Patrick Pantostier PRÊTE SON OREILLE AUX MALADES

À 70 ans, Patrick a beaucoup à donner et l'envie de rencontrer du monde. C'est chose faite en se consacrant à VMEH, une association qui offre des visites en hôpital. De quoi rendre le sourire à bien des patients…

CHRISTINE LAMIABLE - PHOTOS BERTRAND DESPREZ

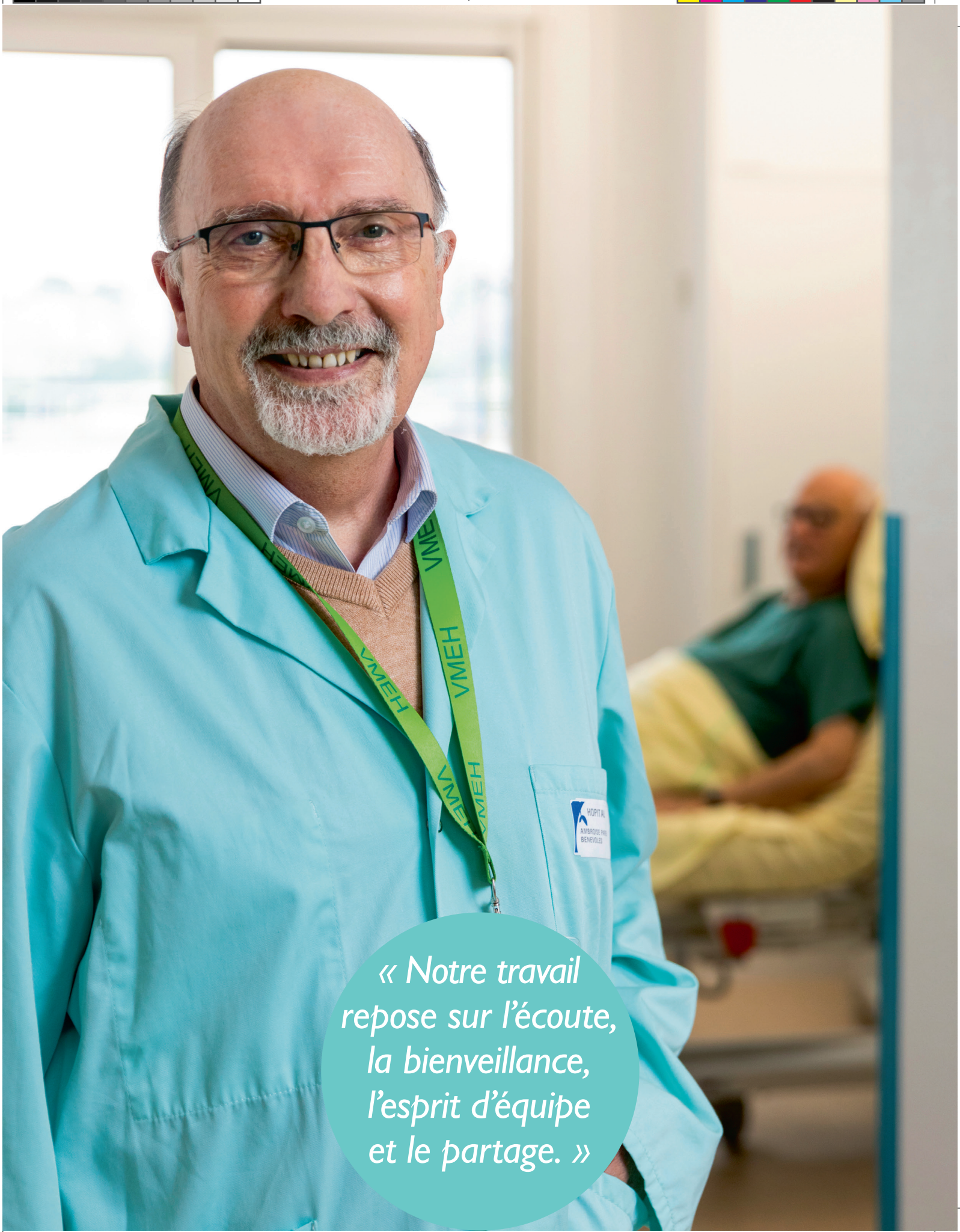
Lorsqu'il a commencé sa vie professionnelle, Patrick a vite compris qu'il ne voulait pas « être enfermé seul entre quatre murs ». Cet ingénieur qualité en électronique de défense aspirait à travailler en équipe. « J'ai toujours eu besoin de contacts humains, explique-t-il. J'étais là pour aider le service, et donc les individus, à s'améliorer. Par chance, j'ai rencontré beaucoup de gens ayant non seulement de grandes compétences mais aussi dotés de l'intelligence du cœur. » Une qualité cruciale à ses yeux, probablement parce que ses parents lui en ont donné l'exemple. « Même s'ils n'étaient pas très fortunés, ils étaient généreux », se souvient Patrick. Quand sonne l'heure de sa retraite, en avril 2019, il sait déjà qu'il ne restera pas les bras croisés. Une balade au forum des associations de Boulogne-Billancourt (92) en septembre de la même année scellera son engagement futur. Son épouse s'empare d'un prospectus de l'association Visite des malades en établissements hospitaliers et des résidents en Ehpad (VMEH), le lui donne en lançant: « Ce serait pas mal ça, non?

