

Jalmalv Léman-MontBlanc

www.jalmalv.fr

Remplace JALMALV Présence Chablais

Association affiliée à la Fédération JALMALV

federation.jalmalv@outlook.fr

www.jalmalvchablais.fr

info@jalmalvchablais.fr

Bulletin d'information et formation 2016

Le mot de la présidente, l'éditorial:

Beaucoup de chiffres dans une Assemblée Générale...

le fil directeur est que : beaucoup de travail a été

fait en 2015, de belles rencontres, des moments

moins faciles, des deuils, de personnes proches,

très proches et parfois très chères. Ainsi va la vie.

Le travail à Jalmalv est l'oeuvre de toute une équipe

qui s'épaule, se soutient dans les moments difficiles,

est là, présente et c'est ça l'important,

le socle de notre association.

Encore beaucoup de travail en vue pour 2016,

nous ferons le maximum pour répondre aux demandes,

pour nous former, pour partager nos expériences.

Souhaitons que notre équipe s'agrandisse, ou du moins « si nous ne sommes pas plus, que nous

ne soyons pas moins nombreux ».

De belles formations en vue, certaines qui ont déjà eu lieu, des conférences intéressantes,

nous avons toujours quelque chose à apprendre, pour transmettre, partager, utiliser dans nos

accompagnements au quotidien.

MERCI à toute l'équipe d'être là.

Véronique MAILLET-DRIENCOURT, présidente

PERMANENCES EN VILLE et BIBLIOTHEQUE

Le 2^{ème} lundi de chaque mois, de 14h à 16h au local, au 5^{ème} étage, au Foyer
Les Ursules, 3 rue des Potiers, THONON - Accueil - information - rencontre.



L'ASSEMBLÉE GÉNÉRALE DU 1^{er} MARS 2016

Comme chaque année, notre Assemblée générale a eu lieu à l'Espace des Ursules et 26 personnes y ont participé.

JALMALV Présence Chablais a agrandi considérablement son territoire, elle a donc dû changer de nom...

JALMALV PRÉSENCE CHABLAIS intervient désormais en GENEVOIS puisque des bénévoles font des accompagnements au CHAL et à l'Hôpital Privé des Pays de Savoie. D'autres bénévoles interviennent également en Vallée de l'Arve dans les Hôpitaux de SALLANCHES et de PRAZ COUTANT. Par ailleurs l'association a créé un groupe de parole qui a lieu en Genevois et des formations sont organisées sur ce territoire, pour augmenter la présence de bénévoles.

L'appellation JALMALV PRÉSENCE CHABLAIS n'est donc plus adaptée. A noter, notre nom officiel est Présence Chablais JALMALV. Mais notre Fédération JALMALV souhaite que le sigle JALMALV "Jusqu'à la mort accompagner la vie" soit cité en premier.

Il a donc été soumis à l'assemblée générale extraordinaire le texte suivant:

"Pour prendre en compte son nouveau territoire d'intervention, l'association JALMALV PRÉSENCE CHABLAIS est rebaptisée JALMALV LÉMAN-MONTBLANC".

Aucune autre proposition n'étant faite par l'assemblée, ce texte a été mis aux voix et adopté.

Lors du **rapport d'activité**, il a été rappelé que notre association a signé **15 conventions** avec des établissements de soin et d'accueil de personnes âgées sur le Chablais, le Genevois et la Vallée de l'Arve. Vous pouvez lire la liste de ces établissements sur notre site internet.

Ce sont **29 bénévoles** qui sont intervenus en 2015. Ils ont consacré **3057 heures à JALMALV**, ce qui correspond au temps de travail de 2 salariés à temps plein...

À peu près la moitié de ce temps de bénévolat, **1597 heures**, a été consacré à l'écoute et l'accompagnement de personnes en fin de vie ou endeuillées. Le reste du temps a permis aux bénévoles de continuer à se former dans des journées de réflexion et des congrès, à parler de leur action dans les groupes de parole et à faire fonctionner l'association.

26 bénévoles ont participé à l'Ecoute et à l'Accompagnement dans **18 établissements et au domicile** de personnes. Nous sommes intervenus dans **13 établissements** accueillant des personnes âgées et **5 établissements de soin**.

