



Rencontre

Journal de la Pastorale de la santé

Avril 2012, numéro 1

Edition Pastorale de la santé, Vieux-Châtel 4, 2000 Neuchâtel

Dans ce numéro

Vieillir ? par Canisius Oberson	2
Reflets de la rencontre de formation, par Marie-Lise Dick	4
Méditation sur les cinq sens corporels et spirituels	9
Lien – Rencontre : printemps – renouveau	12
Adresses utiles du Conseil pastoral de la santé	14
Agenda des rencontres de formation	15-16

Vieillir ?

Par l'abbé Canisius Oberson

Au moment d'écrire ces lignes se bousculent dans ma tête des idées disparates sur la vieillesse, thématique de notre dernier après-midi de formation dont vous trouverez un écho dans les pages qui suivent. D'un côté j'entends le discours « économiste » de ceux qui s'inquiètent et qui voient dans le vieillissement de la population un problème social de gros sous. Comment financer les assurances sociales, disent-ils, si les retraités sont demain aussi nombreux que les cotisants de ces assurances ? La question mérite d'être posée maintenant de manière que nos pays européens ne se limitent pas à prendre des mesures comptables, mais engagent des

processus de vraie solidarité intergénérationnelle

selon lesquels les personnes âgées ne sont pas qu'un problème social, mais aussi une chance. En effet, à force de privilégier la jeunesse, sa beauté

et ses performances, nous devenons à notre insu les esclaves d'un mode de vie qui n'a pour seul horizon que

l'accumulation égoïste des richesses, au détriment des liens sociaux, de l'épanouissement des personnes et de l'environnement. Déjà les coûts occasionnés par la vieillesse peuvent être regardés comme une chance de donner du travail à beaucoup. Et la prise



Les personnes âgées ne sont pas qu'un problème social, mais aussi une chance.

en compte de la richesse humaine des personnes âgées, leur expérience, ne pourraient-elles pas montrer aux plus jeunes une perspective de vie autre que la course au profit ?

Je reste aujourd'hui impressionné par un documentaire diffusé récemment sur RTSDeux intitulé « L'art de vieillir ». On y voyait des personnes très âgées tirer le meilleur parti humain de leur situation de vieillesse, montrant que cet âge de la vie ne se limite pas à des problèmes de santé. Il

existe bel et bien un « art de vieillir » parce que vieillir fait partie de la vie qui requiert aussi, tout simplement, son « art de vivre ».

Au fond, notre regard sur la vieillesse reflète sans doute le regard que nous posons sur la vie en général, et sur le monde. Les défis sociaux et environnementaux auxquels nous faisons face requièrent justement un changement de regard. Une pâque, en somme : oser se désencombrer pour mettre en lumière l'essentiel : la vie.

**Seigneur, qui avez fixé les saisons de l'année et celles de la vie
faites que je sois un homme de toutes les saisons
Je ne vous demande pas le bonheur, car je sais trop que nulle saison
ne l'apporte, pas même le printemps.
Je vous demande simplement que mon arrière saison soit belle, afin
qu'elle porte témoignage à votre beauté.**

Reflets de la rencontre de formation « Les cinq sens et le vieillissement »

Par Marie-Lise Dick

*La vie n'a pas d'âge.
La vraie jeunesse ne s'use pas.
On a beau l'appeler souvenir,
On a beau dire qu'elle disparaît,
On a beau dire et vouloir dire
que tout s'en va,
Tout ce qui est vrai reste là.
Quand la vérité est belle, rien
ne ternit son miroir.
Les gens très âgés remontent en
enfance
Et leur cœur bat ...
Là ou il n'y a pas d'autrefois !*

Jacques Prévert

Le mardi 23 février nous avons la chance de rencontrer Mme la doctoresse Espolio. Gériatre, médecin cheffe HNE.



Ce fut une après-midi dont nous garderons un souvenir agréable, tant par la personnalité simple, presque enjouée mais surtout passionnée, de ce médecin spécialiste en gériatrie, que par le contenu riche et principalement optimiste de sa présentation.

