

Proposition d'article

Des retraités qui consacrent un peu de leur temps aux autres

Témoignage d'une retraitée qui visite, bénévolement, une personne âgée à son domicile

« Par l'intermédiaire du Clic et de la Carsat Auvergne, un groupe de bénévoles a été constitué : c'est donc ainsi que je vais visiter une dame seule. J'essaie de lui apporter chaleur et affection. Chaque semaine elle m'attend et je suis très heureuse de la retrouver, nous allons nous promener, prendre un café... Autour de moi, cette activité étonne : "Ce n'est pas gai, ça doit te démoraliser". Ce à quoi je réponds : "Si vous saviez comme il est bon d'avoir un sourire, un merci, combien il est réconfortant de se sentir utile, vraiment je ne regrette pas ce temps et je suis très heureuse des moments partagés avec la personne que je visite."

Nicole (Vertaizon)

Recevoir la visite d'un bénévole. POURQUOI ?

- Parce qu'il n'y a pas d'âge pour faire de nouvelles rencontres et égayer son quotidien, des retraités bénévoles rendent visite à des personnes qui se sentent isolées.
- Parce qu'accueillir un bénévole et partager des activités comme un jeu de cartes, une promenade ou une simple discussion permet de passer un moment convivial.
- Parce que le quotidien devient parfois pesant, ces rendez-vous réguliers laissent place à la détente, à l'échange et au partage.

Visiter des personnes âgées ? POURQUOI ?

- Pour redonner le sourire, réchauffer le cœur ou écouter dans la simplicité de rencontres régulières.
- Pour donner un peu de son temps et partager avec quelqu'un des activités qui l'aideront à se sentir mieux.
- Pour sortir de son quotidien et rencontrer de nouvelles personnes.

COMMENT ?

- Le réseau de bénévoles est accompagné par le Service social de l'Assurance Maladie Auvergne et le Clic de Billom.
- Lors de réunions, chacun peut revenir sur les moments qu'il a passés avec la personne qu'il visite : aborder les joies ou les difficultés.
- À cette occasion, les bénévoles bénéficient aussi de l'intervention de différents professionnels pouvant répondre à leurs interrogations : psychologue, diététicien...

*Des instants de convivialité à des rythmes choisis et partagés.
Des moments qui rythment le temps.
Des temps qui mettent de la vie dans le quotidien*

POURQUOI PAS VOUS ?

**Le Clic recherche des bénévoles,
prenez contact en appelant au 04.73.60.48.85**