

INFO SANTÉ
LE DIABÈTE



VIE DES CLUBS
JOURNÉE
DÉPARTEMENTALE



VOYAGE
LA SICILE



Meilleurs vœux 2007

DOSSIER

LES NUISANCES ENTRE VOISINS

SOMMAIRE

SOMMAIRE

ÉDITORIAL

2007 SE TERMINE DÉJÀ !



PAGE 03

DOSSIER

LE VOISIGNAGE



PAGES 04-07

INFO SANTÉ

LE DIABÈTE - LE CHIKUNGUNIA



PAGES 08-10

INFOS PRATIQUE

LE VERSEMENT DE LA RETRAITE



PAGE 11

VIE DES CLUBS

LA JOURNÉE DÉPARTEMENTALE



PAGE 12-13

VOYAGE

LA SICILE



PAGE 14-15

2007 SE TERMINE DÉJÀ !

Pour l'ORIAPA ce fut une année consacrée à la réflexion sur le projet associatif. Avec le Conseil d'Administration et le Personnel nous avons revu nos engagements. Nous avons examiné dans le détail les actions que nous menions au jour le jour. Nous avons constaté, et ceci fait notre fierté, que nous ne nous sommes pas éloignés tout au long des 30 années qui font le passé de l'ORIAPA des objectifs que s'étaient fixés les fondateurs : information et aide aux personnes âgées.



Bien entendu les conditions de vie ont bien évolué depuis 30 ans et on pourrait imaginer que l'ORIAPA a fait son temps. Nous avons pu constater au cours de nos travaux qu'il n'en était rien. Les personnes âgées à la Réunion ont toujours besoin d'être informées et aidées. Pour exemple, vous trouverez dans ce numéro, la réponse que nous avons eue concernant le paiement des retraites, preuve qu'il en est que l'ORIAPA conserve encore aujourd'hui toute sa légitimité à intervenir pour et au nom des Personnes Agées. 2007 a donc été une année de réflexion mais également une année de réorganisation inter-

ne des services. En accord avec le Conseil d'Administration, nous avons procédé à la désignation d'une Directrice de l'ORIAPA en la personne de Marie-Hélène MONDON et de deux Attachées de Direction, Françoise PAYET à la maison de retraite ASTERIA, et Véronique PAYET au siège social de l'ORIAPA.

Les changements libèrent de ce fait le Président qui a délégué pratiquement toute la gestion administrative et financière à ces personnes. Il est donc libre mainte-

nant pour vous rencontrer plus souvent dans vos clubs et c'est bien ce qu'il a l'intention de faire pour être votre interprète auprès des autorités.

Il me reste à vous souhaiter de bonnes fêtes de fin d'année, de bien débiter 2008, et surtout de rester fidèles aux engagements de l'ORIAPA

Le Président
Charles KOEHLER

LES NUISANCES ENTRE VOISINS

Régulièrement, nous entendons que les voisins sont la source de problèmes de nuisances envers autrui. Nous-même pouvons occasionnellement provoquer des troubles momentanés ou réguliers qui engendrent des relations tendues avec nos voisins les plus proches. Perceuse à percussion ou coups de marteau le dimanche à 7 heures du matin, musique ou téléviseur à fond jusqu'à 2 heures du matin tous les jours et le week-end, aboiements de chien abandonné toute la journée, tags dans l'immeuble, les nuisances du voisinage sont parfois insupportables. Ces nuisances peuvent être passibles d'amende et de plainte auprès de la gendarmerie voire de dépôt de plainte auprès des tribunaux.

En outre, il est maintenant reconnu que le bruit peut engendrer des troubles importants dans le domaine de la santé (dépressions, irritation, troubles du comportement, stress...) Autant de maux qui pourraient être évités si chacun respectait les règles essentielles à la vie citoyenne.

Vous avez des voisins bruyants, envahissants, irrespectueux de votre tranquillité ? Ne laissez pas un litige s'envenimer ! Du règlement amiable à la saisie d'un tribunal, panorama des différents recours.

La justice ne sanctionne pas le « trouble de voisinage » en tant que tel. Mais elle sanctionne les excès.

