Nos lignes d’écoute solidaire et psychologique sont toujours en place !

Depuis le mois de mai, la Fédération propose deux lignes d’écoute pour soutenir les personnes diabétiques dans leurs difficultés quotidiennes : vous êtes nombreux à appeler et nous vous remercions de votre confiance !

Les besoins, souvent fondamentaux, que vous exprimez lors de ces appels sont nombreux : se savoir écouté, se sentir compris lorsque nos proches ne sont pas en mesure de le faire, pouvoir parler de soi, de son vécu difficile, passé ou actuel, sans se sentir jugé. Ces besoins essentiels remplis par nos bénévoles et par les psychologues de PsyFrance ont permis cette année à de nombreuses personnes de déposer leurs angoisses dans des moments parfois charnières de leur vie.

Les psychologues ont pu aider les personnes qui les ont sollicités à comprendre le mécanisme de leurs peurs pour en désamorcer les effets, les amener à des solutions concrètes pour retrouver un meilleur moral par des activités, parfois simples, comme marcher quotidiennement pour s’aérer et changer de point de vue, ou encore orienter vers d’autres professionnels. Prendre rendez-vous chez son médecin ou chez un spécialiste pour reprendre sa santé en main, actionner des leviers à portée de main pour repenser sa vie professionnelle en s’informant sur ses possibilités d’évolution, de formation, ou encore remplacer pour un ou deux appels le psychologue vu habituellement sont des solutions qui ont pu être apportées à de nombreux appelants.

Quant aux bénévoles patients experts, formés à l’écoute active et bienveillante, ils ont pu s’entretenir avec près de 200 personnes et leur implication est totale, comme l’une de nos bénévoles l’écrit : « Avec l'ouverture de la ligne solidaire par notre Fédération, j'ai voulu tout de suite m'engager pour soutenir ceux qui avaient besoin de parler, trouver de l'écoute et des solutions dans leurs difficultés. » Un autre nous raconte que, « après plusieurs permanences, le bilan est très positif, les appelants sont très agréables et l'on voyage au travers des appels. […] La formation BPE (bénévole patient expert) prend tout son sens, avec la mise en application de l'écoute, l'analyse puis les informations que nous transmettons. […] Ce qui remonte de cette expérience, c'est que l'on se retrouve à répondre au plus près des attentes de l'appelant. L'écoute individualise l'information et les conseils. L'expérience n’est que du bonheur. » Les sujets d’aide sont très variés et englobent le diabète, la pandémie et toutes les problématiques qui peuvent en découler (traitement, peurs, vie professionnelle et familiale, équilibre alimentaire…), les difficultés professionnelles… mais il y a aussi de simples envies de parler pour se sentir rassuré, toujours dans des échanges très chaleureux.

Si vous aussi :
Vous avez besoin de parler à une autre personne atteinte de diabète comme vous, formée à l’écoute, vous pouvez appeler le 01 84 79 21 56, du lundi au vendredi de 10h à 20h.

Vous êtes angoissé ou devez faire face à des difficultés liées à votre santé, votre vie professionnelle ou votre vie personnelle et souhaitez parler à un psychologue, vous pouvez appeler le 01 84 78 28 13, tous les jours 24/24h.