

La solidarité **locale** se conjugue au quotidien

Le 8 mai, nous célébrons la Journée mondiale de la Croix-Rouge. A cette occasion, nous recherchons des bénévoles dynamiques pour développer nos prestations d'aide et d'accompagnement en faveur des personnes âgées, en situation de handicap ou isolées.

« C'est encore arrivé hier, en fin de soirée. Mais pourquoi me téléphone-t-elle avec tant d'insistance ? Je suis pourtant bien présente à ses côtés. Le lundi et le mardi, je dîne avec elle. Le mercredi, nous faisons les courses ensemble. Le jeudi, nous buvons le thé dans le restaurant qu'elle adore, à côté du village où elle a grandi. Le vendredi... Ah non, c'est vrai, je garde mon petit-fils. Quant au week-end, je passe en vitesse la voir si tout va bien, puis j'essaie de prendre un peu de temps pour moi, surtout en soirée, quand je ne suis pas trop fatiguée. J'oublie presque que je mène aussi une activité professionnelle en parallèle.

J'aide, j'accompagne et je prends soin de ma maman âgée de 81 ans, alors que je suis moi-même grand-mère. Elle se sent isolée. Elle n'est plus assez en forme pour sortir seule et moi, je me sens épuisée et finalement aussi isolée dans cette aventure. Je ne peux pourtant pas l'abandonner. Quand j'en parle autour de moi, certains me répondent que c'est normal de s'occuper de sa famille. D'autres ne comprennent pas pourquoi je m'investis autant sans remerciement de sa part. Pourtant, il paraît que je ne suis pas la seule dans cette situation. En découvrant récemment le [témoignage](#) de Philippe Jeanneret, j'ai réalisé que je suis **une proche aidante...** »



De nombreuses personnes s'occupent d'un proche atteint dans sa santé et son autonomie. Demander de l'aide n'est pas aisé. C'est un cheminement individuel qui nécessite du temps. Si vous aimez le contact et désirez agir concrètement dans votre région, vous êtes alors la personne adéquate pour vous engager en tant que bénévole dans notre [Service d'aide et d'accompagnement](#). Celui-ci comprend une prestation destinée aux proches aidants. En offrant votre temps et vos compétences, vous apporterez ainsi votre soutien à un proche aidant en prenant le relais à domicile. Vous partagerez avec la personne aidée différentes activités, telles qu'un moment de lecture, la confection puis le partage d'un repas ou l'accompagnement lors d'une promenade.

La Journée mondiale de la Croix-Rouge est l'occasion de rappeler ce qui guide nos actions. Le Principe Fondamental d'Humanité incite à nous investir pour porter les valeurs de respect, de tolérance et de lutte contre l'exclusion. Pour concrétiser cet engagement sur le terrain, nous développons cette année nos prestations d'aide et d'accompagnement dans les régions de **La Côte, du Nord vaudois, de Payerne et d'Avenches**.

Serez-vous [présents](#) à nos côtés pour faire rimer proximité avec solidarité ?

Stéphane Ballaman
Co-Responsable du Secteur Social & Bénévolat