Un bruit provoqué par vos voisins sera considéré comme une nuisance s'il porte atteinte à votre tranquillité « par sa durée, sa répétition ou son intensité » (art. R 48-2 du code de la santé publique).

NUISANCES DE VOISINAGE : QUELLE RÉGLEMENTATION ?

■ **Le bruit est la 1^{re} cause de litige entre voisins.**

- Les bruits « de comportement » ou domestiques sont les plus difficiles à combattre car

beaucoup sont inhérents à la vie en immeuble. Les comportements désinvoltes sont toutefois répréhensibles : le responsable de bruits incessants peut être condamné à verser des dommages et intérêts et à faire des travaux d'isolation phonique.

- Les bruits « d'entretien » (bricolage du dimanche, tondeuse à l'aube) doivent aussi rester « raisonnables ». Des arrêtés municipaux fixent les heures d'utilisation des perceuses, tondeuses, tronçonneuses... Renseignez-vous auprès de votre mairie.
- Le « tapage », provoqué par une fête par exemple, est sanctionné, contrairement aux idées reçues, qu'il soit diurne ou nocturne.

■ **Les odeurs gênantes**, venant d'un restaurant voisin, d'un barbecue proche ou d'un élevage sont considérées comme des nuisances lorsqu'elles sont répétitives. Bon à savoir : si un commerce est à l'origine de la nuisance, le service d'hygiène de la mairie peut intervenir.

■ **Gênes liées à la construction** : elles sont soumises à une réglementation stricte. Sachez qu'un voisin a le droit de pratiquer une ouverture donnant sur votre terrain si une distance de 1,90 m minimum la sépare de votre propriété. En revanche, la loi ne protège ni la vue, ni l'ensoleillement.

QUELS RECOURS EN CAS DE PROBLÈMES ?

Le règlement à l'amiable est la solution idéale. Allez discuter avec votre voisin. Il n'a pas toujours conscience de la nuisance qu'il occasionne. Suggérez-lui des solutions simples (poser de la moquette au sol, mettre un collier anti-aboiement à son chien...).

- Si vous êtes copropriétaire,

demandez une médiation au syndic.

- Rien ne change ? Envoyez à votre voisin un courrier recommandé avec accusé de réception exposant clairement vos griefs.

- **Tentez une médiation** (ex. : conciliateur de justice en cas de nuisance sonore). Renseignez-vous auprès de votre mairie ou du tribunal d'instance. Sachez toutefois qu'un médiateur n'a aucun pouvoir contraignant.

Aucune réaction ? **Faites constater** la nuisance par un policier, un gendarme ou un huissier. Si aucun procès-verbal ne peut être établi, vous pouvez porter plainte. Dans tous les cas, réunissez des preuves (photos, certificat médical) et des témoignages.

Le procès-verbal ou votre plainte sont transmis au pro-

cureur de la République.

Vous pourrez alors saisir un tribunal (pénal ou civil) pour faire valoir vos droits.

COMMENT VOUS FAIRE AIDER ?

- Une association de consommateurs ou d'aide aux victimes de nuisances pourra vous conseiller sur vos droits et recours, la jurisprudence, les procédures...

- L'idéal ? Penser à souscrire une assurance Protection Juridique. En cas de litige, vous bénéficiez d'un accompagnement complet pour :

- sauvegarder vos intérêts : aide à la rédaction de courrier, conseils pour orienter les démarches (mairie, police, association de défense),
- s'approprier le litige : action vers le tiers responsable,

- sélectionner l'orientation contentieuse : amiable ou judiciaire,
- organiser le recours : avocat, expertise, etc.,

- prendre en charge certains frais (honoraires d'avocats...).



BRUIT DES ANIMAUX

Les bruits des animaux constituent certainement la source la plus fréquente du contentieux relatif aux bruits de voisinage.

En effet, ces bruits sont, par nature, plus difficilement supportables que d'autres notamment lorsque l'on vit dans un immeuble collectif, en lotissement, dans une case, etc.

Tous les types d'animaux sont concernés par cette obligation de ne pas troubler la tranquillité d'autrui.