A l'aide d'un montage informatique commenté nous découvrons une spécificité médicale relativement nouvelle, la médecine gériatrique n'a que quelque 15 ans d'expérience alors que, en comparaison, la médecine pédiatrique existe depuis au moins 50 ans...

Une personne âgée ne peut être soignée comme un adulte comme ne peut l'être non plus un enfant.... Gardons à l'esprit que si la vieillesse du corps montre ses pertes et ses problèmes, elle reste néanmoins une chance et un défi à relever par ses côtés

Il n'existe pas de définition claire du vieillissement.

positifs souvent cachés ou dénigrés, dans notre société de la performance et de la jeunesse immortelle.... Quelques points important à retenir de cet exposé afin de mieux comprendre les personnes que nous rencontrons dans les institutions :

Le seul projet de vie proposé aux seniors dans notre société est de

rester jeune.

L'Image du vieillissement est souvent réduite à une décrépitude du corps et à un affaiblissement de l'esprit alors que le vieillissement est un processus normal et que la sénescence n'est pas toujours néfaste.

Les âgés ne sont pas des adultes vieux et tous les retraités ne sont pas vieux ! (même si toutes les vieilles personnes sont retraitées...) car beaucoup n'ont pas cessé toute activité (bénévolat, garde petits-enfants...)

Il n'existe pas de définition claire du vieillissement, pas de consensus, c'est un « état » une

Définition sociale de la vieillesse selon l'OMS

L'âge d'entrée à la retraite : 65 ans - L'âge de cessation de l'activité professionnelle (55-60 ans) - On différencie le 3^{ème} âge de 65 –89 ans et le Grand âge > 90 ans

réalité biologique différente d'une personne à l'autre.

Le vieillissement est donc un processus de changement graduel et spontané, complexe et en lien avec la vie vécue. Tout ne dégénère pas en tous les cas à la même vitesse...!

La sénescence est un processus par lequel la capacité de division cellulaire, la croissance et la fonction sont perdues au cours du temps, aboutissant finalement à une incompatibilité avec la vie, c'est-à-dire que le processus de sénescence aboutit à la mort.

Ces deux états sont présents dès la naissance et sont un processus évolutif, graduel et insidieux, différents entre individus du même âge

Les cinq sens sont touchés ce qui provoque de graves difficultés d'adaptation, des malaises et des problèmes de communication.

Affections courantes

Les affections qui affectent la vieillesse sont souvent des troubles auditifs et orthopédiques, cardiopathie, arthrite, sinusite chronique, troubles visuels, diabète, acouphène. On distingue :

- **Le vieillissement moteur :**
impose une adaptation, des abandons, plus ou moins aisément consentis : arthrose des mains, genoux, hanches, déformations et ostéoporose
- **Le vieillissement sensoriel :**
La vision s'altère en premier. L'audition se dégrade de deux manières :

Par la baisse de l'aptitude à percevoir les sons peu intenses et par l'inaptitude à distinguer certaines fréquences.

Il existe un certain nombre de « trucs » pour une meilleure communication :

- Ne pas oublier les différentes prothèses... (appareil auditif lunettes,...)
- Augmenter le volume de parole, mais avec un timbre plus grave.
- Se placer face au patient (lecture labiale)
- Poser des questions simples (directes et ouvertes), pas de questions multiples et surtout attendre la réponse avant de reformuler

La dégénérescence cellulaire et intercellulaire conduit également à un vieillissement des fonctions intellectuelles, cause de 70% des démences

Avec l'âge les performances intellectuelles et l'aptitude à s'adapter aux situations imprévues se dégradent. Cette

dégradation est liée à celle de l'intelligence fluide, mais aussi à celle de l'attention qui est en somme la fonction permettant d'analyser les problèmes. Le langage est préservé longtemps mais la concentration diminue.

La perception du temps évolue, d'où l'importance des rites !!!

