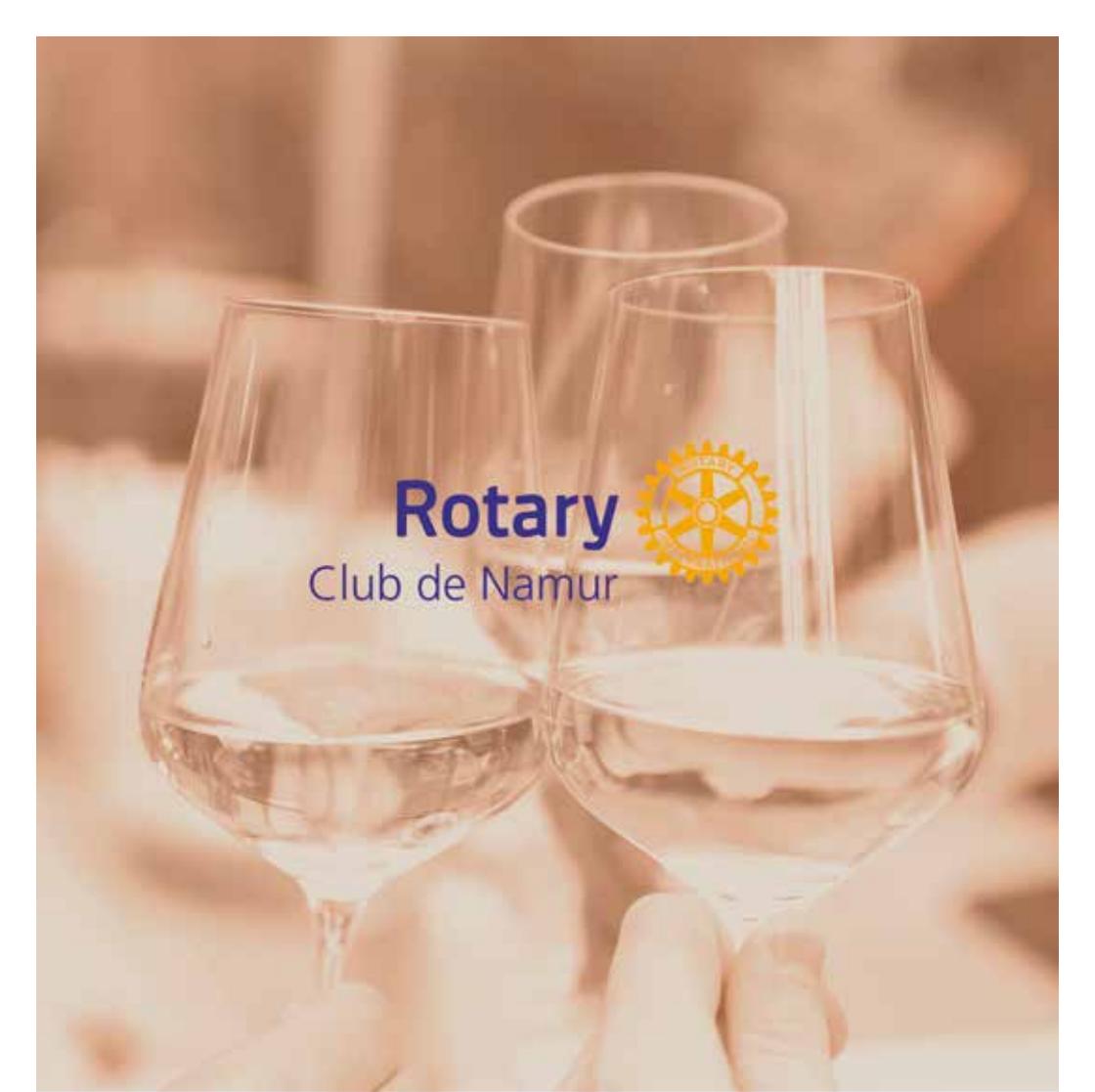
Soutien de la Banque Crélan

Au mois de juin, la *Banque Crélan* a ouvert un appel d'offre pour soutenir tout projet visant à plus d'humanité, de solidarité et de respect dans divers domaines, dont celui de la santé. Nous avons répondu à cet appel en sollicitant une aide au financement de la formation au massage pour les nouveaux bénévoles et les infirmiers(-ères) qui n'avaient pu y participer. La *Crelan Foundation* a accepté de soutenir notre initiative. Nous les remercions vivement et nous nous réjouissons de pouvoir continuer cette démarche d'approche globale de la personne.



Barbecue annuel

Ce 26 juin se retrouvait l'équipe du Foyer pour le traditionnel barbecue de fin d'année. Sous le soleil et dans la convivialité, ce fut le moment de rencontrer celui ou celle qu'on ne voit jamais, de partager un souvenir amusé ou ému, de sentir combien c'est ensemble que nous pouvons faire du bon travail. Partager ce moment informel d'échanges et de rencontre est une autre manière de façonner notre esprit d'équipe autour du patient et de sa famille. Apprendre à se connaître pour mieux travailler ensemble !



Rotary
Club de Namur

FÊTE ANNUELLE DU FOYER

Il y a eu beaucoup d'adrénaline sous le chapiteau ce dernier week-end du mois d'août ! Le comité brocante n'a pas ménagé ses efforts, et avec une fameuse équipe de bénévoles, la journée s'est déroulée dans une formidable ambiance de rencontre et de convivialité. Le karaoké a suscité de nouvelles vocations et les activités diverses du dimanche ont rassemblé, dans le sourire et la détente, les nombreux(-ses) amis du Foyer Saint-François. Cette traditionnelle rencontre de la fin des vacances reste un vrai moment de plaisir partagé. Nous profitons de l'occasion pour remercier chaleureusement les membres du Rotary Club Namur pour leur collaboration efficace et fidèle dans la tenue du bar depuis trois ans.

