

## TÉMOIGNAGE DE COLETTE - L'envie de lui donner des moments de joie.

Nous sommes une famille nombreuse et unie : 4 enfants et 4 beaux-enfants, 11 petits-enfants, mon mari (78 ans) et moi-même (74 ans). Depuis 2019, nous constatons un changement insidieux mais total du comportement de mon mari : énervements, colères, angoisses qui se transforment en disputes, égoïsme, soit tout le contraire de ce que nous vivions avec lui auparavant. Est-ce dû à la prise d'âge, à la vieillesse ? Non, il doit y avoir autre chose...

Après énormément de difficultés à lui faire accepter de faire des examens (dont une ponction lombaire) et de rencontrer un neurologue, nous apprenons le diagnostic !!! Bien sûr, ce fut un choc terrible mais aussi un « soulagement » de savoir qu'il y avait une raison à ce changement total de caractère et de comportement.

Malgré l'annonce claire et nette de la maladie par le neurologue, mon mari, 3 ans après le diagnostic, est encore dans le déni total ou comme je l'ai appris lors du groupe de paroles, dans l'anosognosie...

Sachant que cette maladie est incurable, mais qu'on peut la ralentir, c'est la seule chose qui nous importait de savoir. Dons pas tellement besoin de beaucoup d'infos médicales, mais plutôt comment aider mon mari à vivre avec ce « mal-être » permanent et quotidien, comment l'aider à retrouver le goût de vivre ou simplement l'envie de faire quelque chose.

Au début, je pensais garder ce diagnostic plutôt secret, mais bien vite mes enfants m'ont persuadée qu'il valait mieux le partager avec les personnes amies ou appréciées. Ils ont eu raison.

Ce partage a entraîné de la bienveillance, de la compréhension, de la « bonne » compassion qui nous aident tous (à commencer par moi) à continuer le chemin !

Pour ma part, j'ai la chance d'avoir un mari encore en excellente forme physique et tout-à-fait indépendant, mais tellement différent de l'homme qu'il a été dans son comportement et son caractère ; c'est là que réside ma plus grosse difficulté, car je ne le reconnais plus du tout et je dois (et désire) l'aimer et l'accepter comme il est aujourd'hui !!!

J'ai eu la chance de rentrer dans un groupe de paroles organisé par Alzheimer Belgique.

Ce groupe permet l'échange et le partage mais aussi – et c'est très important – nous donne l'occasion non seulement d'être écouté mais aussi de recevoir énormément d'infos précises et précieuses de solutions, d'encadrements, d'aides, de soutiens, de « trucs » qui font prendre conscience qu'on n'est pas seuls... Et que des structures existent tant pour le bien de la personne malade que pour son entourage.

Force est de constater que le nombre de personnes vieillissantes atteintes d'Alzheimer ou autres ne font qu'augmenter. Il est donc très important que les pouvoirs publics prévoient des ressources supplémentaires pour développer les structures existantes, créent de nombreux emplois pour pallier à cette augmentation et donnent les moyens aux associations d'intensifier leur travail et de toucher le plus de monde possible.

Ce qui me donne le courage et la force de continuer à vivre et à sourire, c'est l'accumulation des bonnes choses partagées pendant plus de 50 ans, c'est l'affection de mes proches, c'est la bienveillance, c'est l'envie de lui donner des moments de joie et de profiter de ces moments « bénis ».