La maladie d'Alzheimer est une forme de démence qui touche 1 à 1,5 % de la population. A 90 ans plus d'une personne sur deux n'ont pas de démence.

Dans chaque culture il y a un modèle de « l'homme » idéal et chez nous ce n'est pas la personne âgée. On peut parler d'âgisme, une sorte de discrimination et mépris liée à l'âge !

De nombreux stéréotypes et préjugés sont attachés à la vieillesse.

...Vieillir, c'est être malade, dépendant et sénile !...Il est trop tard pour agir !... Les gènes contrôlent la vie !...On ne peut plus apprendre !...On ne peut plus diriger sa vie, ni être productif ! ...On est une charge !

En réalité, les âgés, dans leur grande majorité, sont en bonne santé et ont un meilleur bien-être ! La prévention et les interventions sont efficaces même aux grands âges ! Les acquis, la culture, l'expérience augmentent !

Conclusion

Le vieillissement est un processus « individuel » déterminé dans une moindre mesure par l'hérédité

La gériatrie veut tendre à passer de la vieillesse normale à la vieillesse optimale (indépendance physique et utilisation optimale des fonctions cognitives et mentales) et à la vieillesse réussie (domaine social, capacité de rester en contact et de fonctionner en société et dans le domaine psychoaffectif en gardant des liens) : **ce qui serait le secret des centenaires en «bonne santé».**

Vieillir est encore le seul moyen qu'on ait trouvé de vivre longtemps.

Charles Augustin de Sainte Beuve



Méditation sur les cinq sens corporels et spirituels

Nous sommes invités à méditer sur les cinq sens que Dieu nous a donnés pour entrer en relation les uns avec les autres et avec Dieu. La personne est un être de relation. Nous ne pouvons pas vivre sans être en relation avec Dieu et avec nos frères avec notre corps, notre âme, et notre esprit. Nous entrons en relation avec le monde qui nous entoure par nos cinq sens. De la même manière, nous entrons en relation avec Dieu par cinq sens spirituels dont parle la Bible.

Voir, écouter, toucher, goûter et sentir, ces cinq sens nous permettent d'accueillir Dieu et notre prochain. Nous pouvons découvrir d'autant plus la valeur des autres. Une personne âgée me disait : « J'entends mal, je vois mal, je ne peux faire plus qu'une chose : prier » Cette personne ne

souffre pas de solitude. Elle est habitée par la plus grande des présences. Elle rayonne.

Voir

Voir conduit à l'émerveillement. Voir la détresse de l'autre et ne pas détourner son regard.

Voir, c'est entrer dans la lumière, percevoir avec les yeux de la foi les merveilles de Dieu. Voir les beautés de la Création, voir que mon prochain est mon frère, qu'il est à l'image de Dieu. Se regarder soi-même avec les yeux de Dieu qui et s'exclamer dans le psaume : « Je te loue, Père, pour la merveille que je suis ! » (Ps138/139).

Écouter

L'écoute nous fait entrer dans les profondeurs de Dieu et de la personne.

Écouter ou ne pas écouter, voilà

la question ! Pas d'amour, pas de communion sans écoute. **L'écoute active est un effort essentiel pour entrer en communion avec Dieu et son prochain.**

« Le Seigneur vint et se tint présent. Il appela comme les autres fois : " Samuel, Samuel ", et Samuel répondit : " Parle, Seigneur, car ton serviteur écoute. » (1 S 3,10)

« Puisses-tu écouter, Israël, garder et pratiquer ce qui te rendra heureux et te multipliera,

ainsi que te l'a dit le Seigneur, le Dieu de tes pères.

Toucher

Le toucher nous fait entrer dans l'intimité de Dieu et du prochain.

C'est le sens le plus fort. Toucher peut violenter ou unir. Le courage de la main tendue, de se laisser

toucher, émouvoir. Accepter d'enlever sa carapace pour accueillir l'autre.

Se laisser toucher par Jésus, c'est une grâce d'union à Dieu.