MILLE ET UNE FACETTES

Dans le prolongement de la revue précédente, Kathelyne Hargot, coordinatrice des bénévoles, se penche sur de nouvelles facettes de l'accompagnement. Les « bénévoles fleurs » de l'édition antérieure cèdent ici la place à d'autres bénévoles singuliers qui animent le Foyer Saint-François.

Je pense pouvoir dire que je connais bien la réalité du bénévolat au Foyer Saint-François. Pourtant, j'ai eu une pensée amusée en constatant que ma liste des bénévolats « singuliers » ne cessait de s'allonger, et que les prochaines éditions de la revue ne seraient pas de trop pour aller jusqu'au bout de cette envie de vous faire découvrir le Foyer par la petite lucarne du bénévolat.

« Nous sentons que notre présence est utile, dans la discrétion, comme des petites mains invisibles mais qui connaissent leur travail. »

J'ai pris conscience, une fois de plus, à quel point le confort du patient est placé au centre de nos soins et est porté aussi par une multitude de petits actes des bénévoles. Quel prodige, ces

mille et une facettes du bénévolat au Foyer... Par ces quelques lignes, nous souhaitons présenter et rendre hommage à ceux que nous pourrions appeler les bénévoles « de l'ombre »... « De l'ombre » en référence à leur discrétion : derrière la porte de la cuisine, du petit coin couture, ou devant la planche à repasser.

Les « bénévoles cuisine » se relaient, les unes aux

légumes à laver, les autres aux vaisselles à terminer. Elles dressent une jolie table, préparent un beau plateau. Toutes y vont de leurs compétences, de leur disponibilité et de leur enthousiasme. Les mêmes mots se retrouvent chez chacune d'entre elles : *J'ai ce bonheur de collaborer, à ma mesure, au bien-être du patient et de sa famille, et de me sentir utile.*

L'une d'entre elles me dira : *J'avais du temps à donner et je repars toujours légère, rechargée du sourire d'un patient, d'un « merci », d'avoir rencontré une oreille attentive, et surtout heureuse de l'entraide au sein de notre groupe. Et je sais qu'après moi, le relais sera pris dans une immense chaîne où je sens que chacune fait son travail au mieux, avec pour objectif précis de participer au confort du patient que nous accueillons.*

D'autres mains qui s'activent tout aussi discrètement sont celles de Marie-Paule, dite la « bénévoles-couture » ! Inlassablement et depuis de nombreuses années, elle prépare des alèses, coud un joli galon sur la taie d'oreiller, coupe un chemisier pour permettre au patient de s'habiller élégamment sans trop de manipulations.

Monique, quant à elle, vient pour repasser les draps et les petits napperons plus fragiles qui permettront de préparer la chambre et d'accueillir le plus délicatement possible un patient qui vient de nous quitter. Couturière de formation, elle aime manipuler les tissus et se réjouit de retrouver ce contact avec des matières qu'elle aime tout en contribuant, modestement dira-t-elle, à créer une atmosphère

apaisante et sereine.

Là aussi, quand nous les écoutons, se laisse entendre entre les lignes et les mots toute cette tendresse, cette solidarité avec la personne souffrante. *Nous sentons que notre présence est utile, dans la discrétion, comme des petites mains invisibles mais qui connaissent leur travail.*

Depuis de longues années, l'équipe « secrétariat » donne un fameux coup de main à la gestion administrative du Foyer en encodant le nom des personnes à qui nous pouvons adresser notre revue. Ce travail de bénédictin nous permet aussi d'envoyer les attestations fiscales et de remercier les personnes qui, par leurs dons généreux, nous permettent de poursuivre notre travail.

J'ai eu beaucoup de plaisir à écrire cette rubrique, et il y a encore tant à écrire ! J'espère que chacun aura pu percevoir toute cette belle énergie qui se déploie. Surtout, n'hésitez pas à vous laisser contaminer par ce dynamisme et si le cœur vous en dit, venez rejoindre cette super équipe !