398 personnes différentes ont ainsi pu bénéficier de l'aide de JALMALV. La plupart du temps ces personnes ont été suivies par un seul bénévole, mais dans certains établissements de soin, comme le CHAL à CONTAMINE sur ARVE, ce sont trois bénévoles qui se relaient au cours de la semaine.

En revanche dans les maisons d'accueil de personnes âgées, l'accompagnement est souvent sur le plus long terme et assuré par le même bénévole.

Les bénévoles ont effectué **2108 visites**. La majorité d'entre elles ont eu lieu dans des établissements de soin ou d'hébergement. Il y a eu toutefois **89 visites au domicile de la personne, soit 4,22 %**.

Cela a concerné **17 personnes ou familles différentes**, soit également 4,20 % des personnes suivies.

Les bénévoles de JALMALV Présence habitent le Chablais, mais aussi le Genevois et la Vallée de l'Arve et ils accompagnent des personnes dans tous ces territoires.

Cette expansion entraîne beaucoup de déplacement des responsables de l'association et dans une moindre mesure des bénévoles. C'est ainsi que nous avons recensé **22 402 km parcourus par les bénévoles**. En plus du temps qu'ils donnent à l'association, ceux-ci, en ne demandant pas le remboursement de leurs frais de déplacement font de fait un don à l'association évalué à **6 855 €**.

Complétons ce rapport d'activité 2015, des bénévoles, par ce qui suit :

- Deux **groupes de parole** avec Marie-Claude DEGREMONT, au local à Thonon et avec le Dr François PARPAIX, à l'Hôpital Privé Pays de Savoie, à Annemasse, à raison d'un par mois.

- Une **permanence** a toujours lieu dans nos locaux, au Foyer des Ursules (5^{ème} étage), le 2^{ème} lundi de chaque mois de 14H à 16H et notre **bibliothèque** ouverte aux permanences, aux groupes de parole.
- Le programme de la **formation sensibilisation et initiale** pour devenir bénévole de structure et bénévole d'accompagnement est constant.
- Une **formation continue** pour tous les bénévoles, "Mon bénévolat, un temps pour un bilan" et "La mort dans ma vie", sur 3 jours, avec Denis LANDRY, en février et mars 2015.
- Des bénévoles ont pu participer : 3 au **congrès de la Fédération** "L'identité de JALMALV face à une société en mutation" en mars à Orléans; 1 au **congrès de la SFAP** en juin à Nantes; 4 bénévoles à l'**Entente régionale Rhône-Alpes JALMALV**, "Comment nourrir la vie d'équipe", à Vienne en septembre; 10 bénévoles à la **Journée régionale Rhône Alpes des Bénévoles d'accompagnement**, "L'éthique de la relation", à Bron en novembre. Notre présence eut lieu à la rencontre des cadres des associations Jalmaalv et à la cellule CNAMTS-SFAP à Paris.
- Nous rencontrons régulièrement EMSP au CHAL, la MGEN avec notre **bénévole représentant des usagers** et à la permanence pour la Maison des Usagers, à SALLANCHES avec EMSP, ainsi que certaines EHPADS.
- Nous participons à la Filière Gériatologique MAIA à Thonon, au Groupe des Soins Palliatifs des HDL avec EMSP des HDL et au groupe "Aide aux aidants" avec REGAARS à Annemasse.
- **Le Conseil d'administration**, son bureau et ses membres, se sont **réunis 11 fois**.
 - **Autres événements importants**, une **Conférence** avec le Professeur Louis PLOTON "Le grand âge, force et fragilité", en mars 2015 eu une **Projection-débat** en collaboration avec les BOBINES du Léman avec le film " **Deux jours avec mon père**" en présence de la réalisatrice Anne GONTHIER et l'EMSP des HDL.
 - Les **cafés deuil** ont repris en fin d'année 2015 et ils vont donc se poursuivre. Un groupe **d'endeuillé** a vu le jour. Il est ouvert, mensuel, et se retrouve dans notre local.

