

Mémoire du confinement de l'année 2020

Je suis animatrice à la résidence Emile Gibier d'Orvault. Par cette lettre, je vous partage mon ressenti et mon vécu professionnel pendant la période de la COVID-19.

Je roule pour me rendre à mon travail et je ne rencontre aucun véhicule et aucun piéton. Je suis seule comme dans un monde parallèle et je circule tranquillement sans embouteillage et sans les conducteurs pressés qui collent votre voiture. Je profite donc de ce temps suspendu dans les airs.

Je pars d'un milieu confiné (ma maison) pour me rendre dans un milieu encore plus confiné. J'arrive et je dois me soumettre à un protocole sanitaire stricte : prise de température, tenue de soignante, masque, lavage des mains dès que je sors d'une pièce ou que je touche quelque chose et la désinfection de mon bureau et du matériel utilisé régulièrement.

À la résidence, les résidents sont confinés chacun dans leurs appartements, il n'y a plus d'animation et plus de repas en salle à manger. La vie s'est comme arrêtée pour faire une pause. Nous nous mobilisons tous pour répondre à toutes les barrières sanitaires et faire en sorte que ce confinement soit le moins difficile à vivre pour les résidents.

Dans un premier temps, mon rôle s'oriente à maintenir les liens familiaux d'une grande importance pour la santé morale des résidents. Ainsi le matin, je reçois les appels téléphoniques des familles et je vais de chambre en chambre pour que les proches puissent avoir des nouvelles, parler et entendre la voix de leur parent. Pendant ces appels, je deviens un lien nécessaire entre les personnes âgées en très grandes dépendances et leurs proches. Je suis un regard essentiel qui observe les visages et les réactions que je transmets aux familles. Je suis aussi la voix pour répéter des mots ou des sons inaudibles que les résidents expriment à l'écoute de leurs proches.

Je rentre dans une intimité où tout ce que j'entends reste confidentiel, créant des relations de confiance avec les familles. Je vis des échanges forts en émotions faits de pleurs, de déclarations d'amour, de mots tendres et de rires. Mon rôle est aussi la réassurance face à la détresse et l'inquiétude de certaines familles pour leurs proches.

Pour répondre d'avantage au besoin de liens familiaux, « SKYPE » entre à la résidence. Les familles et les résidents attendent ce moment unique de communiquer et de se voir en même temps. J'adapte aussi les créneaux horaires pour les familles vivant dans d'autres pays comme la Nouvelle-Calédonie ou la Guyane. Je vois s'illuminer les visages des résidents, couler les larmes ou venir l'apaisement, quand ils voient leurs proches à travers l'écran de la tablette. Cette technologie est formidable et les échanges pour certains résidents se vont sans ma présence ou par un accompagnement discret pour répéter des phrases. Mme B. exprime que « heureusement qu'il y a cela pour se voir ».

Pour d'autres, ma présence est souhaitable pour accompagner les résidents et des familles se sentant parfois démunies par le contexte. Je rends au mieux cet outil accessible aux résidents n'ayant pas toujours la compréhension nécessaire en induisant par ma bonne humeur, des discussions faites de souvenirs, de chants ou d'écoute musicale.

L'important à ce moment là, qu'importe le mode de communication, est d'entrer en contact avec son proche et surtout de le voir.

Dans l'optique d'apaiser les familles et de rendre visible ce qui se vit à la résidence, je réalise avec la collaboration de Florian Denaud, mes collègues et la participation des résidents, une vidéo « Confinés mais bien accompagnés » que vous pouvez visionner sur Youtube Cette vidéo est une belle communication sur l'implication et le travail réalisé par les équipes pluridisciplinaires dans le bien-être et l'accompagnement de la personne âgée au sein de la résidence.

En parallèle, je note qu'il devient important pour la santé psychique des résidents de répondre aux besoins sociaux (hors famille) par l'occupation de leurs journées. Ainsi, je mets en place des activités de couloirs où les résidents à leurs bas de portes participent à un loto, des jeux de mémoire, des chants, de l'exercice physique et même à une dégustation de glace.

Malgré le contexte, nous avons de la chance car le beau temps est présent, ce qui me permet de proposer aux résidents « de prendre l'air » dans le parc de la résidence : « cela fait du bien ! » exprime Mme K. Nous apprécions le silence inhabituel qui règne dans le parc. Aucun bruit, sauf le gazouillement des oiseaux et ce ciel d'un bleu si pur, sans aucune trace d'avion. Un calme intérieur m'envahit avec un sentiment de pouvoir respirer plus aisément, malgré le masque sur mon visage !

Je visite régulièrement les résidents dans leurs chambres pour prendre de leurs nouvelles, être à leur écoute et répondre à des besoins divers. Je prends encore plus conscience de l'importance et de la valeur des petits gestes de la vie quotidienne qui peuvent illuminer un visage et une journée : un sourire, un clin d'œil, un mot, une attention, un regard, un rire...

Je vis en vase clos avec les mêmes professionnels créant des rapports différents qu'à l'habitude. Je prends aussi le temps de les écouter, parler de leur travail et de leurs ressentis. Je réalise que mon rôle d'animatrice doit aussi répondre au bien-être de mes collègues et de les soutenir par un sourire, un mot positif, des encouragements, ma bonne humeur, la mise en place de la musique dans les couloirs pour créer une ambiance plus légère...

Le plus pesant dans cette situation et encore plus au moment du déconfinement est cette épée de Damoclès au-dessus de ma tête. Cette inquiétude de faire entrer le virus dans la résidence et d'infecter les résidents avec cette possibilité de se sentir responsable et coupable d'éventuels décès.

Le stress est sous-jacent car je prends aussi en otage ma famille. Je lui demande d'être encore plus vigilante que ce que préconise l'État.

Vers la fin, la situation commence à peser physiquement et psychiquement avec la manifestation de signes de fatigue pour les résidents, mes collègues et moi-même. En effet, notre implication constante de tous les jours a été telle, que nous avons annulé nos petites vacances pour répondre présents aux besoins des résidents.

Quand l'État autorise la réouverture des portes de la résidence aux familles sous conditions, je vis l'annonce comme une chape de plomb qui me tombe dessus. Étrangement, comme cité précédemment, je vivais en vase clos depuis plusieurs mois et du jour au lendemain, il faut se réhabituer à revoir du monde dans les couloirs.

Je comprends les sentiments des résidents qui ont connu l'arrêt total des visites de leurs proches. Je trouve qu'ils ont été très dignes pendant cette période.

À l'heure actuelle, le virus court encore et ce qui me pèse c'est que malgré les efforts nécessaires pour qu'il reste au bas de la porte de la résidence, celui-ci rentre insidieusement.

Mais je veux tout de même rester optimiste concernant le bien de tous !

S.L.N.