

Ils ont pris un

Coup de vieux

Magali Debost

Ils ont pris un

Coup de vieux

*Le livre que vous n'avez pas envie de lire
mais êtes-vous prêts ?*

Magali Debost

Copyright © 2019 Magali Debost
Tous droits réservés

ISBN 975-10-359-1523-0

Novembre 2019

Le Code de la propriété intellectuelle interdit les copies ou reproductions destinées à une utilisation collective. Toute représentation ou reproduction intégrale ou partielle faite par quelque procédé que ce soit, sans le consentement de l'auteur ou de ses ayants cause, est illicite et constitue une contrefaçon sanctionnée par les articles L. 335-2 et suivants du Code de la propriété intellectuelle.

A Céline D. dont la vie chemine aux côtés de mon écriture

*«La vie ce n'est pas d'attendre que l'orage
passe, c'est d'apprendre à danser sous la pluie»
Sénèque, (I-65)*

Remerciements

A Riccardo Ceriani (Redline) pour cette couverture assumée.

A mes relectrices et relecteur : Céline, Isabelle, Nadège, Fabien.

Avant-propos et présentation de l'auteur

Je suis hôtelière de formation, mariée, mère de famille.

J'ai passé près de dix ans à la direction d'une institution pour personnes âgées.

Je me consacre à l'écriture depuis 2013.

J'ai écrit sur la maternité, me suis essayée avec bonheur au roman mais le sujet du vieillissement et de l'accompagnement des aînés me touche particulièrement et j'y ai consacré déjà un livre en plus du Blog «Coup de vieux» dans lequel j'écris.

J'ai été très marquée, il y a quelques années, par une conférence sur le vieillissement de notre société. Un des intervenants avait déclaré «on demande à des familles d'acquiescer, du jour au lendemain, dans la prise en charge de leurs aînés, des compétences qui manquent tant ailleurs : gestion des finances et de

l'administration, gestion du personnel, compréhension des problématiques médicales, prise en charge parfois des soins d'hygiène ... et elles doivent faire tout cela du jour au lendemain, sans être ni payées, ni même remerciées». Cette vérité m'a frappée, moi, directrice d'institutions, qui ai vu tant de familles arriver épuisées, après des mois voire des années de prise en charge dévouée, volontaire, mais parfois maladroite et surtout usante !

Il m'a semblé primordial de consacrer du temps à l'information. La vieillesse n'est pas une maladie, on ne trouvera pas de remède, mais on peut, un tant soit peu, s'y préparer. En tant que personne vieillissante au premier titre, mais aussi en tant que proche.

Pour accompagner au mieux, respecter l'autre même diminué, connaître et respecter les limites de tous, faire part de ses besoins, être moins surpris ou bousculé par ce que la vie nous réserve et qui, à cette période, n'est pas toujours des plus plaisants.

Pourquoi écrire sur un sujet qu'on a si peu envie de lire ?

Parce qu'il le faut ! Même si le sujet est délicat voire douloureux, je suis convaincue qu'en y réfléchissant en amont, en ayant présents à l'esprit des sujets auxquels on n'avait jamais pensé avant, on est moins surpris si les choses se dégradent.

Presque toujours, la maladie ne s'annonce pas, elle vous tombe dessus. Souvent la perte d'autonomie ne prévient pas, elle arrive. Et parfois, il faut prendre des décisions rapidement alors qu'on n'a jamais eu l'occasion de réfléchir à l'avance aux sujets dont elles relèvent.

Lorsque j'ai été conviée à parler de l'âge qui avance lors de conférences, j'ai souvent comparé la vieillesse à une compétition sportive.

A mon sens, l'analogie fonctionne et nous aurons l'occasion d'y revenir au travers du livre. Comme pour une compétition, on se prépare sans savoir si on prendra le départ, si la météo sera favorable ou non, si on sera en pleine forme le jour J ou au fond de son lit, si on aura de la chance ou pas. Mais on