NOTRE TEMPS Avant de rejoindre VMEH, quel était votre rapport au milieu hospitalier?
PATRICK PANTOSTIER À l'âge de 15 ans, j'ai eu une méningite. J'ai passé plusieurs semaines à l'hôpital et il a bien fallu six mois pour que mon état se stabilise. Cela m'a marqué. Et puis mon père a développé un cancer du pancréas à 45 ans, en 1979. Alors que le pronostic était défavorable, il a vécu jusqu'en juin 2019. Mais il est passé par la chimiothérapie, la radiothérapie, et même un traitement américain expérimental à l'époque. Il fallait oser! C'était un homme costaud, pas ordinaire.

Vous avez choisi de visiter des malades dans des hôpitaux, et non dans des Ehpad. Pourquoi?
Ma mère a séjourné dans un Ehpad pendant cinq ans, avant de décéder en janvier 2019. Avec l'âge, elle était devenue dépendante, et la maison de mes parents n'était pas adaptée. Ça fait mal au cœur mais on n'avait pas le choix. Retourner dans un Ehpad aurait été trop douloureux. On y prend la mesure que l'espérance de vie en bonne santé évolue quand même différemment de l'espérance de vie globale. Cela a renforcé ma conscience que je n'étais pas éternel et qu'il fallait que je fasse des choses tant que c'était possible, et pas dans vingt ans. J'avais aussi besoin de savoir que j'étais utile en tant qu'être humain.

Concrètement, comment devient-on bénévole de VMEH?
Chaque bénévole bénéficie d'une formation de cinq à •••

J-AI-OSE.indd 30 26/07/2023 16:54



J-AI-OSE.indd 31 26/07/2023 16:54

J'ai osé

▲ Pour un quart d'heure ou beaucoup plus… Patrick Pantostier offre son écoute aux personnes seules ou en souffrance.

six mois. À mes débuts, j'ai été accompagné par un tuteur mais placé « au pied du lit » des malades un peu trop rapidement à mon goût. En devenant secrétaire général de l'association en 2020, il m'a semblé important de donner des outils aux bénévoles. Par exemple, comment pratiquer l'écoute active, une technique de communication élaborée par le psychologue américain Carl Rogers. Tout notre travail repose sur quatre valeurs: l'écoute, la bienveillance, l'esprit d'équipe et le partage. Après des visites où il est accompagné par un visiteur expérimenté, chaque bénévole est affecté, seul, à un service en fonction de son choix personnel, de ses disponibilités et selon un calendrier établi en amont. En arrivant, le visiteur se présente aux cadres de santé, en particulier aux infirmières. Elles nous indiquent quelles personnes voir en priorité, soit parce qu'elles ont peu ou pas de visites, soit parce qu'elles sont en souffrance. Nous pouvons aussi proposer notre écoute au petit bonheur la chance. Le visiteur frappe à la porte et se présente au malade. Nous portons le badge VMEH et, dans cet hôpital, une blouse verte, ce qui permet de nous distinguer du personnel soignant. Nous proposons à la personne d'échanger. Cela peut durer un quart d'heure ou beaucoup plus.

Quelles difficultés rencontrez-vous?

Il faut d'abord mettre la bonne distance. Nous ne pouvons pas nous substituer à la famille ou au corps médical. Cela peut être frustrant, car on ne peut pas aider la personne à se redresser dans son lit, par exemple, ou lui donner à boire. Mais avec nous, le malade peut s'exprimer librement. C'est précieux car, une fois dans un lit d'hôpital, on ne décide plus de rien, on subit. À l'hôpital Ambroise-Paré à Boulogne-Billancourt, où je suis bénévole, le personnel est vraiment super pro. Mais les soignants sont débordés, ce qui évidemment ne leur permet pas de passer une heure au chevet d'un malade.

Vous souvenez-vous d'une situation dans laquelle vous avez eu l'impression d'être utile?

Un jour, je visite une femme d'une soixantaine d'années avec un nouveau qui voulait devenir bénévole dans l'association. Cette femme est très seule et dit vouloir mourir. J'essaie de trouver une ouverture pour entamer une discussion. Il ne faut pas l'imposer à une personne qui la refuse, car elle est dans sa chambre d'hôpital comme chez elle. Au bout du compte, cette femme raconte qu'elle a eu une très belle vie et qu'elle a fait de beaux voyages. Quand nous l'avons quittée, elle avait retrouvé le sourire. C'est un réconfort transitoire, mais cela compte tout de même.

Que vous apportent ces visites?

Ce n'est pas toujours facile mais la démarche est très riche. Je me souviens de cet homme d'une quarantaine d'années, amputé des deux jambes. Il avait un moral étonnant. Il présumait déjà qu'il aurait des prothèses et pensait au futur. Je me suis demandé comment j'aurais réagi si cela m'était arrivé. Je ne sais pas du tout. En formant de nouveaux bénévoles, j'ai aussi l'impression de servir à quelque chose. Plus il y en aura, plus on pourra soutenir un nombre important de patients. Je suis sur terre pour aider et transmettre. ●

ÇA VOUS INTÉRESSE ?

L'association Visite des malades en établissements hospitaliers et des résidents en Ehpad (VMEH) est toujours à la recherche de nouveaux bénévoles, encore actifs ou retraités, pour rendre visite à des malades, à des résidents âgés ou en situation de handicap. Elle compte 5000 bénévoles répartis dans 84 antennes régionales. Si vous ne disposez pas d'assez de temps, vous pouvez la soutenir par des dons ou des legs sur www.vmeh-national.com D'autres associations proposent elles aussi des visites à l'hôpital ou en Ehpad, dont certaines se trouvent sur www.tousbenevoles.org

J-AI-OSE.indd 32 26/07/2023 16:54