



# Vivere



## Des souhaits...

**Pour la nouvelle année...** Même si elle est bien entamée, au nom du comité porteur, Denise Barbeau, Michèle Auclair et moi-même, je vous souhaite beaucoup de bonheur, de douceur et de sérénité.

**Pour nos aînés...** J'aimerais moins de maltraitance physique et psychologique, moins d'abus sociaux et collectifs, moins de négligence qui entraîne la privation des besoins élémentaires, moins d'exploitation financière et matérielle envers eux. C'est vrai, nous ne pourrions éradiquer tout cela par de simples souhaits. Mais pouvons-nous essayer de faire une différence auprès des aînés qui nous entourent? Pouvons-nous être attentifs, surtout envers ceux très avancés en âge? Pouvons-nous visiter un grand-père, une grand-mère ou prendre de ses nouvelles de temps à autre? Pouvons-nous saluer, sourire à un voisin plus âgé? Si chacun et chacune faisait un petit geste, notre communauté se porterait certainement mieux! Peut-être que nos personnes âgées vivraient moins de solitude!

Dans ce numéro, nous proposons quelques témoignages de personnes responsables d'organismes pour les aînés —La Maison des aînés de La Prairie et Les Petits Frères— qui viennent démontrer l'immense bienfait à s'occuper de nos aînés. Nous avons le bonheur de vous offrir les souhaits de Georges Milot, prêtre à la retraite et instigateur du *Vivere*! Également, Claire Boyer-Deguire nous signe un texte sur l'Amour de Dieu et son désir que tout être humain, plus spécialement les aînés, puisse en faire l'expérience!

En terminant, cher lecteur et chère lectrice, vous êtes plus de 2000 à lire le *Vivere*, le double par rapport à l'an passé! Merci de votre soutien! Merci également à tous ceux et celles qui ont écrit. Vous avez contribué à la mission première du *Vivere*: susciter la réflexion personnelle, alimenter les échanges avec d'autres et donner une voix à nos aînés.

Bonne lecture!

**Chantale Boivin**  
*Pastorale des aînés (es) et des malades*  
 Diocèse Saint-Jean-Longueuil

## SOMMAIRE

---

Intro. : <i>Présentation du numéro par Chantale Boivin</i>	...1
Souhaits.. en début d'année, Georges Milot, ptre	...3
Le sourire, son importance, Jeannine Lavallée	...4
La solitude chez les aînés, Caroline Sauriol	...5
Les aînés, ces grands oubliés, pourtant si précieux, Marcel Auclair	...6
Celui en qui je crois, Claire Deguire-Boyer	...7
Club des 31, Céline Wakil	...8

## REMERCIEMENTS

---

- Aux personnes qui ont accepté de collaborer à la rédaction du *Vivere* : Georges Milot ptre, Jeannine Lavallée, Caroline Sauriol, Marcel Auclair, Claire Deguire-Boyer, Céline Wakil.
- Au Fonds de soutien « Coup de pouce » dont la générosité est toujours appréciée pour la publication de *Vivere*.

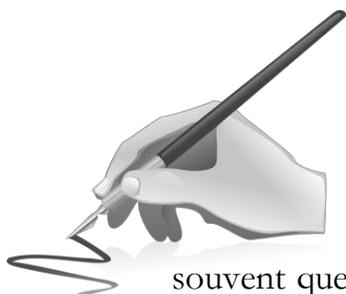
Vous avez des commentaires sur ce numéro de *Vivere*, des suggestions en fonction de prochains numéros ou encore vous désirez écrire un article, n'hésitez pas à nous contacter :

France Lamontagne  
450 679-1100, poste 272  
[france.lamontagne@dsjl.org](mailto:france.lamontagne@dsjl.org)

Chantale Boivin  
450 679-1100, poste 282  
[chantale.boivin@dsjl.org](mailto:chantale.boivin@dsjl.org)

La publication numérique de ce bulletin se trouve sur le site du diocèse de Saint-Jean-Longueuil : [www.dsjl.org/vivere](http://www.dsjl.org/vivere). Toute reproduction en partie ou en totalité de cette publication est permise en indiquant la provenance.