Laissons-nous toucher par Jésus Il nous libère de notre enfermement

Comme le Samaritain, laissons-nous toucher par ce que vit notre prochain :

Accepter d'enlever sa carapace pour accueillir l'autre.

« Un homme descendait de Jérusalem à Jéricho, et il tomba au milieu de brigands qui, après

l'avoir dépouillé et roué de coups, s'en allèrent, le laissant à demi mort. (...) Mais un Samaritain, arriva près de lui, le vit et fut touché de compassion. Il s'approcha, banda ses plaies, y versant de l'huile et du vin, puis le chargea sur sa propre monture, le mena à l'hôtellerie et prit soin de lui » (Lc 10,30-34)

Goûter

Le goût est un sens qui associe la connaissance et l'amour...

Goûter un bon vin, c'est apprendre à le connaître et à l'apprécier. Dans la vie spirituelle, la connaissance est inséparable de l'amour. Je ne peux connaître quelqu'un que si je l'aime et qu'il se fait connaître dans une relation d'amitié.

Dieu ne se laisse connaître que dans une relation intime dans la prière, la méditation aimante de sa Parole et les sacrements célébrés comme des rendez-vous d'amour.

« Goûtez et voyez comme est bon le Seigneur ! » (Ps 33,9)

Sentir

Sentir est le sens le plus subtil. Sentir communique une émotion profonde. C'est comme la rencontre de l'intériorité de la personne.

Respirer un parfum nous le fait connaître. Sentir ce qui émane de quelqu'un, c'est pouvoir s'ajuster à lui. Le geste de Marie de Béthanie à l'égard du corps de Jésus, à la veille de sa Passion, annonce le triomphe de sa résurrection.

La senteur emplit tout l'espace comme l'annonce de la Bonne Nouvelle :

Saint Paul explique comment est ressentie l'annonce de l'Évangile : les uns n'acceptent pas le scandale de la mort sur la Croix, tandis que d'autres perçoivent la bonne odeur du Christ ressuscité :

« Grâces soient rendues à Dieu qui, dans le Christ, nous emmène sans cesse dans son triomphe et qui, par nous, répand en tous lieux le parfum de sa connaissance. Car nous sommes bien, pour Dieu, la bonne odeur du Christ une odeur qui de la vie conduit à la vie. » (2 Co 2,14-16)

Lien - Rencontre Printemps - Renouveau

Par Cathy Fauguel

Comme le printemps et ses bourgeons éclosent, le journal de la pastorale de la santé paraît pour la première fois en 2012 et c'est avec un désir de renouveau que nous l'avons préparé.

A l'approche de Pâques, nous avons voulu re-susciter notre envie de création et comme jusqu'ici le leitmotiv de la pastorale de la santé est « passage » continuité alors, tel un potier pétrissant l'argile, nous avons mis les mains à la pâte, pour donner naissance à notre nouveau projet. Tel un message de vie, d'amour, de paix que le Seigneur nous offre, nous vous le présentons dans un élan d'espérance et de richesses à partager.



Le contenant se modifie mais le contenu reste.

Contenant

Notre lien s'appellera dorénavant « Rencontre », comme en-tête un nouveau logo a vu le jour et la mise en page a également été revue avec la précieuse collaboration et l'immense compétence d'Eliane Devincenti et Cédric Pillonel.

Contenu

« Qu'il nous donne de savoir dire à l'autre, de savoir recevoir, de savoir demander. »

Source de réflexion, de méditation, d'informations, qu'elles soient pratiques ou spirituelles, nous avons à cœur de

transmettre nos réalités, nos expériences mais aussi les vôtres, celles que vous voudrez bien nous communiquer, afin que nous les partagions dans la joie des textes, de la parole, de la Bonne Nouvelle.

Nous formons les vœux que vous accueillerez cette nouvelle « Rencontre » avec un regard bienveillant, un regard tourné vers l'avenir où Dieu nous attend, où il

nous tend la main, nous espérant de plus en plus nombreux.