En outre, la signification généralement donnée à ces aboiements de chiens, cris de volatiles, etc., augmente la gêne de celui qui y est exposé, sachant que la bonne volonté des propriétaires suffirait, le plus souvent, en trouvant des aménagements adéquats, à diminuer, voire supprimer ces bruits.

QUELS SONT LES ÉLÉMENTS PRIS EN CONSIDÉRATION PAR LE JUGE CIVIL POUR APPRÉCIER L'INCONVÉNIENT ANORMAL DE VOISINAGE ?



La durée, la répétition du bruit

La durée pendant laquelle les animaux causent un trouble est que très rarement considérée, en tant que telle, par le juge civil.

C'est davantage la répétition de ces bruits, leur caractère intempestif, qui sont retenus pour apprécier le trouble.

le propriétaire d'un chien peut être condamné à réparer le trouble anormal subi par son voisinage, en raison de ces aboiements intempestifs.

Mais avant toutes choses (dépôt de plainte), il est souhaitable de rencontrer et de

discuter posément avec le propriétaire de l'animal afin de résoudre le désagrément et d'éviter ainsi des procédures désagréables et parfois coûteuses.

Certaines règles peuvent apaiser les tensions et prévenir les difficultés entre voisins.

Par exemple, si vous envisagez une fête, prévenez les voisins et pourquoi pas les inviter à partager ces moments festifs. Si votre chien aboie immodérément, prenez les choses en main et offrez-lui un collier diffuseur (à base de citronnelle) qui va l'inciter à se taire,



Pour éviter les tracas, il faut respecter les règles de respect mutuel et agir afin de permettre à chacun le droit au repos à son domicile. Comme nous le souhaiterions, nous-même, pour notre repos.

Et avant toute action, la tolérance, si le bruit ou la nuisance est ponctuelle et de courte durée, permet d'apaiser les relations entretenues avec le voisinage. Parfois quelques mots échangés feront la différence et le fait que l'on fasse un effort améliorera sans aucun doute le quotidien de chacun.

EN BREF

Le bruit vous empoisonne, comment y remédier ?

La recherche d'un arrangement amiable avec le voisin concerné est privilégiée. La première démarche est d'intervenir auprès de l'auteur des nuisances, verbalement dans un premier temps puis par écrit (lettre recommandée détaillée avec AR exposant le litige).

Si le litige a pour origine le non-respect du contrat de location ou du règlement de l'immeuble (tapage diurne ou nocturne, cris, voies de

fait ou nuisances diverses), il est conseillé d'informer l'organisme bailleur (antenne SHLMR, SIDR, régie de l'immeuble) et, s'il y a lieu, le propriétaire du logement en cause (particulier, agence immobilière, syndic) afin qu'il intervienne auprès de l'auteur des désordres pour rechercher la solution du différend. Le propriétaire peut menacer son locataire de mettre fin au contrat de location, si les troubles causés sont sérieux. Suivant la gravité des faits, il est possible de déposer une main courante à la gendarmerie ou au commissariat de police.

LE DIABÈTE

Gourmand ou fragile, chacun doit faire attention au diabète et se prémunir devant cette maladie. Souvent, le diabète est détecté tardivement par les malades et il devient urgent de consulter.

Mais avant toute chose, pourquoi ne pas, dès à présent, faire attention à nous et respecter quelques règles de vie !

Ces précautions pourront améliorer votre santé et combattre le diabète avec efficacité !

En situation normale

C'est grâce à l'insuline secrétée par le pancréas que le sucre que nous mangeons pénètre dans les cellules des organes de notre corps, pour apporter l'énergie nécessaire à la vie.

La glycémie (taux de sucre dans le sang) est alors normale.

En cas de diabète

Il y a un excès de sucre dans le sang, c'est-à-dire une hyperglycémie, liée à un manque d'insuline et donc une moins bonne utilisation du sucre.