# Souhais... en début d'année



À l'occasion d'une nouvelle année, il arrive souvent d'émettre des souhaits ou des vœux. Cela fait partie en quelque sorte des habitudes de vie ou encore de coutumes locales au sein de familles avec rencontres de parents et d'amis. Et parmi les souhaits exprimés, il arrive qu'on en trouve un qui revient plus souvent que d'autres : *la santé à garder ou à retrouver*. Ce souhait est même devenu pour bon nombre de personnes la seule chose à souhaiter, en étant assurées que « le reste sera donné par surcroît ». Si l'on cherche à s'en tenir à la santé comme souhait important et prioritaire, on s'aperçoit assez vite qu'elle peut couvrir différents aspects ou dimensions de la personne humaine. Pensons entre autres à la santé physique avec le corps humain, la santé psychologique et mentale avec l'esprit humain, la santé spirituelle avec l'âme... et que dire de la « santé économique » d'une province, d'un pays qui intéresse bon nombre de politiciens et de gens d'affaires !

Depuis plus d'une vingtaine d'années, on trouve un nombre accru de personnes âgées de 80, 90 ans et plus qui avancent bien en âge, en santé et en sagesse. Il y a de quoi s'en réjouir en considérant tout ce qui est fait et mis de l'avant pour améliorer la santé et les conditions de vie d'une population, d'une société. Pensons entre autres aux hôpitaux, aux équipements et médicaments de toutes sortes, au personnel médical et autres, au nombre et à la diversité des services... sans oublier les aidants naturels et les bénévoles.

Ce monde de la santé avec tout ce qui en fait partie permet de penser que la santé comme telle ne va pas de soi. Il y a des personnes qui en savent quelque chose lorsqu'elles sont victimes d'un accroc de santé à 50 ans ou plus, que ce soit un infarctus du myocarde ou un accident vasculaire cérébral (AVC), peu importe. Ces accrocs de santé ont de quoi faire réfléchir et méditer en souhaitant que la santé puisse revenir ou du moins s'améliorer avec l'espoir de faire encore un bout de chemin en bonne compagnie et heureux de rendre service !

À bien y penser, se souhaiter la santé, au moins une fois par année, ça garde tout son intérêt et son importance. Ça invite de temps à autre à faire le point sur la santé telle que la sienne en particulier. Et, comme croyant, ayant une foi attirée par un Dieu Amour et Sauveur, la santé prend une toute autre figure : *celle du don et de la richesse* qui viennent de ce Dieu en vue d'une entrée éventuelle dans le Royaume du Père. Cette entrée nous mettra en présence de Celui qui a donné sa vie pour sauver l'humanité, en permettant aux personnes de bonne volonté de vivre à tout jamais heureuses avec Lui, le Seigneur Jésus, et tous les élus de Dieu.

D'ici là, il y a de quoi rendre grâce au Seigneur Dieu, en formulant ce souhait de Nouvelle Année :

*« Que Dieu nous bénisse et nous garde dans son Amour tout au cours de l'année.  
Qu'Il nous aide à témoigner de son Amour là où nous sommes rendus dans la vie,  
en toute simplicité et enthousiasme, avec la santé qui nous a été donnée et  
l'espérance de nous retrouver un jour dans la Maison du Père ». Amen !*

Georges Milot, ptre

# Le sourire, son importance

En tant que présidente de **la Maison des aînés de La Prairie**, organisme à but non lucratif, j'ai de multiples occasions de côtoyer des gens (environ quatre cents personnes) qui offrent des sourires à profusion. J'aimerais vous partager **l'importance de sourire**.

Réalisez-vous l'importance d'un sourire franc et sincère ? C'est pourtant si facile à offrir!!! Ça ne coûte rien et ça rapporte beaucoup.

Lorsqu'on reçoit un sourire, c'est souvent rassurant de se sentir si bien accueilli, réconfortant, stimulant pour notre estime de soi, car on sent qu'on en vaut la peine, ça crée une ambiance chaleureuse, ça ouvre la porte à la confiance, à l'amitié.

Un sourire, c'est une clé secrète qui ouvre les cœurs. C'est un pur bonheur d'être entouré de personnes qui illuminent notre vie par des sourires.



Gardons le sourire le plus souvent possible, c'est notre meilleur compagnon de vie, car il est toujours là... si on le veut.

Attention ! Le sourire est contagieux, ça s'attrape rapidement. Il suffit de regarder autour de nous. Regarder l'autre, l'écouter, lui sourire, s'intéresser à lui, d'après moi, c'est souvent le commencement d'une belle amitié.

Parfois, je me permets des fous rires. Mes petits-enfants appellent cela la maladie du rire. Paradoxalement, cette maladie est positive puisque tout le monde sans exception éclate de rire sans trop savoir pourquoi. Une sensation de bien-être s'installe, ça resserre les liens.



