

Saviez-vous que... ? – Décembre 2023

Saviez-vous que chez les Sœurs Hospitalières nous comptons environ 11. 000 bénévoles?

Nous vous présentons **Maria da Graça Fernandes** qui est bénévole chez nous depuis 21 ans. Elle travaille actuellement dans l'Unité de Psychiatrie. Elle passe environ deux heures par semaine avec les patients. Elle socialise, parle, écoute et crée également une atmosphère de bien-être et de santé.



1) Comment décririez-vous votre travail quotidien et son impact sur la vie des patients ?

Je ne fais du bénévolat qu'une fois par semaine. Ce jour-là, je passe environ trois heures avec les patients. Lorsque le temps le permet, j'encourage les patients à se promener en plein air (ce qui est parfois difficile !); je discute avec eux des sujets de leur choix et je me tiens à leur disposition pour les écouter. J'aide à la prise des repas (déjeuner ou goûter). Tâche obligatoire : "me vernir les ongles". Je crois que le peu que je donne de moi-même permet aux patients d'oublier un instant qu'ils sont des patients.

2) Qu'est-ce qui vous a poussé à devenir bénévole et à consacrer plus de deux décennies de votre vie à cette noble tâche chez les Sœurs hospitalières ?

Je savais que je serai bénévole un jour, mais je ne savais pas où. J'ai connu l'institution à l'occasion de l'hospitalisation d'un membre de ma famille. Je me suis identifiée à la mission, aux principes et aux valeurs de l'hospitalité et j'ai pris la décision tout naturellement ! Je suis bénévole dans cette clinique depuis décembre 2001.

3) Quels sont les moments les plus émouvants ou gratifiants que vous avez vécus en interagissant avec les patients de l'Unité de Psychiatrie ?

Au fil des ans, j'ai vécu de nombreux moments et expériences avec les patients, les Sœurs et le personnel. Cependant, la chaleur avec laquelle les patients me saluent, me demandent "pourquoi n'êtes-vous pas venu la semaine dernière ?" ou me disent "vous nous avez manqué! Est-ce que vous et votre famille allez bien ? Faites un bon voyage !" est extrêmement gratifiant. Des mots ou des gestes aussi simples, mais dits et montrés avec autant d'amour et d'attention, me font penser que je donne si peu et que je reçois tellement !

4) Après tant d'années de service, comment avez-vous vu évoluer la perception sociale de la santé mentale et le rôle des bénévoles dans cette évolution ?

La stigmatisation et la discrimination à l'égard de la santé mentale existent toujours, et je crois que la peur de l'inconnu peut être l'une des raisons. Cependant, j'ai constaté qu'aujourd'hui, la question de la santé mentale est abordée de manière moins discriminatoire.

Mon expérience professionnelle me permet de constater cette réalité. Lorsque les gens disent: "Peut-être devriez-vous demander l'aide d'un psychologue", la réaction est différente de celle d'il y a quelques années, lorsque la réponse était : "Je ne suis pas fou !"

Le bénévolat peut être utile, car il permet aux patients de communiquer avec des personnes ayant des expériences de vie personnelle et professionnelle très différentes. Selon moi, cette communication aide les patients à améliorer le bien-être, l'estime de soi et la confiance en soi.

5) En tant que bénévole dans l'Unité de Psychiatrie, comment abordez-vous la création d'un environnement de bien-être et de santé pour les patients ?

L'intervention dans la promotion de la santé mentale nécessite de la fermeté, de la clarté et de la positivité, ce qui n'a pas été très facile. Cependant, j'ai essayé d'offrir aux patients, par le silence, les gestes ou les mots, les conditions pour gérer leur maladie, améliorer leur qualité de vie et se sentir le plus intégré possible.

6) Quels conseils donneriez-vous à ceux qui envisagent de s'engager dans le bénévolat dans le domaine sanitaire et social, en particulier dans le domaine de la santé mentale ?

Travailler dans le domaine de la santé mentale n'est pas à la portée de tout le monde. À mon avis, ceux qui veulent y travailler devraient prêter attention à leurs compétences en matière de communication, à leur sensibilité et à leur capacité d'empathie avec les autres.

7) Quel est le rôle des bénévoles dans le soutien de la mission des Sœurs Hospitalières, qui est de fournir des soins complets aux personnes les plus vulnérables ?

Le rôle du bénévole est important car il renforce la mission des Sœurs Hospitalières lorsque, de manière purement gratuite, elles s'occupent de ceux qui souffrent le plus, lorsqu'elles accueillent, écoutent, respectent et s'engagent à faire en sorte que les personnes qu'elles aident aient une meilleure qualité de vie, tant sur le plan physique que psychologique.

8) Ce mois-ci on célèbre la Journée Mondiale du bénévolat. Comment décririez-vous l'importance du bénévolat dans le domaine de la santé mentale et dans le contexte de la mission des Sœurs Hospitalières ?

Il existe encore des préjugés/stigmates sur la santé mentale, et je pense que le travail des bénévoles des Sœurs Hospitalières est très important pour aider à démystifier ces préjugés, lorsque des partenariats sont établis avec les autorités locales, les écoles et d'autres organisations, dans le but de développer les aptitudes et les compétences des patients.