Notre trésorière, Élisabeth Cabotte, dans son rapport financier nous a montré que les finances de l'association sont saines. Avec **22 384,64 € de dépenses et 22 393,18 € de recette**, il est équilibré. **L'essentiel des dépenses concernent le poste formation. Quant aux ressources, elles proviennent de la cellule CNAM-SFAP, des subventions des communes et du département, des cotisations de nos adhérents et de plusieurs dons de particuliers (essentiellement à l'occasion d'obsèques) et d'une association. Un rapport plus détaillé peut être consulté sur notre site internet.**

Éléonore Pierron nous a ensuite fait part des nombreux projets de l'association pour l'année 2016 que vous pouvez consulter sur le rapport d'activité détaillé sur notre site et que vous découvrirez dans les pages de ce bulletin, et tout au long de l'année dans nos publications et affiches. Ils concernent essentiellement la formation initiale des bénévoles, la formation continue des bénévoles en activité et les manifestations grand public au nombre de trois prévu.

Par ailleurs, pour compléter notre site Internet,

Éléonore

Frank AERTS, **bénévole accompagnant** a proposé que notre association ouvre une page **FACEBOOK**.

Sa proposition a été retenue. Les adhérents qui utilisent ce réseau social

sont invités à devenir « amis » de cette page et à relayer les informations qui y seront divulguées tout simplement en cochant un « like » : de ce fait leurs « amis » verront eux-aussi apparaître l'information sur leur fil d'actualité.



Nous avons ensuite procédé aux votes traditionnels pour le renouvellement des membres du Conseil d'administration, par moitié.

Pour clore la soirée, nous avons projeté un film de la SFAP intitulé "**VIVRE LE TEMPS QU'IL NOUS RESTE À VIVRE**". Cette vidéo de 40 minutes donne le témoignage de personnes en fin de vie hospitalisées en soins palliatif et de leur entourage. Il nous a permis de mieux comprendre la spécificité de la prise en charge palliative.

La soirée s'est terminée par un pot d'amitié.

LES TEMOIGNAGES :

Jean !

J'ai rencontré Jean toutes les semaines pendant 3 ans, trois belles années. L'équipe soignante avait souhaité qu'un bénévole puisse l'accompagner, il avait été placé depuis peu en institution, et c'était très difficile pour lui, il avait peu de visites.

Dès que j'ai été présentée à lui, j'ai remarqué que nous avons beaucoup de choses en commun malgré nos différences. Il était réservé et parlait peu mais nos regards en disaient long.

Avec la maladie son état physique et psychique s'étaient dégradés mais nos liens se sont renforcés. D'une fois sur l'autre il ne se rappelait pas toujours de mon prénom, à la demande de l'aide-soignante qui lui demandait qui j'étais, il répondait : c'est la personne qui reste à côté de moi : quel beau cadeau. Avec le temps le sommeil était son plus précieux refuge, mais de temps en temps, il me regardait avec ses grands yeux bleus comme pour vérifier que j'étais encore là, près de lui..

Pour moi rendre visite à Jean, c'était un moment unique, un moment précieux ou je n'existais que pour lui, une belle parenthèse dans ma vie bien remplie.

Jean c'était pour moi un ami prévenant et attentionné : que de petits gâteaux partagés !

Je n'ai pas toujours su ce que j'ai apporté à Jean mais quand il est décédé les émotions étaient présentes, malgré cela j'avais conscience que j'avais eu de la chance de partager tous ces beaux moments avec lui.

Merci Jean

Christine JACQUET, bénévole d'accompagnement

Merci la Vie

Marcel, quand je te vois assis dans ton fauteuil dans le hall de la maison de retraite, où tu t'obstines pendant des heures à relire ton Dauphiné parce que la maladie efface le souvenir des articles que tu viens de lire, quand je te vois marcher très difficilement avec ta canne, refusant le déambulateur, car cet engin, dis-tu, est fait pour les vieux... quand tu declares « comme disait De Gaulle, la vieillesse est un naufrage » et que tu rajoutes aussitôt : « faut quand même pas se plaindre quand on a encore ses yeux » quand tu me dis que tu as de la chance d'être ici, en maison de retraite, à être au chaud, bien nourri et sans souci pour demain, quand tu t'animes en me narrant pour la cinquantième fois des épisodes de la vie de ton village, quand tu m'affirmes que la mort ne te fait pas peur car tu n'as pas fait de mal et que tu sais que tu iras au ciel... je dis « Merci la Vie »

Jean, quand tu me racontes avec fierté comment tu as brillamment réussi ta carrière professionnelle bien que tu n'aies, dis-tu qu'un niveau scolaire de bac moins 4, quand tu évoques les 64 ans de ta vie avec ton épouse et que tes mots pour parler d'elle transpirent l'amour, quand, malgré ces difficultés pour marcher qui t'inquiètent beaucoup, tu vas quotidiennement faire un tour en ville, quand tu continues à cultiver ton amitié avec 2 camarades à qui tu téléphones tous les soirs... je dis « Merci la Vie ».