Ai-je réussi à vous convaincre de sourire à propos de tout et de rien ?

En conclusion :

- Si... **le silence est d'or**
- Si... **la parole est d'argent**
- **Le sourire est un diamant** qui brille de mille feux.

**Jeannine Lavallée**

# La solitude chez les Aînés

La solitude peut être accueillie comme un répit précieux dans une vie bien remplie et tourbillonnante. Mais pour ceux dont c'est le quotidien, jour après jour, mois après mois, sans qu'elle soit choisie, elle peut être une terrible souffrance, surtout quand elle survient alors même que nos capacités diminuent et qu'il devient plus difficile d'en sortir par nos propres moyens.

La solitude et l'isolement sont des maux malheureusement en croissance dans toutes les couches de la société.

La souffrance des aînés qui en sont victimes se déroule derrière des portes closes, en silence puisqu'il n'y a personne pour l'entendre, et si peu de porte-voix. Il est facile de l'ignorer dans le tourbillon des choses à faire. Mais notre solidarité nous interpelle autrement : et si c'était notre mère qui était ainsi laissée pour compte, sans possibilité de jaser quelques instants avec une personne signifiante, lui portant une réelle et sincère affection? Et si c'était vous? Cela pourrait tous nous arriver : personne n'avait prévu et souhaité voir son existence effacée avant son heure, comme si l'on n'avait jamais existé, comme si tout ce que l'on avait vécu n'avait jamais compté pour personne...



Peut-être connaissez-vous une personne de votre famille éloignée qui en souffre, ou encore une voisine qui ne semble jamais avoir de visite? Un appel, une salutation, une fleur, un petit geste à leur égard répété régulièrement tisseront doucement de nouveaux liens et permettront de redonner une place dans le monde à cette personne qui ne comptait plus pour personne.

Les Petits Frères et d'autres organismes se dévouent à leur façon pour recréer de l'amitié et de la gaieté dans la vie des aînés isolés : vous y engager ou leur accorder votre soutien financier sont aussi des gestes précieux qui permettront de toucher la vie d'aînés souffrants, qui ne demandent qu'à retrouver la chaleur d'une présence sincère.

Caroline Sauriol,  
Directrice générale des Petits Frères



Vous êtes âgé de 75 ans et plus? Vous êtes seul et isolé ?

Ou peut-être, connaissez-vous un aîné qui ne reçoit aucune visite ?

Vous aurez l'occasion de tisser des liens d'amitié solides avec un bénévole et de bénéficier d'un soutien chaleureux et gratuit.

N'hésitez pas à communiquer avec nous :

**579-721-5115.**

Visitez notre site internet [www.lespetitsfreres.ca/longueuil](http://www.lespetitsfreres.ca/longueuil)

# Les aînés, ces grands oubliés, pourtant si précieux

Je fais du bénévolat auprès des aînés depuis plus de 12 ans et une question m'habitait « pourquoi tant de solitude dans notre monde? ». Je n'ai pas trouvé de réponses, mais je ne cherche plus, je m'engage. À travers leur solitude vécue 24 heures sur 24, je peux faire une différence en vivant avec eux quelques heures de bon temps pour une mission accomplie.



Depuis longtemps déjà, j'accompagne une dame seule, oubliée depuis plusieurs années par son fils unique. Suite à un AVC, elle doit vivre avec de nombreuses limites, mais elle a toute sa tête et une mémoire phénoménale. Elle demeure dans une résidence avec une vingtaine de personnes dont la majorité est handicapée mentalement, mais jamais elle ne se plaint.

Je planifie une activité par semaine avec elle, selon ses préférences : films, balades en auto lui rappelant ses jeunes années, restaurants et plusieurs cafés... avant le retour.

Lorsque j'arrive à sa résidence, elle est toujours prête et elle m'attend. Elle fait l'envie de tous les autres résidents qui veulent savoir où l'on va et ce que nous allons manger. L'été dernier, nous sommes allés au Festival des montgolfières à Saint-Jean-sur-Richelieu. En fauteuil roulant, il fallait y mettre le temps pour parcourir le site, faire plusieurs arrêts pour les cafés... et surtout ne pas oublier les jeux ou pour quelques \$\$\$, elle a pu gagner une peluche, qu'elle a nommé BIMBO et qui dort avec elle tous les soirs.



