



*Une main tendue pour accompagner la vie...*



## LA DOULEUR

Une des plus grandes hantises des êtres humains est de se retrouver en situation de douleur. Il est donc normal de ressentir une très grande souffrance à voir celui ou celle que l'on aime avoir mal.

Si en ce moment ou dans le futur vous vous retrouvez en situation où votre partenaire de vie, un membre de votre famille ou encore, un ami proche fait face à une maladie où la douleur est importante, si vous avez à l'accompagner, vous vivrez inévitablement un grand sentiment d'impuissance. Vous vous sentirez inutile et vous aurez l'impression de ne pas pouvoir faire grand-chose. Votre premier réflexe pourrait être de chercher à vous éloigner en vous disant que vous n'y pouvez rien et que vous avez l'impression de nuire.

Un bon conseil, n'en faites rien!

Celui qui souffre se sent seul face à ce qui lui arrive. Il subit la maladie et les symptômes qui en découlent. Il fait ce qu'il peut pour s'en sortir. Lui aussi finit par vivre de l'impuissance et par avoir peur que ces douleurs qui s'acharnent ne disparaissent jamais. La médication, même si elle aide à adoucir les malaises physiques, a l'inconvénient de créer par moment un brouillard mental qui atténue le jugement. Les émotions contradictoires s'entremêlent et finissent par provoquer une souffrance morale qui souvent devient un amplificateur de la douleur physique.

Celui qui a mal ne peut que très difficilement s'en sortir seul. Il a besoin de vous, que vous soyez là. Vous devenez le gardien de l'espoir et de la réalité. Il se fiera à vous quand il tentera de comprendre ce qui lui arrive. Vous n'avez pas à faire de longs discours, juste le fait que vous soyez là quand il se réveille, quand il a besoin de vous dire qu'il a mal, de lui rendre service quand il le demande suffit. Votre présence le rassure, il ne se sent pas seul. Il se sent aimé à un moment où il ne s'aime pas lui-même. Vous serez son lien avec la vie qui continue.

Voyez-vous pourquoi vous êtes important ? Et à quel point votre PRÉSENCE est importante ? Sa qualité de vie en dépend.

Les membres du regroupement Albatros Lévis y croient fermement et ils sont disponibles pour vous accompagner dans cette tâche si importante, peu importe votre milieu de vie.

***N'hésitez pas à nous contacter.***

***Un Membre Albatros***



*Vous souffrez d'une maladie grave ou terminale, vous êtes un proche aidant qui accompagne ce malade, vous connaissez un voisin, un parent ou un ami qui a reçu un tel diagnostic et qui a besoin d'accompagnement, contactez-nous, nos accompagnateurs bénévoles attendent votre appel.*

**Les services d'Albatros sont entièrement gratuits**

**Pour nous joindre : 418 832 9992 poste 353**

**[www.albatroslevis.com](http://www.albatroslevis.com)**