

## Mon expérience de bénévole

Attentif aux personnes souffrantes : malades, personnes âgées, handicapés, mon choix s'est porté vers les personnes hospitalisées.

Ainsi pouvais-je au mieux harmoniser mon emploi du temps avec mon désir profond:

- d'apporter plus de spontanéité dans mes échanges,
- de varier mes rencontres (âges, origines, milieux sociaux, ...),
- de soulager un large éventail de souffrances physiques et (ou) psychologiques.

Mes visites sont régulières à raison d'une après midi par semaine.

Mon lieu de visites comprend une dizaine de chambres doubles ou simples. Tous les lits ne sont pas occupés.

La durée de séjour des malades est très variable. Elle peut être éphémère et ne dépasse que rarement les 3 semaines.

A chaque visite muni de mon badge d'accès je me présente au « Responsable de santé du département » qui me fournit les consignes particulières à appliquer ce jour là.

Puis, mes pas s'en vont vers la 1<sup>ère</sup> chambre.

Je me présente, alors, avec un sourire, comme bénévole de l'association VMEH, en appuyant sur mon rôle d'accompagnateur de chaque personne, disposé à partager les soucis et inquiétudes de chacun et à apporter éventuellement une aide matérielle, voire un peu de gaieté et d'humour dans cette atmosphère aseptisée.

Je suis là, face à toutes les personnalités :

- à celle qui écoute mais ne dit mot,
- à une autre stressée, inquiète qui vient d'arriver en attente d'un diagnostic,
- à une autre encore qui décline l'approche et le fait savoir,
- à un malade très affaibli ou qui somnole,
- à celui apaisé, entouré de sa famille,
- à celui ou celle qui est dans la peine et qui pleure,
- aux étrangers ou handicapés dont l'échange verbal est difficile,
- à celui très heureux d'engager le dialogue.

A cet instant, commence la tentative d'échange, il s'agit d' « apprivoiser ».

Heureusement, le mot « bénévole » a déjà fait son effet.

Quelques secondes suffisent alors pour sentir si le contact est établi et pour éviter de m'imposer, je demande si je ne dérange pas.

Si je sens un besoin fort de repos, j'effleure alors une main et disparaiss.

Puis, si c'est possible, mes questions se font, d'abord, impersonnelles du genre : « Depuis quand êtes vous ici », pour être ensuite plus personnelles : « Que devient la famille pendant votre absence ou le petit animal domestique... », bref ce qui touche le cœur .

Alors très souvent la personne parle d'elle même, de son état de santé ou de son isolement psychique ou géographique.

A partir de là, je cherche à être avec la personne, dans son propre ressenti. Je m'associe à ce qui la préoccupe et cherche, en douceur à l'amener à une plus grande expression d'elle même, à travers le déroulement de son vécu, ou même, ici à cet instant, moment propice pour grandir l'amour qu'elle porte en elle ou apprécier celui des siens qui viennent l'entourer ou ne peuvent se déplacer.

A l'actif qui s'impatiente de sa sortie hypothétique, j'essaie de l'apaiser et de l'amener doucement à prendre conscience du bienfait de ce repos forcé pour son corps fatigué et même pour ses pensées, bref : une réelle occasion d'interruption salutaire.

Et là, sur l'oreiller, accepter avec patience et courage le lent déroulement d'une hospitalisation, n'est-ce pas une autre bonne occasion pour se grandir. Voilà qui n'est pas de l'inaction.

Malgré la fatigue, c'est avec une grande satisfaction que je quitte tous ces amis, que je retrouverai ou non, heureux et rempli de la joie profonde que procure un sentiment accompli, renouvelable et toujours améliorable.

C'est ma conception de la VIE.