Dans le diabète gras, ou diabète « non insulino-

pendant », le plus fréquent (80 % des cas), l'insuline est encore fabriquée par le pancréas, mais ne suffit plus à équilibrer la glycémie : il faut l'aider par une alimentation régulière et équilibrée, l'exercice physique, les médicaments si besoin, parfois un peu d'insuline en complément.

Le diabète maigre ou diabète « insulino-dépendant » est beaucoup plus rare et apparaît

le plus souvent pendant l'enfance ou l'adolescence. Il est dû à l'absence d'insuline qu'il faut donc remplacer en l'apportant par piqûre.

La consommation exagérée d'alcool détruit le pancréas (c'est la « pancréatite chronique ») et entraîne également un diabète par

manque d'insuline ressemblant au diabète maigre.

Lorsque le diabète apparaît, c'est pour toute la vie. Méfions-nous, le diabète est une maladie grave qui évolue d'abord très discrètement sans douleur.

Il est indispensable de faire un dépistage précoce. Seule une prise de sang permet de s'en apercevoir avant que ne surviennent les signes caractéristiques (soif, urines en grandes quantités, fatigue, infections...).

Dépister un diabète débutant permet de vivre normalement et sans complication, à condition d'adopter un mode de vie adapté et de prendre, si nécessaire, des médicaments. C'est pour cela qu'un dosage régulier et systématique de la glycémie doit être fait chez tous les sujets appartenant à une famille de diabétiques, ainsi que chez les personnes



en surpoids et celles qui souffrent d'hypertension.

Qu'est-ce que le diabète ?

Gras ou maigre, le diabète reste, en France, la première cause de cécité (perte de la vue) et d'**insuffisance rénale grave** (dialyse).

- L'excès de sucre dans le sang diminue la résistance de l'organisme aux infections, abîme les vaisseaux, les nerfs et peut conduire à une amputation.
- Ces complications apparaissent d'autant plus souvent et d'autant plus vite que le diabète est mal équilibré : régime alimentaire non respecté ou médicaments mal dosés.

PRÉVENTION DU DIABÈTE ET DE SES COMPLICATIONS

Manger équilibré, :
prendre 3 repas/jour,
à des heures régulières et
à chaque repas, n'oublier
aucun groupe d'aliments
indispensables :

- **de la viande**, du poisson ou des œufs ; une petite portion le midi et le soir, en faisant attention aux graisses cachées des viandes et de la charcuterie.
- **des légumes crus ou cuits** à tous les repas : tous sont autorisés.
- **des fruits frais** 1 à 2 par jour, à prendre en fin de repas.

- **des produits laitiers** à chaque repas (attention aux graisses cachées des fromages et du lait entier).

- **un peu de matières grasses** : un peu d'huile pour roussir, en mesurant la quantité avec une cuillère.

- **riz ou pain**, ou autre féculent en quantité adaptée à son activité physique, bien répartis sur chacun des 3 repas

Pratiquer une activité physique régulière

Éviter alcool et tabac

Avoir une hygiène corporelle soignée, en particulier au niveau des pieds.

Toutes les personnes diabétiques doivent contrôler régulièrement : tension artérielle, glycémie et hémoglobine glyquée (tous les 3 mois), cholestérol et triglycérides (tous les 6 mois), albumine dans les urines et bilan ophtalmologique (1 fois/an).

Pour tous renseignements vous pouvez contacter

la Maison du Diabète

Antenne Nord

16 bis ruelle Lacordaire

97 400 Saint Denis

Tel : 0262 20 31 20

Antenne Sud

Appartement N° 2

185 rue Hubert de Lisle

97 430 Le Tampon

IMPORTANT

Rappel

Qu'est-ce que le Chikungunya ?

C'est une maladie qui peut être très douloureuse, avec une forte fièvre, des douleurs aux articulations, des rougeurs et boutons qui ressemblent à la rougeole. À ce jour, il n'y a ni vaccin, ni traitement pour la combattre.

LE CHIKUNGUNYA ET LA DENGUE TOUJOURS PRÉSENTS SUR L'ILE

Un risque toujours d'actualité Il y a deux ans, maintenant, commençait l'épidémie liée à l'apparition du Chikungunya. Les risques présentés lors de notre numéro 48 de Force 3 sont toujours actuels même si nous constatons que les cas ne sont pas évoqués.

