

Accompagner les personnes en fin de vie et en deuil

L'association Jalmalv propose d'accompagner les malades, ainsi que les personnes ayant perdu un proche. La fédération de Sarthe compte une quarantaine de bénévoles.

Enquête

« Jalmalv – Jusqu'à la mort accompagner la vie – défend la dignité de l'être humain. Le but est de « réhabiliter » la mort dans la société. » Voilà comment Daniel Moulin-Brillant, vice-président de l'association au Mans, la présente.

« Dans le temps, les malades étaient considérés comme des gens à ne pas fréquenter », souligne le « bénévole d'accompagnement ». Plus maintenant. Pas avec l'association laïque Jalmalv, créée en 1983 et qui a entamé une campagne pour trouver des bénévoles.

La branche sarthoise de l'association, basée au Mans, a accompagné environ 900 personnes en 2018 (pour 60 000 au niveau national). Daniel, qui y est bénévole depuis plus de vingt ans, dit accompagner une soixantaine de personnes par an.

Il se présente comme un « écoutant » : « Nous allons à la rencontre des personnes à l'hôpital, en toute confidentialité. On essaye d'engager la conversation. De rebondir sur ce qu'ils nous disent et de leur permettre de parler de leurs angoisses, de leur vie ».

De l'écoute et rien d'autre. Être cette oreille extérieure qui n'a pas à prendre parti ou s'impliquer dans les « à côté », comme accompagner la personne au salon de coiffure ou remplir de la paperasse. Un fragile équilibre à trouver pour être apte à l'écouter et savoir quoi lui dire, tout en se protégeant soi-même. « C'est une expérience très forte et très intime », reconnaît Daniel.

Les bénévoles d'accompagnement



Daniel Moulin-Brillant est « bénévole d'accompagnement » à Jalmalv depuis une vingtaine d'années.

(PHOTO: OUEST FRANCE)

sont formés en continu par des professionnels de santé, comme des psychologues, et participent tous les mois à des groupes de parole pour évacuer des rencontres pesantes ou échanger sur des « erreurs de paroles » qu'ils ont pu commettre.

Ils limitent aussi leur écoute à généralement une après-midi par semaine. « Il ne faut pas s'approprier les choses. J'ai appris avec le temps », reconnaît Daniel, qui souligne que les bénévoles comme lui ont « le droit d'arrêter un accompagnement ».

Aider avec le deuil

L'association propose aussi aux personnes endeuillées de les accompagner. « L'association s'est rendu

compte que les familles étaient en difficulté après le décès. Surtout aux événements comme Noël, les fêtes, ou encore les anniversaires », explique Daniel Moulin-Brillant, qui a bénéficié d'une formation spéciale pour accompagner les personnes endeuillées.

Après un premier entretien, la personne endeuillée se voit proposer d'intégrer un groupe de parole encadré par des bénévoles. Dix sessions de 2 h 30 sont organisées, sur un an. Une fois l'année passée, le groupe se dissout. Certains font le choix de continuer à se voir.

Camille MORDELET.



Faire évoluer le regard, les mentalités face à la maladie grave, le grand âge, la mort, le deuil : ce sont les missions de Jalmalv.

(PHOTO: ARCHIVES OUEST FRANCE)

Un accompagnement bénévole et gratuit

Pour l'accompagnement en fin de vie, Jalmalv intervient dans huit établissements du département. Au Mans : le centre de soins de suite Georges-Coulon, le centre hospitalier du Mans, à la clinique d'oncologie Victor-Hugo, au centre médico-chi-

rurgical du Mans (CMCM), à la clinique Korian Rougemont, aux Ehpad La Reposance et Korian Pontlieue.

Les écoutants se rendent aussi au centre médical Gallouédec (Parigné-l'Évêque) et au centre hospitalier de Château-du-Loir.

Jalmalv Sarthe, 40, rue Henry-Dela-genièvre, 72000 Le Mans. Tél. 02 43 54 27 12. mail : jalmalv72@hotmail.fr

<http://www.jalmalv-sarthe.fr/>

Virginie : « L'association, c'était mon propre espace »

Virginie Besnard, qui a aujourd'hui 37 ans, a fait le choix de continuer de son côté.

Cette professeure de collège, qui habite en agglomération mancelle, a perdu son mari il y a près de quatre ans, après un accident de moto. Ils avaient deux enfants en bas âge. « J'ai dû gérer mon deuil et celui de mes enfants, qui était le plus dur. L'association, c'était mon propre espace. »

En France, la mort est taboue

C'est son frère qui lui a parlé de Jalmalv. « Au début, j'étais un peu réticente à l'idée d'être dans un groupe de parole pour parler de la mort. Mais pas du tout. On écoute les histoires des autres, qui peuvent nous parler. Un jour, un bénévole a dit quelque chose à une dame. Et ça a tout débloqué. »

Virginie y a surtout trouvé des gens qui la comprennent. Un autre regard que celui, forcément intime, de ses proches. « On ne peut pas se mettre à la place de quelqu'un qui a perdu son homme ou sa femme », estime Virginie, qui regrette qu'en « France, la mort est taboue. Comme si c'était



Virginie Besnard a bénéficié de l'accompagnement au deuil de l'association Jalmalv.

PHOTO : OUEST FRANCE

contagieux ou honteux. »

Celle qui a perdu son père alors qu'elle était adolescente encourage « les gens à ne pas avoir peur. Les

bénévoles sont disponibles et savent y faire. Ils ne jugent pas ».

Martine : « Le groupe encourage à continuer »

Martine aussi a perdu son mari, des suites d'une longue maladie. C'était en janvier 2017. « Il était hospitalisé à Alençon car il n'y avait plus de place au Mans. Je faisais le trajet tous les jours, c'était très dur. J'étais au fond du trou. »

À l'épuisement de cette dame de 72 ans s'ajoute le deuil.

La voix de Martine s'assèche : « Je me suis retrouvée toute seule. Avec des problèmes matériels, de l'administratif. Les premières fois sans l'autre sont difficiles. Sortir sans lui, reprendre la voiture sans lui... Et il y a le vide physique, être seule en rentrant à la maison. » C'est avec cette même émotion qu'elle confie : « On se demande pourquoi continuer. Et ce genre de groupe nous encourage à le faire. »

C'est chez un médecin qu'elle a trouvé un prospectus de l'association. Un premier rendez-vous avec un bénévole lui permet « de tout déverser ». Elle intègre un groupe de parole comptant six autres personnes, toutes des femmes d'à peu près son âge. « Nous nous sommes bien liées et avons décidé de nous revoir après, tous les mois. On ne peut pas charger nos amis du poids de nos souffrances. »



Martine a perdu son mari en 2017. Elle a intégré un groupe d'accompagnement au deuil de Jalmalv.

PHOTO : OUEST FRANCE

frances. Jalmalv m'a permis de créer un autre réseau. Un réseau avec lequel je peux échanger sur le deuil. Il suffit de quelques mots pour comprendre que l'une de nous ne va pas bien. »

Outre la douleur, elle évoque aussi les rires et les sourires au sein du

groupe. Elle envisage, un jour, de devenir elle-même bénévole. Pas encore. Trop tôt. Mais elle répète, plusieurs fois, à quel point les bénévoles de Jalmalv font preuve de « dévouement ».