Kathelyne Hargot
Psychologue – Coordinatrice des bénévoles



SŒUR BERNADETTE

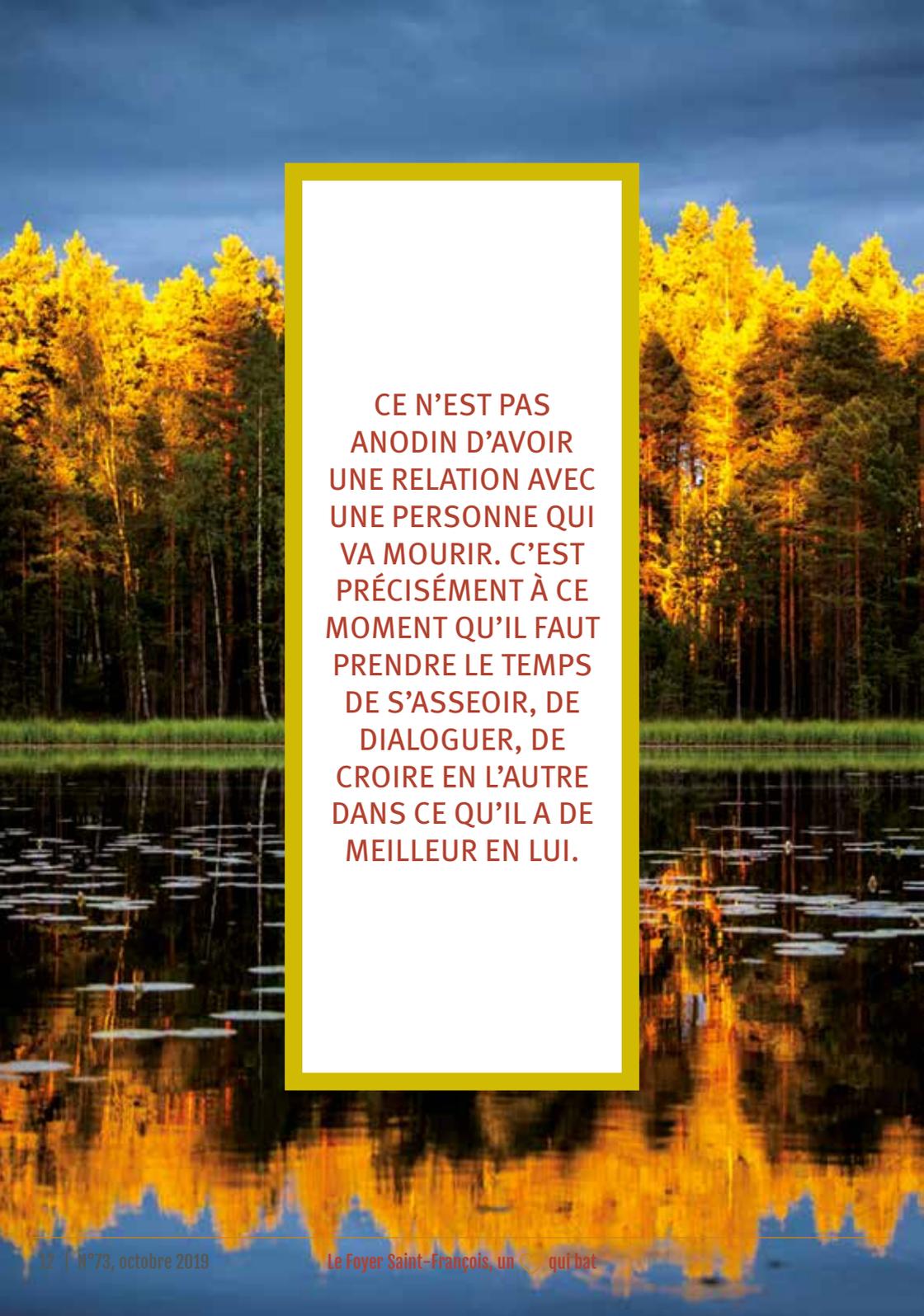
Une vie entière consacrée aux patients et à l'accueil de leurs proches

Sœur Bernadette est une infirmière expérimentée dans tous les secteurs du métier au sein de différentes cliniques et investie corps et âme depuis près de 30 ans dans la mise en œuvre du projet de la fondatrice, l'accompagnement des patients en « fin de vie ».

Quand les Sœurs de la Charité de Namur inaugurent le Foyer Saint-François le 4 octobre 1989, Sœur Bernadette répond à la demande de Sœur Claire de constituer une équipe de bénévoles. Les tâches étaient innombrables : le linge, l'économat, les repas des patients, la gestion des poubelles... *Avec Sœur Claire, Sœur Rita et les premières bénévoles laïques, on s'occupait aussi de l'aumônerie, de l'accueil des très nombreux groupes de visiteurs qui venaient observer la naissance des soins palliatifs. On recevait même des jeunes qui préparaient leur profession de foi. Je suis devenue un temps la responsable des bénévoles. Une présence continue à l'accueil était capitale et c'est dans cette tâche que je me suis investie avec joie jusqu'il y a deux ans.*



ON SE DÉCOUVRE TRÈS
PETIT DEVANT LES
IMMENSES SOUFFRANCES
PHYSIQUES, MORALES
ET SPIRITUELLES.



CE N'EST PAS
ANODIN D'AVOIR
UNE RELATION AVEC
UNE PERSONNE QUI
VA MOURIR. C'EST
PRÉCISÉMENT À CE
MOMENT QU'IL FAUT
PRENDRE LE TEMPS
DE S'ASSEOIR, DE
DIALOGUER, DE
CROIRE EN L'AUTRE
DANS CE QU'IL A DE
MEILLEUR EN LUI.

CE QUI M'A TOUJOURS AIDÉE, C'EST D'ÊTRE DE BONNE HUMEUR

Les souvenirs affluent. Au début, l'infirmière de nuit était seule dans un bâtiment isolé. A tour de rôle, Sœur Claire et moi-même dormions au Foyer et c'était le tapotement d'un faisceau sur la vitre qui nous réveillait. Sa légèreté confortait la nôtre. Nous aimions rire, faire des blagues, se déguiser ; on saisissait toutes les occasions de se réjouir. Nos visages souriants, l'accueil semblable de toutes les familles sans distinction de religions et d'opinions, mon assistance à toutes les cérémonies de funérailles des patients et ma détermination de flamande à toujours aller de l'avant nourrissaient la joie et le bonheur que je portais en moi. Ce n'est pas parce que j'étais infirmière que j'ai été accompagnante en soins palliatifs.

