

## *Hommage à mon proche aidant*

### **À toi mon proche aidant,**

Ta présence dans ma Vie est inestimable  
Tu as pris ce rôle comme une mission  
Ta présence dans ma Vie est remarquable  
Tu m'accompagnes à la perfection

### **À toi mon proche aidant,**

Par ta chaleur humaine et ta compassion  
Je sens que j'ai toujours ma place  
Par ta présence et ta protection  
Je sens moins que je m'efface

### **Mon proche aidant,**

Je sais que tu voudrais retrouver la liberté  
Du moins une sensation de légèreté  
Je comprends tout à fait ton sentiment  
Le rôle que tu accomplis est très prenant

### **Mon cher proche aidant,**

Je te sens fatigué et exténué  
J'aimerais tellement pouvoir t'offrir  
Tout le réconfort qui m'est réservé  
Si ce n'est que pour te voir sourire

### **À toi mon proche aidant,**

Tu as su aller chercher les ressources pour  
t'aider  
Et ça, ça fait de toi un héros  
Avec toute ton humilité, tu veux m'aimer  
Pour tout ça, il n'y a pas de mots

### **À toi mon proche aidant,**

Je ne suis peut-être pas toujours  
reconnaisant  
Mais sache que je t'aime tellement  
Je ne suis peut-être pas aidant  
Mais sache que je te ressens

### **À toi mon aidé,**

Avec force et fragilité, j'ai accepté  
Le défi que la Vie m'a envoyé  
Je t'accompagne parce que je t'aime  
Malgré que ce parcours ne soit pas sans  
peine

### **À toi mon cher aidé,**

Je veux que tu saches  
que ça prend du cœur pour aider  
Que ça prend de la confiance pour se laisser  
aider  
Je me sens privilégié d'être à tes côtés

### **Mon cher aidé,**

J'ai pensé un jour que je pourrais te sauver  
J'ai du me résoudre à t'accompagner  
J'ai pensé un jour que ça reviendrait  
J'ai dû me résoudre à l'imparfait

### **Mon aidé,**

Il va de soi que je suis fatigué  
Que tu t'en préoccupes m'aide déjà très fort  
Il va de soi que je suis exténué  
Je me sens parfois seul dans mon phare

### **À toi mon aidé,**

Notre relation m'a orientée vers les ressources  
Ces endroits où j'ai pu retourner aux sources  
Ces gens me disent que de bien m'entourer  
Va me permettre de mieux nous aimer

### **À toi mon cher aidé,**

Je le sens qu'au fond de toi tu es perdu  
ça m'aide à accepter ce que nous ne  
sommes plus  
Je la sens au fond de toi ta résistance  
Mais laisse moi t'embarquer dans cette  
nouvelle danse

**À toi mon proche aidant,**

*Derrière tes silences je perçois tes maux  
J'aimerais t'envelopper de ma chaleur  
et peut-être même reculer le temps  
ou mettre la Vie sur pause un instant*

**À toi mon proche aidant,**

*Peu importe l'avenir qui nous attend  
Sache qu'en ce moment je me sens vivant  
Et c'est grâce à toi  
Merci d'être là pour moi*

**À toi mon aidé,**

*Merci de respecter ces silences  
ils sont nécessaires et plein de sens  
je dois t'avouer que j'ai peur  
du jour où il arrêtera de battre mon cœur*

**À toi mon cher aidé,**

*Vivons ensemble le moment présent  
Aimons ce que nous sommes maintenant  
Communiquons par la richesse de nos sens  
Pour que notre Vie conserve ce goût de  
bienveillance*

**Auteure :**

Julie Toutant  
Intervenante, Regroupement des personnes  
aidantes de Lotbinière