Raymonde, quand tu me racontes comment veuve très jeune, tu as élevé seule 4 enfants, comment tu as su gouverner les vaches, puis te faire embaucher comme ouvrière dans une usine, comment tu luttas depuis 20 ans contre la maladie, quand je vois comment, malgré tes mains pleines d'arthrose tu tiens malgré tout ton stylo pour remplir les grilles de mots mêlés, comment tu luttas contre ta tentation de rester seule dans ta chambre en continuant à participer aux animations de la maison, comment tu es attentive aux autres pensionnaires... je dis « Merci la Vie »

Camarades bénévoles, quand je vous entends évoquer vos rencontres, quand je vois votre intelligence s'allier à votre cœur pour améliorer votre présence à l'autre, quand je ressens votre attention bienveillante les uns pour les autres... je dis « Merci la Vie »

Merci la Vie, car même lorsque l'âge et le handicap ankylosent les corps, ralentissent les mouvements, et engourdissent l'esprit, tu continues à couler comme un fleuve souterrain intarissable, éclatant en



Christine

sourire au milieu des rides de la vieillesse, et jaillissant sous forme de plaisanteries sur les chemins rocaillieux de la maladie.

Quand les médias obscurcissent notre horizon de nuages de désespérance, en nous plongeant dans un monde de violence, de guerre, de génocide, de crises et de sordides faits divers, je sais que tu es là, la Vie, discrète mais toujours disponible au fond de notre cœur, et que ton rayonnement fait de solidarité, d'entraide, de créativité, de joie et d'humour dissipera les ténèbres du vieux monde.

Louis BAUD, bénévole d'accompagnement

Louis



RÉFLEXION : AUTONOMIE ET VULNÉRABILITÉ

Intervention D'Olivier MARET, lors de la Journée régionale Rhône Alpes des Bénévoles d'Accompagnement.

La question qui m'est posée est celle-ci : "Comment respecter l'autonomie de la personne en fin de vie en tenant compte de la vulnérabilité de chacun ?" Je me permettrai de transformer cette question en interrogeant la notion d'autonomie, plutôt que de la tenir pour une valeur allant de soi dans le soin et l'accompagnement. Je poserai donc ainsi la question : "Quelle autonomie pour la personne vulnérable ?". Il me semble en effet que nous nous tromperions gravement en voulant arrimer le soin et l'accompagnement à la référence à l'autonomie, référence omniprésente dans le discours dominant. Il me semble au contraire que le soutien apporté aux personnes vulnérables repose sur d'autres dimensions de l'être humain que son autonomie, en particulier ses dimensions de passivité et de vulnérabilité. La notion d'autonomie est généralement utilisée en un sens trop large et de ce fait confus. On assimile l'"autonomie" à l'"indépendance", tout en donnant à cette indépendance la forme d'une exigence à l'égard de la société. La revendication d'une légalisation de l'euthanasie, en particulier, implique conjointement et contradictoirement l'affirmation de l'indépendance individuelle et la demande d'une assistance médicale institutionnelle. Il convient donc de donner un sens précis et restreint à l'"autonomie", en se référant à l'étymologie du terme : nomos, en grec ancien, désigne la loi. L'autonomie se définit donc comme la capacité à agir d'après une loi dont on reconnaît la validité et l'universalité. La culture palliative ne se réfère ni à l'indépendance, ni à l'autonomie, au sens restreint du terme. En effet, soigner ou accompagner ne se réduit pas à mettre en œuvre les choix "indépendants" du patient. Il n'est pas non plus question de guider le patient vers la mise en œuvre d'une loi universelle, chaque personne souffrante devant être considérée dans sa singularité. L'autonomie de la personne vulnérable ne peut être qu'une "autonomie brisée", selon la formule de Corine Pelluchon.