La Réunion doit rester vigilante et particulièrement les personnes "dites" à risques : personnes âgées, malades, les enfants...

Nous devons faire face à ce virus qui reste présent tout comme la dengue. Chacun d'entre nous doit rester mobilisé !

Comment attrape-t-on le Chikungunya ?

- Par un moustique

Par une personne qui a la maladie. Celle-ci est piquée par un moustique emportant un peu de son sang. Il emmène avec lui la maladie et quand il va ensuite piquer une autre personne, il transmet la maladie. Il est donc important de tout faire pour ne pas se faire piquer.

Comment éviter de se faire piquer et ne pas attraper la maladie ?

Il faut se protéger :

en mettant des vêtements longs et clairs.

En utilisant des produits qui les éloignent (répulsifs), tortillons, crème ou gel, diffuseurs...)

En évitant de sortir à certaines heures de la journée (lever et coucher du soleil)

Il faut nettoyer autour de la maison et dans le voisinage

Le moustique pond dans des endroits humides et les larves vont se développer dans tous les endroits où il y a de l'eau Il faut donc :

- Retirer les soucoupes sous les plantes
- Vider les récipients qui sont dans la cour. Ils retiennent l'eau de pluie et les moustiques viennent pondre dedans.
- Ramasser tous les déchets et les encombrants dans les

endroits prévus (déchettes, jours de ramassage, par les communes, bac à composte...)

- Demander à ses voisins de faire de même afin que les moustiques ne viennent plus dans le voisinage.

Toutes ces précautions font partie du devoir de chaque personne ne voulant pas attraper la maladie.

C'est une action individuelle et citoyenne.

LUTTER CONTRE LES MOUSTIQUES EST L'AFFAIRE DE TOUS !

Que faire si l'on est malade ? Si les moustiques vous ont piqué, il se peut que les symptômes ne se manifestent pas tout de suite, il faut compter, en général, entre 4 et 7 jours).

Mais dès leur apparition : fièvre, douleur aux articulations, éruption cutanée, malaise, etc.

Il faut voir son médecin Et si le cas est grave, aller aux urgences !

Dans le Sud au CCHSR de Saint Pierre

Dans l'Ouest au Centre Hospitalier Gabriel Martin de Saint-Paul

Dans l'Est, à la Clinique de Saint-Benoît

Dans le Nord, au CHD de Bellepierre

Dans tous les cas, pour se rendre aux urgences :

il faut se munir de sa carte vitale

se munir de la carte de la Mutuelle si vous en avez une **SURTOUT CONTINUER A SE PROTÉGER**

La Réunion doit poursuivre "la guerre" contre le CHIKUNGUNYA.

Nous devons tous être mobilisés.

LUTTER CONTRE LES MOUSTIQUES, C'EST PROTÉGER NOTRE SANTÉ ET CELLE DE NOTRE ENTOURAGE



À PROPOS DE...

LE PAIEMENT DES RETRAITES

Lors de l'Assemblée Générale, l'ORIAPA s'était engagée à saisir les représentants de la Nation, Députés et Sénateurs, pour leur poser la question du paiement des retraites.

Voici le texte de l'intervention de Madame BELLO à l'Assemblée Nationale et une partie de la réponse du Ministre, Monsieur Xavier BERTRAND.

On constate dans cette réponse qu'en métropole les retraites sont versées le 8 du mois. Il y a donc déjà une réelle différence avec la Réunion ! Le Ministre nous annonce qu'il s'engage à valoriser les petites retraites car dit-il « c'est une question de justice sociale ».

Il nous reste à rester vigilants sur les réponses qui seront apportées.

Séance du mardi 9 octobre 2007 - 2^e séance - 6^e séance de la session

1^{re} partie : Présidence de M. Bernard Accoyer La séance est ouverte à quinze heures.

