

*Des visites*  
**aux PERSONNES ÂGÉES ISOLÉES**

“  
Prendre un vieillard par la main  
Pour l'aider sur son chemin  
Lui apporter un peu de réconfort  
Pour qu'il se sente plus fort  
Prendre un peu, beaucoup de temps  
Pour des moments charmants  
Et ne plus voir tant de relégués  
Au ban de la société

Prendre un vieillard par le cœur  
C'est lui donner du bonheur  
Adoucir et rendre le poids des ans  
Un tantinet moins pesant  
Prendre un vieillard pour un roi  
C'est en recueillir la joie  
Celle que l'on garde au cœur pour toujours  
Du meilleur de nos amours”

Une chanson d'Yves Duteil revisitée



*Ils s'appellent Claire, Louis  
ou Robert. Ils sont retraités.  
Et ils consacrent un peu de  
leur temps aux autres.*



**Pour plus d'informations :**  
**Carsat Auvergne**  
**Service social Assurance Maladie**  
Cité administrative - Rue Pélissier  
63036 Clermont-Ferrand Cedex 9

**CLIC de Billom**  
Rue St Loup  
63160 BILLOM  
clic.billom@wanadoo.fr  
04 73 60 48 85

**ET VOUS ?**



## Des visites aux PERSONNES ÂGÉES ISOLÉES

### Pourquoi ?

*Parce qu'il n'y a pas d'âge* pour faire de nouvelles rencontres et égayer son quotidien, des retraités bénévoles rendent visite à des personnes qui se sentent isolées.

*Parce qu'accueillir* un bénévole et partager des activités comme un jeu de cartes, une promenade ou une simple discussion permet de passer un moment convivial.

*Parce que le quotidien* devient parfois pesant, ces rendez-vous réguliers laissent place à la détente, à l'échange et au partage.

## Être BÉNÉVOLE

### Pourquoi ?

- 🌀 Pour redonner le sourire, réchauffer le cœur ou écouter dans la simplicité de rencontres régulières.
- 🌀 Pour donner un peu de son temps et partager avec quelqu'un des activités qui l'aideront à se sentir mieux.
- 🌀 Pour sortir de son quotidien et rencontrer de nouvelles personnes.

### Comment ?

- 🌀 Le réseau de bénévoles est accompagné par le Service social de l'Assurance Maladie Auvergne et le Clic de Billom.
- 🌀 Lors de réunions, chacun peut revenir sur les moments qu'il a passés avec la personne qu'il visite : aborder les joies ou les difficultés.
- 🌀 À cette occasion, les bénévoles bénéficient aussi de l'intervention de différents professionnels pouvant répondre à leurs interrogations : psychologue, diététicien...

*Des instants de convivialité  
à des rythmes choisis et partagés  
Des moments qui rythment le temps  
Des temps qui mettent de la vie  
dans le quotidien*



Nicole (Vertaizon)

*Chaleur - Sourire - Solidarité - Partage - Amour - Espoir*

“Dès ma retraite, j'ai su que je voulais visiter des malades ou des personnes en situation de solitude. Ma seule question était : comment ?

Ce n'est que lors d'une rencontre avec une élève infirmière que j'ai discuté de mon projet. Elle avait fait des stages pour ses études en gériatrie et je me rappelle encore aujourd'hui sa réaction très spontanée : “Va vers les personnes âgées, il y a peu de visiteurs et de gros besoins”.

Par l'intermédiaire du Clic et de la Carsat Auvergne, un groupe de bénévoles a été constitué : c'est donc ainsi que je vais visiter une dame seule. J'essaie de lui apporter chaleur et affection. Chaque semaine elle m'attend et je suis très heureuse de la retrouver, nous allons nous promener, prendre un café...

Prendre soin des autres ne va pas de soi, cela exige un “mental disponible”. Il faut se rendre présent pour la personne, dépasser les contraintes du temps et voir toujours en priorité en face de soi une personne qui vit, qui voit, qui pense, qui a des sentiments, qui espère... et qui a toute sa dignité. Nous devons être des compagnons de route sans nous laisser trop envahir par l'émotion qui peut nous toucher, pas facile...

Autour de moi, cette activité étonne : “Ce n'est pas gai, ça doit te démoraliser”. Ce à quoi je réponds : “Si vous saviez comme il est bon d'avoir un sourire, un merci, combien il est réconfortant de se sentir utile, vraiment je ne regrette pas ce temps et je suis très heureuse des moments partagés avec la personne que je visite.”