Nous sommes alors amenés à centrer la pratique de l'accompagnement sur une définition de l'homme fondée sur sa "vulnérabilité" plutôt que sur son "autonomie". C'est la vulnérabilité de l'autre qui me rend responsable de lui, même si je peux être tenté de me révolter contre cette dette initiale. Comment puis-je dès lors assumer cette responsabilité pour l'autre ? Pour répondre à cette question, nous pouvons nous appuyer sur la définition que Bergson donne de la "liberté" : "Nous sommes libres quand nos actes émanent de notre personnalité entière, quand ils l'expriment, quand ils ont avec elle cette indéfinissable ressemblance qu'on trouve parfois entre l'œuvre et l'artiste." Agir librement, ce n'est pas décider abruptement d'un comportement par une décision volontariste. Agir librement, c'est élargir la conscience que nous avons de notre passé pour y puiser l'énergie et le sens nécessaires à l'action nouvelle.

Cette définition de la liberté comme expression de soi peut amener à formuler le rôle du bénévole d'accompagnement. Accompagner, c'est aider l'autre souffrant à se retrouver lui-même, par le récit de son passé, par le partage d'objets symboliques tels qu'une photo ou une musique, ou par la simple perception en commun du monde environnant.

Aider le patient à refaire le tour de lui-même, l'aider à joindre les bouts d'une existence fragilisée, l'aider à retisser l'étoffe d'une temporalité hachée par les accidents de la vie, voilà ce que veut dire d'abord à mes yeux "respecter l'autonomie de la personne en fin de vie", ou plus simplement "respecter la personne en fin de vie".

Olivier MARET, Professeur de philosophie

LE REPRÉSENTANT JALMALV DES USAGERS À LA MGEN

Le représentant des usagers est un **bénévole issu d'une association agréée**. Il est le porte-parole des usagers (patients) et l'interlocuteur des autres acteurs de la santé auprès des responsables de l'établissement.

L'entrée dans un lieu où l'on soigne expose à beaucoup de nouveautés, de sigles, de termes techniques qui nécessitent une formation.

Dans l'établissement de soins de suite et de réadaptation d'Évian (SSR), je participe à la commission des relations avec les usagers (CRU) qui a été instituée en 2002 pour répondre aux besoins des malades atteints du SIDA.

Cette commission veille :

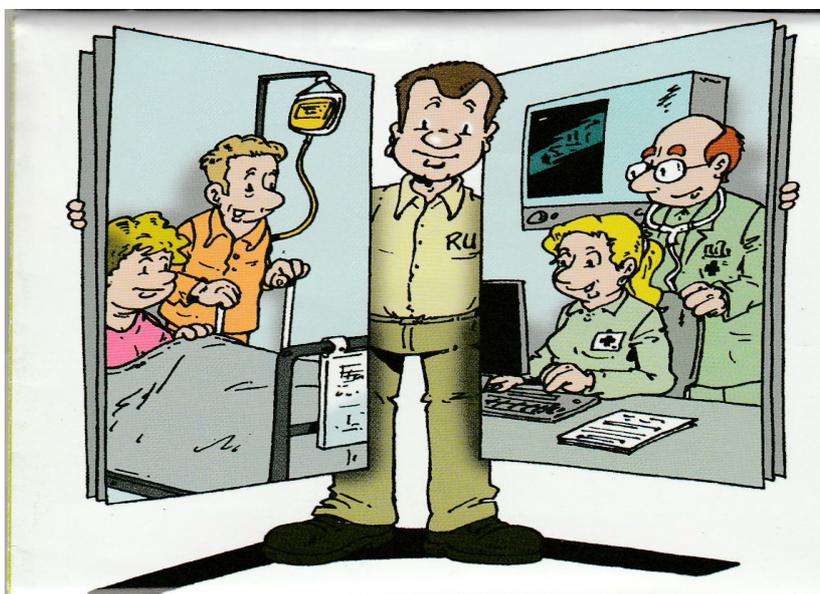
- au respect des droits des usagers, à savoir l'accès aux droits fondamentaux tels la non discrimination et l'accès aux soins,
- l'accès aux droits individuels (information, consentement, dignité...),
- et à l'application des différentes chartes (charte du patient hospitalisé, charte de l'enfant, charte européenne),
- à l'amélioration de la qualité des soins,
- à la résolution des plaintes et réclamations.