ON SE PRÉPARE À ACCÉDER AU MYSTÈRE DE LA MORT

Quand on naît, on est devant le mystère de la vie qui s'ouvre devant nous, comme l'éphémère papillon qui vient de la larve ou la délicate fleur qui vient de la semence. Un jour arrive la mort. Elle ouvre aussi la porte d'un mystère qui ne nous sera révélé que lorsqu'on sera de l'autre côté où Quelqu'un nous attend, si on y croit. Ce n'est pas anodin d'avoir une relation avec une personne qui va mourir. C'est précisément à ce moment qu'il faut prendre le temps de s'asseoir, de dialoguer, de croire en l'autre dans ce qu'il a de meilleur en lui.

On se découvre très petit devant les immenses souffrances physiques, morales et spirituelles. L'humilité, la sérénité et l'abnégation permettent d'emboîter le pas du patient qui, profitant de la paix du Foyer, trouve progressivement la sérénité intérieure pour accomplir son dernier chemin avec lui-même, les autres et Dieu. Cette tâche exigeante nécessite de prendre le temps de s'arrêter, s'écouter en profondeur, méditer. C'est cette intériorité qui fait jaillir en nous l'empathie et la force de faire face à la gravité de la situation. C'est le temps de la spiritualité. Souvent, on a peur de s'imposer cet exercice, car on craint de se découvrir soi-même dans sa vulnérabilité, ses blessures, sa vraie nature. Cela empêche de s'accepter et, par voie de conséquence, d'accepter l'autre différemment de soi.

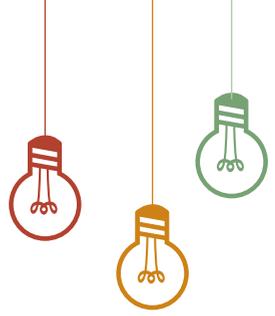
LE RÔLE IMPORTANT DE L'ÉQUIPE D'ACCUEIL

Sœur Bernadette insiste sur l'importance du rôle de l'équipe d'accueil au Foyer et elle reconnaît que c'est grâce à cette belle équipe, comme elle l'appelle, qu'elle a pu vivre et connaître tant de situations qui l'ont enrichie et épanouie. Quand les patients et leurs familles entrent au Foyer, le sourire, le mot d'accueil et l'ambiance sereine et paisible vont imprégner tout leur séjour et les aider à traverser la dernière étape de la maladie. Cette première rencontre et toutes celles qui suivront au gré des allées et

venues, des coups de fils échangés pour mille et un détails comme pour des questions graves ou des inquiétudes dont on ne sait à qui s'ouvrir, sont toutes apparemment anodines, mais ô combien importantes dans des moments où tout tient à un fil, mais aussi où tout geste, toute parole, tout sourire comptent.

Sœur Bernadette exprime sa grande reconnaissance pour toutes ces rencontres et toutes les amitiés qui en ont découlé. Et tout cela au bénéfice des patients ! Souhaitons à Sœur Bernadette de savourer chaque jour les fruits du magnifique travail qu'elle a accompli. Nous comptons sur elle pour répéter à l'envi la recette de la réussite du Foyer et pour diffuser sa foi qui la conduit à écrire « l'autre » avec un grand A.

**Témoignage recueilli par Pierre Guerriat
Bénévole**



MANQUER DE TEMPS OU MANQUER AU TEMPS

13ÈME PRINTEMPS DE L'ETHIQUE

Aborder la thématique du temps trouve tout son sens dans l'accompagnement de la fin de vie. Trois bénévoles du Foyer se sont retrouvés à Libramont pour le Colloque 13ème Printemps de l'Ethique. Ils témoignent ensemble, simplement. A l'issue de l'événement, Line, bénévole au Foyer, jette quelques mots sur une feuille A4, à chaud. Les « co-voitureurs(-euses) » attendent. Le lendemain, Line ajoute quelques nuances que nous vous partageons ci-dessous.

« Les interventions de Jean-Michel Longneaux (philosophe, chargé de cours à l'Université de Namur, conseiller en éthique dans le monde de la santé, rédacteur en chef de la revue *Ethica Clinica*) furent de la plus haute qualité, mêlant humour, tendresse, authenticité, justesse, sensibilité et humilité. Line retiendra, entre autres, la tyrannie des faits ou comment *il est demandé* aux soignants(-es) de *réduire* un événement à un fait. Tout devrait être prévu, même l'imprévu. Tout devrait être sous contrôle, prévisible. Si l'explication rationnelle peut rassurer et répond à un besoin d'objectiver, de la part du personnel comme du patient, elle peut être source

de frustration profonde chez les deux.

Jean van Hemelrijk (psychologue et thérapeute systémicien) souligne l'impact d'une société qui *comprime* l'écart. Une compression du temps d'attente. Il aborde aussi la notion du cadre de référence dans lequel est inscrit l'enfant dès sa venue au monde. *On ne naît pas le jour de notre naissance et on ne meurt pas le jour de notre mort. Qu'est-ce qui est dit ? Qu'est-ce qui est oublié ?*

MÉDITER SUR LE TEMPS, C'EST MÉDITER SUR L'IMPERMANENCE, SUR LA VACUITÉ. RIEN N'EXISTE DE MANIÈRE IMMuable. TOUT EST Vide DE SUBSTANCE PROPRE. TOUT CHANGE À CHAQUE INSTANT.

