

# Une association cherche des parrains pour les proches aidants

**Une formation est créée pour aider ceux qui soutiennent leur conjoint, leurs amis ou leurs parents dans les moments difficiles**

Comment faire pour soutenir celles et ceux qui accompagnent une personne malade ou en fin de vie et qui s'épuisent? L'association genevoise Entrelacs propose de former des bénévoles pour les parrainer, explique sa présidente, Lydia Müller.

**Quels sont les besoins des proches aidants?**  
Un proche aidant s'occupe de sa mère, son mari, son ami, son voisin, souffrant d'une maladie, d'un



**Lydia Müller, présidente de l'association genevoise Entrelacs.** DR

handicap ou étant en fin de vie. Il peut lui consacrer jusqu'à nonante heures par semaine, ce qui l'oblige parfois à arrêter de travailler. On estime leur nombre à 55 000 dans le canton de Genève. Le système de santé s'écroulerait sans eux! Le problème est que ces personnes s'épuisent dans la durée, sont confrontées à des problèmes affectifs qui vont du ras-le-bol à la maltraitance. Elles risquent aussi des problèmes de santé. Les écouter, sans jugement, peut améliorer leur situation.

**Qui peut être apte à les soutenir?**  
Nous cherchons urgemment des bénévoles qui ont eux-mêmes accompagné quelqu'un jusqu'au bout, ont terminé leur travail de

deuil et sont prêts à apporter un soutien, qu'ils en aient reçu ou qu'ils en aient manqué. Car ils sont les mieux à même d'écouter et d'être entendus.

**En quoi consiste la formation de parrainage?**

Le premier week-end de formation est consacré au bilan de son propre accompagnement. Durant les trois autres week-ends, nous travaillons sur l'écoute, la relation d'aide, l'attitude juste à avoir, l'impact d'une maladie grave sur la personne et son entourage. Nous parlons du prédeuil lorsque le proche aidant, face à la déchéance de l'autre, passe par différentes phases de déni, de révolte, de grande tristesse, avant d'affronter la mort. Il

faut pouvoir apprendre à reconnaître ce processus. Nous travaillons aussi sur les systèmes familiaux. Ces cours sont donnés par Karine D'Oro, thérapeute en constellation familiale et gestion du stress, ainsi que moi-même, psychothérapeute et psycho-oncologue.

**Cette formation est une première?**

En fait, nous l'avons mise en place l'an passé, mais son coût était trop élevé. Depuis, nous avons obtenu des subventions de deux fondations et de deux communes, ce qui a réduit le coût à 300 fr. Nous espérons former seize marraines et parrains d'ici à juin 2015.

**Propos recueillis par Sophie Roselli**