

L'Adaptation Naturelle

Par : Zoë Comeau, Collaboratrice aux projets à la FFANE

« Pour aider quelqu'un, si tu ne t'aides pas ça devient difficile. Y'a des vagues dans la vie » dit Louise Migneault, une personne aidante qui prend soin de son mari ces dernières années. Cela a commencé quand son mari a été diagnostiqué avec une maladie pulmonaire obstructive chronique (MPOC) – une maladie qui l'empêche de respirer.

Une bonne fois, alors qu'elle parlait avec le docteur de ses occupations à la maison, il lui a dit qu'elle était devenue une personne aidante sans même le savoir. Pour Louise, prendre soin de son mari, c'est naturel. Elle ne se soucie pas du nombre d'heures qu'elle prête à donner pour aider son conjoint au fil de la journée.

Le mari de Louise ne peut qu'avec difficulté monter et descendre les escaliers à cause de sa maladie. Vivant dans une maison qui n'était ni équipée ni ajustée aux nouveaux besoins de son mari, Louise a dû s'adapter pour qu'ils puissent continuer à vivre une pleine vie malgré la condition de son mari. Ils s'amusent toujours à faire des tours de voiture, à aller camper – qu'importe les limitations, le beau couple continue à vivre dans le moment présent. Ils ne s'arrêtent pas, mais apportent plutôt des modifications à leurs activités ce qui leur permet de continuer à vivre le plus normalement possible.

Même à 62 ans, en plus de son rôle comme personne aidante, Louise a un emploi rémunéré de 30 heures par semaine et prend aussi d'autres petits contrats sur le côté. Grâce à la prestation d'invalidité du Gouvernement fédéral, Louise peut prendre du temps pour elle-même afin d'adoucir la fatigue qu'elle ressent en tant que personne aidante. Avec le soutien de sa sœur, et tant qu'elle garde un œil sur son cellulaire, Louise est capable de vivre une pleine vie avec la nature, la méditation et d'autres gens qui vivent des situations similaires sans se sentir isolée.

« On devient une personne aidante sans le vouloir, par amour. C'est juste que la vie te l'amène parfois. »

S'il y a une chose qu'on peut bien apprendre de Louise, c'est d'accepter sa situation, et d'apprendre à s'adapter !