**Frederico Dainin
Jôkô Sensei (moine
bouddhiste et
maître zen soto)**

Chaque instant de vie est un instant ultime

Trois témoignages - pour ne pas oublier. Trois personnes d'un âge certain, écoutées par Cécile Bolly (co-organisatrice de la formation), ont partagé avec authenticité - en prenant le temps - leur notion ou plutôt leur vécu du temps qui passe, du temps qui est. On a le sentiment de toucher à l'essentiel. Le passé colore le présent. C'est la réalité dans l'ici et maintenant.

L'intervention de Christian Léonard (Directeur général du Centre fédéral d'expertise des soins de santé - KCE, Belgique) a soulevé un certain nombre de questions éthiques, économiques, philosophiques portant notamment sur la société de mérite : le *mérite* d'être

soigné, la quantification du soin, le basculement de la compression à la disparition du temps, le transhumanisme, le libertarianisme ou libertarisme. Il relève le défi d'aborder en 45 minutes des notions qui demanderaient des heures, des jours et des mois de discussion. Il mentionne : L'Antispécisme (Peter Singer), L'altruisme efficace (Mathieu Ricard), La philosophie de l'impôt (Philippe Nemo), La société du mérite (Dominique Girardot) et j'en passe. Beaucoup de pistes amorcées et, comme pour chacun des orateurs, on souhaiterait davantage de temps pour faire le tour du sujet.

Tout au long de la journée, joie et légèreté étaient de la partie, à l'instar de l'animation créative proposée par Véronique Daine (auteure et art-thérapeute) sur le thème « Il faut que je me souviene ». Les participants ont ainsi pu exprimer leurs ressentis via le vecteur de leur choix : par les mots, le dessin ou toute autre forme d'expression.

L'importance du beau n'était pas négligée lors de cette rencontre. L'ikébana, cet art floral japonais qui invite au silence et à la contemplation, témoigne dans sa composition d'une harmonie nécessaire.

Les messages des intervenants étaient tellement riches, ils ouvraient à nombre de réflexions intenses, denses, fondamentalement humaines. Le thème de la journée s'est illustré à la perfection au travers de la réalité vécue par nos bénévoles. C'est dire si le temps a manqué, dans ce 13ème Printemps de l'Éthique. On aurait envie d'aller plus loin, de creuser chacune de ces portes entrouvertes vers des questionnements, des prises de conscience sur le cœur de nos missions. Une journée qui a rassemblé enthousiasme et énergies diverses. Un souffle nécessaire, bienvenu, pour nos bénévoles. Merci aux organisateurs de leur avoir donné le désir de prendre le temps, ainsi que la possibilité de le faire. »

LINE BORRELLO
BÉNÉVOLE ACCUEIL

PROPOS RECUEILLIS PAR CAMILLE DASSY
CHARGÉE DE COMMUNICATION

L'un de nos trois bénévoles présents à ce colloque, le scribe improvisé, vous livre ce petit billet... Merci, George, pour ce partage.

De l'éthique, le printemps sur le temps ne dure que quelques heures. C'est tentant de le définir mais il est difficile de rendre le temps présent tout en acceptant qu'il passe et admettre que le futur n'est pas encore l'instant. On tend à le comprendre qu'il est déjà loin, trop vite écoulé dans le sablier. Oui, le temps n'est que du sable, cela mène à cette évidence qui, associée à une autre - celle de la main et du sable - depuis longtemps formulée, produit une nouvelle partition. Transposons ! Une poignée de sable (le temps) retenue fortement dans la main (signe de repli) accélère le départ du minéral. Par contre, si la main ensablée est plate, tendue comme pour offrir du temps, le sable posé dessus reste. C'est l'offrande du temps qui marque. Les mots « servir » et « temps » sont complices : servir le temps, temps de servir, servir à temps, servir longtemps... A l'instar d'amoureux, le verbe « servir » et le nom « temps » sont faits pour être unis, chanter l'amour. Au Foyer Saint-François, le temps aime servir comme servir aime le temps pour l'autre et souvent le tout-autre...

Résumer une journée du « Printemps de l'Éthique », c'est l'appauvrir. C'est dire simplement que le temps libère et qu'il se conjugue avec le verbe « aimer ». Le temps, c'est de l'amour donné... et sur la fin de la partition qui célèbre cela, se trouve une reprise et tout recommence. Le mouvement perpétuel est inventé, le temps n'existe plus seul, il devient l'espace-temps ! Paraphrasons le cancérologue Jean Bernard : puisqu'il n'est pas possible d'ajouter des jours à la vie, le temps qui occupe l'espace du Foyer ne serait-il pas celui qui donne de la vie aux jours qui passent inexorablement ?

Pour aller plus loin et découvrir les facettes du kaléidoscope « temps », l'ouvrage collectif « Manquer de temps ou manquer au temps », paru aux éditions Weyrich, issu de cette belle journée, est tout recommandé.

GEORGE
BÉNÉVOLE



Plus d'une fois, je me suis arrêté, entre deux chapitres, pour m'assurer que c'était vraiment le monde qui faisait naufrage, pas seulement mon monde à moi [...] Mais à chaque fois je me suis remis à l'ouvrage, persuadé de n'être malheureusement pas dans l'erreur.

« Le naufrage des civilisations »

AMIN MAALOUF. ESSAI, GRASSET, MARS 2019.

Amin Maalouf, académicien, prix Goncourt 1993 (Le Rocher de Tanios) vient de publier un livre « autobiographique » sur l'état du monde, « Le naufrage des civilisations ». Une analyse de l'évolution du monde à partir de ce qui est, pour lui, le berceau de la culture: Le Levant... une terre qui s'étend de l'Égypte à l'Iran en passant par Israël, le Liban, la Syrie, l'Irak et l'Arabie Saoudite.