QUESTIONS AU GOUVERNEMENT

VERSEMENT DES RETRAITES

Mme Huguette Bello – Le montant moyen des pensions de retraite du régime général – à peine 600 euros par mois – est très faible ; le nombre de retraités vivant en dessous du seuil de pauvreté, intolérable. Depuis la réforme de 2003, le pouvoir d'achat des personnes retraitées ne cesse de diminuer, et la revalorisation des retraites, en particulier des petites retraites, devient une urgence, d'autant que ces personnes ne bénéficieront pas de l'exonération des heures supplémentaires décidée par le Gouvernement pour améliorer le pouvoir d'achat.

La situation est aggravée par la date du versement des pensions, qui a lieu le 10 du mois suivant, voire, comme à la Réunion, le 15 ! C'est un arrêté ministériel de 1986 qui a instauré ce système, au nom de contraintes de trésorerie. Il en résulte pourtant un décalage insupportable entre le moment où les pensions sont perçues et celui où ces personnes doivent faire face à leurs diverses échéances, décalage qui se traduit, pour les plus modestes, par des découverts bancaires. Monsieur le ministre du travail, comment comptez-vous revaloriser les pensions pour mettre un terme à la baisse du pouvoir d'achat de ces personnes ? N'est-il pas temps, par ailleurs, de faire

en sorte que les pensions soient versées au début du mois ?

M. Xavier Bertrand, ministre du travail, des relations sociales et de la solidarité – C'est parce que les cotisations des entreprises sont versées le 5 du mois que les pensions le sont le 8 ou le 9. Un travail a déjà été mené en métropole pour régler les problèmes de délais bancaires, et je suis prêt à mener le même travail outre-mer, afin que personne n'y soit pénalisé. En ce qui concerne le montant des petites pensions, la loi de 2003 a garanti, pour la première fois, leur pouvoir d'achat. Les partenaires sociaux, qui se réuniront à la fin du mois de novembre dans la commission d'étude de la revalorisation des pensions, nous diront si, ces trois dernières années, le pouvoir d'achat a baissé.

En 2007, en tous cas, les pensions ont augmenté de 1,8 %, pour une inflation de 1,3 % : il y a donc un gain de pouvoir d'achat. Nous avons été les seuls, durant la campagne électorale, à nous engager à revaloriser les retraites modestes, car trop de Français vivent avec le minimum vieillesse, qui est insuffisant. Certains retraités du commerce, de l'artisanat, de l'agriculture, se retrouvent même, malgré une carrière complète, en dessous de ce minimum. Nous aurons ce rendez-vous en 2008 ; c'est une question de justice sociale !

LA SICILE ET LES ILES ÉOLIENNES

Du 10 au 25 septembre 2007, 25 personnes sont parties à la découverte de la Sicile.

Échos d'un voyage découverte par Michèle et Jean-Charles

J'ai tant aimé voir Syracuse... Palerme et sa cathédrale de Montreale, toute dorée par des milliers de mosaïques, le palais des Normands, la chapelle palatine : toute une succession d'influences et d'architectures : phénicienne, arabe, normande, aragonaise.

Erice, sur son piton avec ses remparts phéniciens.

Selinunte et ses temples grecs.

Agrigente, fondée par les grecs, détruite par les carthaginois, reconstruite par les romains.

Piazza Armerina à côté de laquelle la villa romaine du Casale expose des mosaïques magnifiques.

Syracuse, avec son théâtre grec, son amphithéâtre romain, ses temples et sa cathédrale construite dans un temple grec. Taormina, son théâtre grec modifié par les romains et construit face à l'Etna.

Lipari, Stromboli, Naples et sa baie unique, la côte amalfitaine : 15 jours de bonheur à la découverte de la Sicile et de ces îles éoliennes qui en font un vrai paradis pour les yeux, baigné par la douceur d'un soleil

de septembre et offrant à perte de vue ses oliviers, ses citronniers et sa flore méditerranéenne. Durant ce voyage, nous avons particulièrement apprécié l'efficacité et le dévouement de notre chauffeur Mickael, le savoir et les compétences linguistiques de notre accompagnatrice Lilliane et la gentillesse avec laquelle nous avons été accueillis par toutes les personnes du groupe de l'ORIAPA. Entraide, amitié, simplicité, joie de vivre, voilà qui résume assez bien ce qui a fait de cette escapade italienne, un voyage réussi.