Il me paraît toutefois essentiel pour que les droits des usagers soient respectés que chaque citoyen s'empare de cette question et qu'il devienne lui-même acteur de santé, en participant à la prévention et en se tenant informé de ces questions.

A la suite de Claude Sitaire, j'ai été nommé dans la fonction de représentant des usagers par l'Agence Régionale de Santé (ARS) et lors de la certification de l'activité de l'établissement qui aura lieu dans un an, j'aurai à donner mon observation aux experts visiteurs.

L'action du représentant des usagers requiert **écoute, vigilance et diplomatie**. Toutefois cet engagement individuel dans une action collective ne me semblera complet que lorsque dans mes interventions je pourrais cesser d'employer le « je » et le remplacer par un « nous » parce que je me sentirai alors mandaté par des concitoyens concernés et eux-aussi engagés.

Alain CHARNAVEL, représentant des usagers



Alain



Le RU est un acteur de santé à part entière avec lequel les professionnels travaillent à l'amélioration du système de santé.

LE CAFE DEUIL et le GROUPE d'ENTRAIDE et de SOUTIEN des ENDEUILLES : APPRIVOISER L'ABSENCE

Jutta



L'association JALMALV Léman-MontBlanc offre désormais la possibilité à une personne endeuillée d'intégrer un groupe de soutien et d'entraide.

Ce groupe intitulé « **APPRIVOISER L'ABSENCE** » a pour objectif de permettre à des personnes qui viennent de subir la perte d'un être cher d'avancer ensemble sur le douloureux chemin du deuil. Au rythme d'une rencontre par mois, autour de thèmes et de questionnements, elles trouveront un espace où peuvent s'exprimer les émotions, les sentiments et les peurs qui les habitent, leur permettant de surmonter les obstacles et d'avancer étape par étape ensemble.

Par le partage de leur vécu, de leurs difficultés ou de leurs petites victoires dans ces temps où il semble qu'il faille combattre l'absence, elles pourront s'offrir le cadeau de se savoir entendues et comprises, soutenues et « normales » ! Cela peut paraître surprenant, mais notre société a perdu la culture de la prise en charge de la personne endeuillée et donc des aspects déstabilisants et contradictoires inhérents. Ils apparaissent aujourd'hui comme déplacés quand ils ne sont pas tout simplement niés ou rejetés.

Le groupe permet de tisser des liens issus d'une expérience douloureuse vécue toujours intimement. L'ensemble des échanges esquisse des pistes d'apaisement, positionne des repères temporels dans ce temps dissout par la mort, vient redonner un peu de sens à ce qui semble ne plus en avoir ...la vie elle-même !

Livia, Jutta et Marie, bénévoles formées à l'écoute et à l'accompagnement des personnes endeuillées sont là pour animer la rencontre et veiller sur chacun(e).

Les personnes doivent être prêtes à s'engager dans cette démarche de cheminement sur plusieurs mois.

Si vous êtes intéressée, **prenez contact avec l'Association (06-73-73-18-99)** pour un **entretien préalable**. Les rencontres se font un lundi par mois à 19 heures au Foyer des Ursules (5ème étage).

Le groupe d'entraide et de soutien est une démarche différente, mais **complémentaire du Café Deuil (qui fonctionne à nouveau)**, rencontre ponctuelle et conviviale sans aucun engagement dans un lieu public et ouvert à toute personne.

Marie LAFARGE, co-animatrice avec Jutta, du Café deuil et groupe de soutien

LES FORMATIONS et STAGES pour l'ANNÉE en cours 2016

A l'institut de Formation en soins Infirmiers des Hôpitaux du Léman -
THONON -I.F.S.I. de 9H à 17H pour la plupart.

I. FORMATION de BASE

**STAGE Sensibilisation aux Soins Palliatifs et à l'Accompagnement
de fin de vie et du deuil,**

le week-end du 1^{er} et 2 octobre 2016 à Annemasse

II. FORMATION INITIALE

1^{er} STAGE : "Écoute et Accompagnement de fin de vie"

avec Bernadette LAMBOY,

sur 2 week-ends : 4 -5 juin et 18 -19 juin 2016

- L'apprentissage de l'écoute, de l'accueil, de la qualité de présence,
- La disponibilité et la bonne distance pour rester proche sans être envahi,
- La place de la parole, le choix des mots justes, le rôle du silence,
- L'importance de la dimension non verbale et du toucher.