LES TÉNÈBRES SE SONT PROPAGÉES À TRAVERS LA PLANÈTE

Pour appuyer sa démonstration basée sur une observation de l'actualité depuis cinquante années (il a été journaliste avant d'être écrivain), il part de son expérience personnelle au Pays du Levant et argumente son analyse à partir de nombreux exemples.

L'ÉGYPTE PUIS LE LIBAN

Dans les années qui précèdent le grand chambardement de 1979, un certain nombre d'événements ont perturbé l'équilibre du Levant. Nasser, le raïs égyptien qui, selon l'auteur, prononça l'arrêt de mort de l'Égypte cosmopolite et libérale. Beyrouth reprit alors le flambeau de la coexistence entre les religions et devint capitale intellectuelle de l'Orient arabe. Mais la terre libanaise devint peu à peu, après la guerre Israélo-palestinienne de 1967, le lieu d'innombrables combats...

1979, ANNÉE CHARNIÈRE DU BASCULEMENT

Cette année est marquée par l'arrivée de Margaret Thatcher au pouvoir au Royaume Uni, suivie de l'élection de Reagan aux États-Unis. La dame de fer imposa une diminution du rôle

de l'état, une réduction des aides sociales, une marginalisation des organisations syndicales... Ceci participa à une accentuation des inégalités au sein des sociétés et à une affirmation des identités et se manifesta de façon agressive dans le monde musulman.

LA FRACTURE IDÉOLOGIQUE

La division entre les Marxistes et leurs adversaires traversa aussi le monde arabo-musulman : Soudan, Yémen, Syrie... Indonésie. 1979 fut aussi l'année de la révolution islamique proclamée en Iran par l'Ayatollah Khomeiny, celle où Deng Xiaoping prit le pouvoir en Chine. En 1978, Jean-Paul II avait été nommé Pape et amenait dans ses bagages son conservatisme social et doctrinal, mais aussi sa volonté d'en finir avec le communisme.

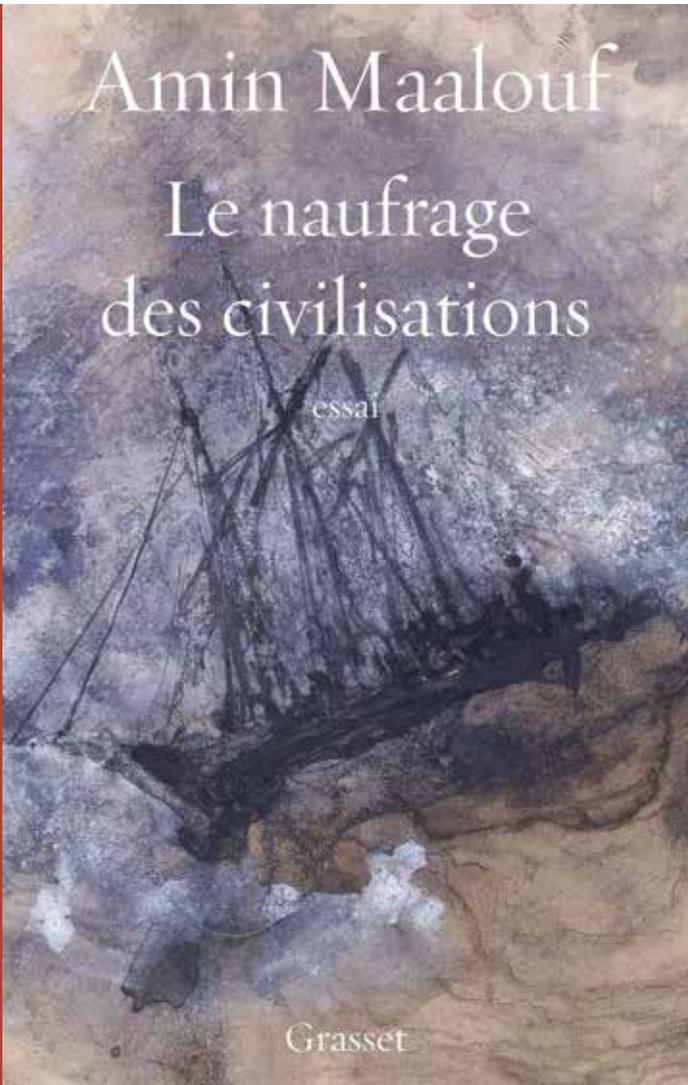


**AMIN MAALOUF N'EST PAS
UN PESSIMISTE MAIS UN
PROGRESSISTE INQUIET**

Il soutient que nous avons le devoir de réhabiliter la Politique. L'auteur est aussi persuadé que le rêve européen doit être réenchânté. Il écrit comme pour justifier le bien-fondé et la mesure de son analyse. *Plus d'une fois, je me suis arrêté, entre deux chapitres, pour m'assurer que c'était vraiment le monde qui faisait naufrage, pas seulement mon monde à moi [...] Mais à chaque fois je me suis remis à l'ouvrage, persuadé de n'être malheureusement pas dans l'erreur.*

Un beau livre qui éclaire le lecteur sur plus de quarante ans d'histoire.

Maurice Piraux
Bénévole



Amin Maalouf
Le naufrage
des civilisations

essai

Grasset



Hypnose conversationnelle : de la pratique à la transmission

Le Docteur Thiry et moi-même avons été sollicités pour préparer un module de sensibilisation à l'hypnose conversationnelle destinée aux bénévoles du Foyer. Le projet abouti, nous avons eu le plaisir, début juin, d'animer trois journées de formation. Nous avons pu échanger avec des groupes très variés sur ce sujet qui nous passionne.

