

# **Portrait de Marlène Tavarès, Bénévole Patient Expert pour l'AFD Ile-de-France**

## **Qu'appréciez-vous dans le fait que l'AFD Ile-de-France fasse partie de la Fédération Française des Diabétiques ?**

Quand j'ai rejoint l'AFD Ile de France, je ne faisais pas de différence avec la Fédération Française des Diabétiques. J'ai initialement adhéré pour une question d'assurance-crédit immobilier avant d'apprécier le contact avec les autres bénévoles et m'intéresser aux différentes tables rondes et initiatives organisées permettant le rapprochement avec les personnes diabétiques et non diabétiques. J'ai été très vite emballée par toutes les actions proposées.

## **Quels sont les apports de cet engagement au quotidien ? Dans votre vie personnelle, professionnelle ... ? Quels conseils à donner à une personne qui hésiterait à se lancer dans le bénévolat ?**

Mon métier d'infirmière et mon engagement auprès de l'AFD sont complémentaires malgré leurs différences. J'ai choisi ces 2 axes pour être proche de la population, pour aider autrui, guider vers des solutions, faire de la prévention ... tout ce que je fais aujourd'hui. Mon métier d'infirmière tente d'apporter des solutions aux problèmes de santé, l'AFD permet une action préventive en amont pour freiner les problèmes de santé. Administratrice depuis 2 ans à l'AFD Ile de France, j'ai reçu il y a un an la formation Bénévole Patient Experte (BPE) me permettant d'agir au sein des centres hospitaliers et participer aux ateliers d'Education Thérapeutique du Patient (ETP). Grâce à différentes initiatives, j'ai appris à me faire confiance, à partager mes expériences personnelles auprès de différents publics. Je me découvre et me dépasse tout en partageant avec les autres de façon humaine et authentique.

## **Le mot de la fin ?**

Si vous avez peur de vous engager : faites comme moi et lancez-vous, découvrez vos points forts et sachez que vous n'êtes jamais seuls !