Stage faisant partie de la formation initiale **obligatoire** pour devenir bénévole d'accompagnement. Il est souhaité de commencer par ce stage avant la communication non verbale.

2^{ème} STAGE : "Communication non verbale par le Toucher "

avec Elisabeth CABOTTE

les 24 et 25 septembre 2016

- Sensibilisation à l'importance du langage du corps et du toucher dans la communication avec des personnes malades, en gériatrie et/ou en fin de vie pour les bénévoles et les familles.
- Formation basée sur la qualité de la présence à l'autre et qui associe le corps, le toucher et la parole. Le toucher est le moyen de communication le plus instinctif et le plus authentique dans les relations humaines.
- La pédagogie se veut d'abord celle de la mise en confiance, c'est à dire oser toucher dans le respect des réactions de l'autre.

3^{ème} STAGE : L'Accompagnement de la personne endeuillée

Avec Marie Claude DEGREMONT et Marie LAFARGE

Sur 3 samedis : 19 novembre, 3 décembre 2016 et 14 janvier 2017

- Le processus du deuil, et le deuil au sein de notre société,
- Les besoins de l'endeuillé selon son âge et le type de deuil,
- Les spécificités des différents deuils en fonction du lien et du contexte,
- Les différentes formes d'accompagnement envisageables.

Trois samedis programmés suivant le vœu des participants antérieurs.

III. FORMATION CONTINUE des ACCOMPAGNANTS BENEVOLES et ASSOCIATIFS

- ✓ Une journée sur "L'enfant et le deuil" à l'IFSI avec Claire BAZIN, avec une conférence tout public. Les dates vous seront communiquées ultérieurement.
- ✓ Le 8^{ème} colloque Arc Alpin à Archamps "la voix des personnes qui vivent avec une maladie grave" avec une conférence, la veille, les 7 et 8 avril.
- ✓ Un soiré à l'IFSI de Thonon, le 20 avril à 20H avec Olivier MARET sur « la laïcité et spiritualité en Soins Palliatifs ».
- ✓ La 94^{ème} journée gérontologique "Est-ce ainsi que les Hommes meurent" à Annecy le 26 avril.

- ✓ Le congrès de la Fédération JALMALV, les 27-28-29 mai 2016 à Belfort.
- ✓ Le congrès de la SFAP à Dijon les 16-17-18 juin.

Mais encore :

- ✓ Une conférence "L'accompagnement" avec le Dr Charles JOUSSELIN, président de la SFAP, le 24 juin à Annemasse, à la salle Martin Luther King, en partenariat avec l'association REGAARS et l'EMSP du CHAL.
- ✓ Une conférence "Où en sommes-nous sur les Droits du malade en fin de vie" avec le Professeur Régis AUBRY, en partenariat avec l'EMSP des HDL, le 9 septembre 2016 à Evian.
- ✓ Une projection débat lors de la journée mondiale des soins palliatifs, en partenariat avec les Bobines du Léman.

IV. FORMATION pour un DÉVELOPPEMENT PERSONNEL

"INITIATION au FOCUSING : A l'écoute de son corps"

Avec Marie-Claude DEGREMONT, psychothérapeute



- Accueillir le ressenti corporel, être doux avec soi-même, laisser venir la piste juste, savourer le mieux-être et la détente.

- Plus qu'un outil, le Focusing est un véritable art de vivre dans l'instant présent, en étant à l'écoute de son corps. Ce dernier est appréhendé comme une source d'information ainsi qu'un moteur de changement.

Le bénévole peut alors utiliser son ressenti corporel comme source d'information fiable.

Renseignements et inscription suivis par la formatrice, à joindre au 04 50 26 50 12

✂

COTISATIONS 2016



Jalmalv Léman-MontBlanc

Foyer les Ursules, 3 rue des Potiers - 74200 THONON

Je soussignée

demeurant.....

Tél : Email :

Souhaite adhérer ou renouveler ma cotisation à Jalmalv Léman-MontBlanc Cotisation simple : 17 €
Cotisation de soutien 25 €