En effet, depuis 4 ou 5 ans, une « pratique mystérieuse » s'est introduite entre nos murs. Des soins, parfois complexes, sont accompagnés par de l'hypnose conversationnelle. À d'autres moments, un panneau, affiché sur la porte d'une chambre, demande de ne pas déranger une séance en cours...

L'ensemble de l'équipe soignante avait pu bénéficier en 2018 d'une formation courte de deux jours avec

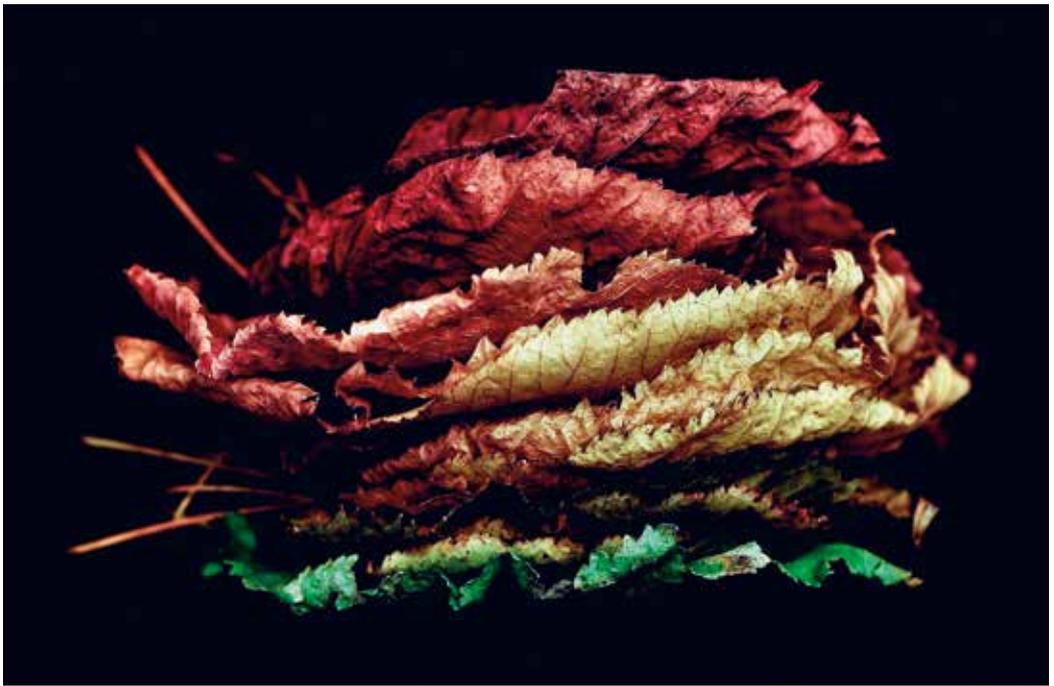
le Dr Claire Michel. Il nous a semblé opportun d'offrir aux bénévoles quelques heures d'information sur l'hypnose et de repréciser la place et le rôle de chacun par rapport à cette approche complémentaire d'une grande richesse.

Une meilleure compréhension permet alors une collaboration optimisée pour le plus grand bénéfice du patient et de sa famille.

Les deux questions principales sont comment amé-

Les participants ont pu découvrir un ensemble d'outils simples et pertinents qui se fondent sur le pouvoir d'autosuggestion de la personne.





liorer notre approche quotidienne via l'utilisation des « bons mots » et quelle attitude prendre lors d'un soin accompagné en hypnose.

Emmanuelle Thiry
Médecin

Bernard Puffet
infirmier

LES PARTICIPANTS NOUS EN DISENT D'AVANTAGE

La formation à l'hypnose présentée aux bénévoles du Foyer Saint-François se situe bien loin des connotations brumeuses souvent attachées à l'hypnose, telles que l'endormissement ou la prise de contrôle du comportement de l'individu. Lors de cette formation, les participants ont pu découvrir un ensemble d'outils simples et pertinents qui se fondent sur le pouvoir d'autosuggestion de la personne. Ici, l'objectif est de faire le cadeau de ce

pouvoir au patient : que le patient apprenne à se raconter une autre histoire que celle de l'anxiété ou de l'échec. Et les détails techniques présentés par Emmanuelle Thiry et Bernard Puffet permettent justement de changer de point de vue. Parmi les outils proposés pour y parvenir, nous pouvons citer le vocabulaire employé. L'idée est de positiver et de mettre l'accent sur la finalité : un soignant évitera *Ne vous inquiétez pas, je vais juste vous piquer* et préférera *Ceci va vous soulager*. Un autre levier est d'aborder des sujets agréables tels que les petits-enfants, le bon repas partagé plus tôt dans la journée, etc.

Géry
Bénévole Aumônerie

Propos recueillis par **Camille Dassy**
Chargée de Communication



La formation à l'hypnose précisait l'importance, pour les bénévoles, d'entrer en résonance avec ce que les médecins et le personnel soignant communiquent aux patients afin que le message porté par les bénévoles aille dans le même sens, qu'il complète l'approche thérapeutique.