Michèle et Jean-Charles



JOURNÉE DÉPARTEMENTALE 2007

Comme chaque année, la Journée Départementale de l'ORIAPA a connu un vif succès.

Spectacles de haut vol, public en liesse, humour et détente furent au programme de cette Journée.

La commune de Saint Paul a accueilli l'ensemble des clubs qui se sont déplacés des 4 coins de l'Ile. Ponctué par les interventions de Gilles Mallet, la « scène » s'est ouverte sur de nombreux artistes qui ont su apporter la joie dans la foule après la traditionnelle messe d'ouverture. La présence de Mangaye a déridé les plus rétifs et la poésie lue avec émotion par la conteuse (Chantal TALISE) a rassemblé dans un même élan l'assemblée attentive et émue. Souvenons-nous aussi du message proclamé par le groupe interreligieux présent à l'office qui nous a rassemblés

- arrache de nos cœurs toute pensée fratricide
- libère-nous des passions mauvaises
- donne-nous le courage de la vérité
- apaise les cœurs et anime-nous du principe du respect de toute vie humaine et de l'esprit de tolérance et du pardon"

Adhérents de l'ORIAPA ce message est important pour nous dans nos actions au quotidien !



POÉSIE

Ce poème trouvé dans les affaires d'une personne âgée, décédée dans un hôpital, est un grand cri. C'est aussi une leçon !



La vieille femme grincheuse

Que vois-tu toi qui me soignes, que vois-tu ?
 Quand tu me regardes, que penses-tu ?
 Une vieille femme grincheuse, un peu folle
 Le regard perdu, qui n'y est plus tout à fait
 Qui bave quand elle mange et ne répond jamais.
 Qui, quand tu dis d'une voix forte
 « essayez »
 Semble ne prêter aucune attention à ce que tu fais.
 Et ne cesse de perdre ses chaussures et ses bas.
 Qui, docile ou non, te laisse faire à ta guise
 Le bain et les repas pour occuper la longue journée grise.
 C'est ça que tu penses.
 C'est ça que tu vois ?
 Alors, ouvre les yeux, ce n'est pas moi,
 Je vais te dire qui je suis, assise là si tranquille
 Me déplaçant à ton ordre, mangeant quand tu veux.
 Je suis la dernière de dix, avec un père et une mère.

Des frères et des sœurs qui s'aiment entre eux.
 Une jeune fille de seize ans, des ailes aux pieds.
 Rêvant que bientôt elle rencontrera un fiancé.
 Mariée déjà à vingt ans, mon cœur bondit de joie.
 Au souvenir des vœux que j'ai fait ce jour-là.
 J'ai vingt-cinq ans maintenant et un enfant à moi.
 Qui a besoin de moi pour lui construire une maison.
 Une femme de trente ans, mon enfant grandit vite.
 Nous sommes liés l'un à l'autre par des liens qui dureront.
 Quarante ans, bientôt, il ne sera plus là.
 Mais mon homme est à mes côtés qui veille sur moi.
 Cinquante ans.
 À nouveau jouent autour de moi ces bébés
 Nous revoilà avec des enfants, moi et mon bien-aimé.
 Voilà les jours noirs, mon mari meurt.
 Je regarde vers le futur en frémissant de peur.

Car mes enfants sont tous occupés à élever les leurs.
 Et je pense aux années et à l'amour que j'ai connus.
 Je suis vieille maintenant et la nature est cruelle
 Qui s'amuse à faire passer la vieillesse pour folle.
 Mon corps s'en va, la grâce et la force m'abandonnent.
 Et il y a maintenant une pierre là où jadis j'eus un cœur.
 Mais dans cette vieille carcasse, la jeune fille demeure.
 Le vieux cœur se gonfle sans relâche.
 Je me souviens des joies, je me souviens des peines
 Et à nouveau je revis ma vie et j'aime.
 Je repense aux années trop courtes et trop vite passées
 Et accepte cette réalité implacable que rien ne peut durer.
 Alors ouvre les yeux.
 Toi qui me soignes, et regarde
 Non la vieille femme grincheuse. Regarde mieux. Tu me verras.