Parce qu'on ne grandit pas quand on revendique la grandeur pour soi, c'est dans ce partage, dans ce petit cahier que nous avons mis notre énergie, notre objectif de croissance.

Pour l'équipe cantonale de la pastorale de la santé : la responsable.

Qu'en ce temps de Pâques, la grâce du Seigneur nous habite pour laisser résonner en nous la confiance, la paix, l'accueil et les futures rencontres

Conseil pastoral cantonal de la Santé

Responsable cantonale de la pastorale de la santé

Catherine Fauguel CatherineFauguel.PastSante@ne.ch	Grand`Bourgeau 89 2126 les Verrières	079 639 75 54 032 720 05 62
---	---	--------------------------------

Rédaction du Lien et mise en page

Eliane Devincent eliane.d@net2000.ch	Trois-Portes 33 2000 Neuchâtel	032 730 49 52
---	-----------------------------------	---------------

Agentes pastorales

Cécile Blandenier j.blandenier@net2000.ch	Champ-Travers 1 2054 Chézard-St Martin	032 853 15 94
--	---	---------------

Marie-Lise Dick marie.lise@hispeed.ch	Prés-Verts 12 2300 La Chx-de-Fonds	032 926 56 81
--	---------------------------------------	---------------

Dominique Lude dominique.lude@ne.ch	Rue Chasseran 10 2056 Dombresson	079 559 50 37 032 853 13 35
--	-------------------------------------	--------------------------------

Rosemarie Piccini rpiccini@sunrise.ch	2019 Chambrelie Champs-Carrés 7	032 855 17 06 076 446 91 52
--	------------------------------------	--------------------------------

Laura Zwygart eln_zwygart@bluewin.ch	Avenue de la Gare 51 2000 Neuchâtel	032 730 64 76 079 417 66 39
---	--	--------------------------------

Prêtre référent de la pastorale de la santé

Canisius Oberson curecathstaubin@hispeed.ch	Senet 14 2024 St-Aubin	032 835 14 13
--	---------------------------	---------------

Rencontres de formation par secteur

Secteur Neuchâtel ville

Répondante : Laura Zwygart, 032 730 64 76

Jeudi 26 avril 14h30 Neuchâtel, Vieux Châtel 6

Secteur Montagnes

Répondante : Marie-Lise Dick, 032 926 56 81

A définir

Secteur Ouest District de Boudry et Peseux

Répondante : Françoise Currat, 032.846.25.62

Jeudi 10 mai 14.00 Peseux, salles sous l'église

Secteur Ouest, région Val-de-Travers

Répondante : Anne-Marie Niederhauser, 032 861 19 10

jeudi 24 mai 14h00 Fleurier, cure

Secteur Est, région Val-de-Ruz

Répondante : Cécile Blandenier, 032 853 15 94

mardi 17 avril 19h30

mardi 15 mai Sortie groupe

Secteur Est, région Entre-deux-Lacs

Répondante : Manuela Manzoni, 032 751 41 87

Mercredi 9 mai 14h00 Cressier, Foyer des soeurs

Informations et agenda

Mardi 5 juin Prochaine rencontre cantonale de formation

Cette formation sera assurée par le Père Michel Fontaine, théologien dominicain, infirmier et formateur, qui poursuivra avec nous le thème de la vieillesse. En première partie de liturgie, nous accueillerons la parole de Dieu en écoutant sa conférence puis nous partagerons le Pain de Vie dans l'Eucharistie. Le thème de la rencontre sera focalisé sur le grand âge dans la Bible.

➔ 14h00 à 17h00 sous l'église de Peseux.

29 septembre Formation pour les répondantes de home

Des informations suivront, mais réservez d'ores et déjà cette date

!!! IMPORTANT !!!

« Rencontre », nouvelle formule pourra, si vous le souhaitez, être envoyé par courrier électronique. Si vous désirez à l'avenir recevoir « Rencontre » uniquement sous cette forme, merci de renvoyer un courriel à eliane.d@net2000.ch. Il pourra aussi être consulté sur le site www.cath-ne.ch