Les bénévoles peuvent dès lors se positionner comme des relais et être pleinement présents auprès des patients. La formation met en lumière le fait qu'il existe un « parler positif » et invite les bénévoles à prêter attention à cet aspect. L'hypnose conversationnelle ne se présente pas forcément de façon officielle, annoncée par une phrase du style *Nous allons maintenant entamer une séance...* Souvent, elle est spontanée. Le bénévole, en cohérence avec ce que le personnel soignant apporte au patient, identifie les moments propices au discours positif, qui pourra alors apporter réconfort et sérénité au patient en parallèle des traitements médicaux reçus. Loin du fait d'hypnotiser, il s'agit plutôt d'un langage de mise en confiance.

A noter que certaines personnes entrent d'elles-mêmes dans ce mode rassurant, quand elles racontent un événement de leur passé. Dans ce cas de figure, le bénévole est complice d'une autohyp-

nose, une auto-rassurance que le bénévole accompagne.

L'hypnose dont on parle ici est une hypnose médicale, conversationnelle. Son but est d'entraîner le patient dans un rôle réconfortant qui contribue à lui faire oublier les douleurs, les préoccupations et l'anxiété pendant quelques instants. L'hypnose se présente donc comme un outil pour soulager l'anxiété, en particulier lorsque la douleur est intense pour le patient. Elle permet de détourner l'attention de la douleur, grâce à des leviers spécifiques. Par exemple, on favorisera l'utilisation des termes *Vous êtes en sécurité*

plutôt que *N'ayez pas peur*.

Un autre volet de la formation portait sur le langage corporel et le geste. La parole trouve ses limites lorsque le bénévole est confronté à une personne qui ne peut parler ou qui est malentendante. Décoder les gestes de l'autre permet alors de maintenir une communication, fondée sur l'ensemble des signaux non-verbaux.

Philippe
Bénévole auprès des patients

Propos recueillis par Camille Dassy
Chargée de Communication



Anissa, stagiaire et psychologue au Foyer Saint-François

CAKE À LA BANANE

PRÉPARATION

Mélangez tous les ingrédients, les uns à la suite des autres, dans un saladier.

Répartissez le tout dans un moule beurré et enfournez dans un four préchauffé à 200° pour une durée de 30 minutes environ.

Dégustez !

Ingrédients

- 190 g de farine
- 150 g de sucre de canne
- 2 c. à c. de levure
- 1 pincée de sel
- 60 g d'huile végétale
- 1 œuf
- 120 g de lait
- Extrait de vanille
- 2 bananes écrasées
- Pépites de chocolat





SOUTENEZ-NOUS

SI VOUS PARTAGEZ NOTRE PRÉOCCUPATION ET DÉSIREZ NOUS ENCOURAGER À POURSUIVRE NOTRE ACTIVITÉ, VOUS POUVEZ NOUS SOUTENIR TRÈS SIMPLEMENT !

- En participant à nos évènements (concerts, dîner, tombola, conférences, etc.).
- Par votre aide bénévole à l'organisation ou à la réalisation de nos activités.
- En faisant un don.
- En confiant un ordre permanent à votre institution bancaire.
- Par le versement d'un don à l'occasion d'un mariage, d'une naissance, d'un anniversaire de mariage, de funérailles, d'un événement particulier.
- En faisant un legs ou une donation à la mémoire d'un proche disparu (votre notaire pourra utilement vous conseiller sur la meilleure manière de procéder).

POUR QUE VOS DONS SOIENT DÉDUCTIBLES FISCALEMENT

Le montant de vos dons, égal ou supérieur à 40€ par année civile, doit être versé sur le compte **BE47 7426 6460 0080** de « Solidarité Saint-François », rue L. Loiseau 39a à 5000 Namur.

Notre adresse e-mail :
foyersaintfrancois@uclouvain.be.

En savoir plus sur « Solidarité Saint-François »

Par téléphone : +32 (0)81 70 87 70.

Par e-mail : foyersaintfrancois@uclouvain.be.

Par courrier : Solidarité Saint-François, rue Louis Loiseau, 39A à 5000 Namur.

Merci pour votre confiance et votre générosité.



AGENDA

LE FOYER ORGANISE...

15, 16 et 17 novembre 2019

Représentation théâtrale : « La bonne adresse ».
Collège Notre-Dame de la Paix à Erpent.

Vendredi à 20h, samedi à 20h, dimanche à 15h.

Bar et petite restauration avant et après le spectacle.

15€ / 10€ (enfants de moins de 12 ans).

Réservations : foyersaintfrancois@uclouvain.be.

ILS ORGANISENT AU PROFIT DU FOYER...

25 octobre 2019

2ème repas de Gala organisé par Charles-Edouard
Jeandrain (Restaurant Attablez-vous).

Damien Legrain

Optique Legrain

POUR BIEN VOIR SANS SE FAIRE AVOIR



Chaussée de Charleroi 45a
5000 Namur

Tél. : +32 (0)81 74 04 35
Email : info@optiquelegrain.com
www.optiquelegrain.com

Parking gratuit à 30 mètres

24h/24

Pompes funèbres

CHRISTIANE

Monuments, fleurs, articles funéraires

Funérariums:

BOIS-DE-VILLERS

rue Omer Mottint, 89

FLOREFFE rue Célestin Hastir, 69

081 43 32 50

www.christiane.be

An ornate, golden, classical-style frame with intricate scrollwork and floral motifs surrounds the text. The frame is set against a white background.

15, 16 et 17 novembre 2019

Représentation théâtrale

LA BONNE ADRESSE

Collège Notre-Dame de la Paix à Erpent
Vendredi à 20h, samedi à 20h, dimanche à 15h

Bar et petite restauration avant
et après le spectacle

15€ / 10€ (enfants de moins de 12 ans)

Réservations : foyersaintfrancois@uclouvain.be