Le Malsouffrant

Kossa ti voit ?
 Ou qui occupe de moin, kossa ti voit ?
 Kan ou regarde a moin, kossa ti pense ?
 Un' vieille fem' qui aime disputé,
 Un peu fofolle.
 Mon yeux i voit
 Mais, kossa mi regarde vraiment ?
 Mi have kan mi mange
 Mi répond a toué jamais kan ti crie : « Essaye »
 Ou croit mi fé pi attention
 A tout çak ti fé.
 Lé vrai mi arrête pas d'oublié
 Mon soulier avek mon chaussettes.
 Ke mi veux ouk' mi veux pas,
 Mi laisse a toué faire a out manière
 Baigne a moin, donne a moin mangé
 Pou fé passe tout' se band' grand journées tristes.
 C'est ça ti pense ?
 C'est çak ti voit ?
 Alors ouv' out' yeux,
 Lé pas moin ça
 Ma dire a toué kissa mi lé
 Assise a toué la bien tranquille, bouge pas !
 Mi bouge kan ti vé
 Mi mange kan ti vé
 Moin c'est la dernière
 De dix enfants
 Avec un' papa et un' momon
 Frères et sœurs nous aime a nous
 Un' jeune fille de seize ans

Avec Kom' ki diré
 D'zailles su le pied
 Révant ke tantôt
 Elle va bec un zézère
 A vingt ans, voilà ke moin té déjà marié
 Mon cœur i bat dans mon dos
 Mi souviens band' vœux
 moin la fé dan' tan la
 Kan mes vingt-cinq ans l'a sonné ;
 Mon premier z'enfant té la !
 Lu la besoin d'moin pou construire a li un case
 Voila ke moin néna trente ans
 Mon z'enfant i grandi vite
 Nou lé amarré par un z'affaire
 Ki dure, ki dure, ki dure longtemps
 Domoun i appelle ça « ETERNEL »
 Quarante ans, i tarde pas trop, li s'ra pu la
 Mais mon l'aimé lé la
 Et li veille su moin
 Cinquante ans, et in tas ti bébé autour de moin
 Hé oui, voila nous la avec ti marmailles
 Mon l'aimé et moin même
 Mon z'étoile quatre heure la fine déviré
 La arrête brillé pou moin
 Mon l'aimé la parti pou toujours !
 Mi essaye regard' pou les jours devant moin
 Mais la peur i fé gaign' a moin tremblad !
 Mon band z'enfant lé occupé
 A soign' sat zot
 Et moin mi pense a toutes band' z'années passées

Et a l'amour ke moin la connu
 Moin lé vieille zordi
 Et la nature lé cruelle
 Elle i amuse a elle
 Pou faire croire kan toué lé vieille ot tête lé pu bon
 Mon corps i sa va
 La grâce et la force i abandonne a moin
 Mi sent ke moin néna comme un gros galet « LA »
 Où ke moin navé un cœur
 Mais dans ce vieux carcasse
 Néna un jeun' fille i guette a zot !
 Mon vieux cœur i sa pété
 Li arrèt' pi
 Mi souvient kan moin lété content,
 Kan moin lété peiné !
 Et kan mi repense band z'années
 Ke finalement té bien courtes
 Et ke la passe trop vite,
 Et moin lé bien lé bien obligé de porte ma croix
 Tel ki lé !
 L'es vrai ke rien
 Lé éternel !
 Alors ouv' out yeux
 Ou Même ki soign' à moin
 Et « AGARDE »
 Non, non, pas la vieille fem'
 Ki aime disputé tout l'temps...
 Agarde, agarde mieux
 Agarde mieux, t'a war'
 A ou, a ou
 ZOT TOUTE !

(Traduction TALISE B.M.C
 & Jeannette A.R.)

RÉSIDENCE ASTÉRIA

EHPAD

(ETABLISSEMENT
D'HÉBERGEMENT POUR PERSONNES
AGÉES DÉPENDANTES)

