

## **Allocution à l'occasion de la Journée des malades (radio) du Président de la Confédération Ueli Maurer**

« Les uns avec les autres et pour les autres », c'est la devise que j'ai choisie pour mon année présidentielle. Une devise qui convient bien à cette Journée des malades.

Quand on est en bonne santé, on a tendance à se préoccuper surtout de soi-même. Mais tout change lorsqu'on tombe malade. Soudain, on a besoin d'aide.

Ce n'est pas seulement l'équilibre du corps qui est bouleversé par la maladie, mais aussi notre vie quotidienne qui est chamboulée.

Prenez – par exemple - ces vieilles balances à plateaux. Elles sont très précises et sensibles aux plus petites variations : Pour maintenir les deux plateaux en équilibre, on a besoin d'un contrepoids.

Dans la vie, c'est pareil : Quand on est malade, on peut parfois perdre ses repères et se sentir perdu. Pour compenser la souffrance et la solitude causés par la maladie, un contrepoids est souvent nécessaire.

Ce contrepoids, ce sont les personnes en bonne santé : les proches, les amis, la famille. Toutes ces personnes qui prennent soin des malades par leur présence, leur dévouement et leur compréhension.

Ce message s'adresse à nous tous qui sommes en bonne santé : nous pouvons et nous devons aider les malades à retrouver un équilibre, à contrebalancer la maladie en y mettant du cœur !

Je saisis donc cette occasion pour remercier tous les professionnels de la santé, mais aussi toutes celles et ceux qui, à titre privé, aident des personnes malades.

Cette année, la Journée des Malades a pour thème « Le stress dans la maladie ». C'est vrai, le stress peut aussi nous rendre malade. Tout comme la maladie est un facteur de stress.

Selon moi, la société actuelle est en partie responsable de cela : Nous vivons dans un

monde où les nouvelles technologies remplacent de plus en plus les relations humaines et où tout va de plus en plus vite.

Dans un monde comme le nôtre, il est important de prendre du temps pour soi, mais aussi pour les autres.

Gardons donc à l'esprit cette image de la balance à plateau et l'importance de trouver un équilibre personnel.

Pour finir, je souhaiterais partager un remède contre le stress que j'applique personnellement : bouger !

Je suis persuadé que le sport est bon pour la santé. En cas de stress, le sport est un très bon moyen d'évacuer la pression. Et c'est encore mieux lorsqu'on peut le faire à l'extérieur, dans la nature. Essayez, vous ne le regretterez pas !

Je vous adresse, à toutes et à tous, mes meilleurs vœux de santé.

Je vous souhaite l'énergie nécessaire à soutenir les personnes malades autour de vous. Et à celles et ceux qui souffrent d'une maladie, je souhaite la confiance et la guérison!