Au retour chez elle, c'est en pleurant à chaudes larmes qu'elle me fit un câlin en me disant combien elle était heureuse de sa journée. Pour moi, c'était mission accomplie.

Je vous souhaite tellement un bénévolat aussi riche.

Marcel Auclair

On ne doit pas dire «je t'aime» si cela n'est pas vrai. Mais, si cela est vrai, on doit le dire beaucoup parce que les grands oublient.

Camille, 8 ans

# Celui en qui je crois.

Depuis l'élection du Pape François, sa parole et sa conduite me disent souvent qu'il a rencontré et cru Dieu, un Dieu qui aime sans conditions, tous ses enfants, sans exception aucune... Quel message d'espoir!

Je suis membre de l'Église catholique depuis ma naissance en 1929 et je n'ai jamais vraiment pu me reconnaître dans une Église qui accueillait « à condition que je fasse ceci ou cela... ».

Encore moins depuis ma première expérience des Exercices de Saint-Ignace en juillet 1967, accompagnée par un jésuite ami de la famille, Gilles Cusson.

C'était pendant les vacances de mon mari, il avait accepté de garder nos cinq enfants âgés de 14, 13, 11, 9 et 4 ans pour une semaine! Et pour moi, à l'intérieur de ces six, sept jours, c'est arrivé! J'ai compris, senti, vécu que j'étais aimée personnellement, inconditionnellement! Depuis toujours, pour toujours, comme tous les êtres créés! J'ai pleuré... Comment avais-je pu être aussi aveugle? Aussi longtemps? J'avais 38 ans!

Je n'oublierai jamais la joie ressentie! Le dernier jour de cette retraite, je me souviens avoir dit à Gilles : « Pourquoi vous, les jésuites, vous ne le dites pas à tout le monde que Dieu aime personnellement et inconditionnellement tous et chacun! ». Je me souviens encore de sa réponse : « Tu essaieras pour voir! »

Quarante-huit ans ont passé... J'ai souvent essayé... j'ai compris que ce n'était pas si facile... Mais j'essaie encore...

En cette dernière période de ma vie, ce qui me tient le plus à cœur, c'est que toutes les personnes, et plus particulièrement les aînés, entendent ce message : l'amour inconditionnel de notre Créateur pour toutes ses créatures.

Pendant que je suis encore là, il me semble que rien n'est plus important que de dire et de répéter ce que je crois : Dieu est Amour! Il a donné sa Vie pour notre salut à tous! Nous sommes sauvés!

Et 48 ans plus tard, je continue d'essayer de faire rayonner ce message : nous sommes sauvés...

Claire Deguire Boyer



*Dieu nous aime  
comme on est  
inconditionnellement  
comme un Parent pour ses enfants.*

# Club des 31

Bonjour chers lecteurs et chères lectrices du *Vivere* !

Le 7 mai prochain sera la *Journée mondiale de prières pour les vocations*. À cette occasion, la pastorale des vocations fait paraître son journal annuel, le *Voca-Lien*. Je serais heureuse de vous partager les cheminements vocationnels de certains de nos diocésains.

Pour recevoir le *Voca-Lien*, vous pouvez écrire à l'adresse courriel ou appelez au numéro au bas. Merci à chacune et chacun d'entre vous qui répondez, à votre manière et selon vos charismes, à l'appel de Dieu.

Que la paix de notre Seigneur vous accompagne quotidiennement !

Céline Wakil

*Responsable diocésaine de la pastorale des vocations  
et la mission auprès des jeunes adultes*

[celine.wakil@dsl.org](mailto:celine.wakil@dsl.org)

450.679.1100, p. 267



«Le Semeur»  
Oeuvre de Roger Alexandre

## LA MISSION DE *VIVERE*

- ♥ **Faire connaître la contribution des personnes âgées à la communauté en présentant des parcelles de leur vie, des expériences de bonheur, des récits d'engagement, des questionnements.**
- ♥ **Susciter la réflexion personnelle et alimenter les échanges avec d'autres.**
- ♥ **Soutenir leur quête de sens.**

**Les lecteurs et lectrices en font la promotion**

*Vivere* vient d'un mot latin signifiant VIVRE.

Il se prononce vivéré en français comme en italien

Bibliothèque du Centre diocésain, 740, boul. Ste-Foy, Longueuil J4J 1Z3  
Heures d'ouverture : mardi, mercredi et jeudi de 10 h à 16 h;  
fermée entre 12 h et 13 h