

Cyril Valence

« JE SUIS SI HEUREUX DE TRAVAILLER EN EHPAD »

Après une longue carrière de vendeur, Cyril s'est tourné vers un métier réputé pour être particulièrement éprouvant : agent de soin en Ehpad.

Sa motivation ? Le bonheur des personnes âgées.

ÈVE GUYOT - PHOTOS BERTRAND DESPREZ

Alors qu'il sort délicatement le diplôme de sa pochette, Cyril sourit : « J'étais déjà très épanoui, maintenant, je vais pouvoir être confiant. » À 48 ans, il vient de terminer une formation pour consolider son expérience en tant qu'agent de soin à l'Ehpad du centre hospitalier d'Yssingeaux (Haute-Loire). Voilà déjà près d'un an et demi qu'il consacre son quotidien au bien-être de résidents âgés de 60 à 100 ans, auprès desquels il savoure « chaque seconde ». Mais qu'il eût cru ? Après un BTS, ce Stéphanois d'origine avait progressé dans le domaine de la vente en électroménager : « J'aimais ce que je faisais, l'aspect technique autant que le contact avec le client. » Mais en vingt-cinq ans de carrière, l'impitoyable monde du commerce lui réserve trois licenciements. Découragé, il est sauvé par un projet qui lui trotte dans la tête depuis longtemps et le soutien indéfectible de sa femme Claudette, ancienne infirmière libérale. Et s'il était temps de se lancer ? Cyril embrasse alors

« Mes moments préférés sont les petits déjeuners, on apprend à connaître nos résidents. »

pleinement cette seconde vocation. Alors que le scandale Orpea accable la gestion de certains établissements où l'objectif de croissance entraîne jusqu'à la maltraitance des résidents, il évoque aussi un véritable engagement sociétal : « Une maison de retraite est un endroit où l'on a cruellement besoin d'aide. » Avant notre échange, il explique ne pas trop aimer parler de lui : « Mais aujourd'hui, je suis si heureux que c'est mon cœur qui s'exprime ! »

NOTRE TEMPS D'où vous vient cette envie de prendre soin des personnes âgées ?

CYRIL VALENCE Enfant, je m'entendais très bien avec ma grand-mère et j'ai passé beaucoup de temps avec elle.

Quand celle-ci est tombée malade, elle est venue habiter chez moi, temporairement, pour des raisons pratiques. Elle était si bien qu'elle n'a jamais voulu repartir, et nous avons vécu ensemble jusqu'à sa disparition. J'avais alors une trentaine d'années et j'étais heureux de savoir qu'elle avait eu une fin de vie aussi apaisée. À côté de cela, j'adorais rendre des services – les courses, la cuisine, le ménage – à sa sœur, ma grand-tante. ...





C'est dans le partage avec les résidents que Cyril s'épanouit totalement.

■ Vous avez été longtemps dans la vente.

Quand avez-vous pensé à vous reconverter ?

En février 2020, j'ai été licencié et je me suis inscrit au chômage pour la première fois. J'étais à deux doigts de tomber en dépression: je n'avais pas d'autre expérience que la vente et je n'avais pas du tout envie de reprendre des études. Quand le confinement a commencé, je me suis naturellement mis à aider mes voisins les plus âgés, souvent seuls et isolés, en faisant quelques achats pour eux ou en les conduisant à des rendez-vous. Pendant cette période difficile, partager mon quotidien avec des personnes âgées m'a permis de tenir le coup. Et m'a fait renouer avec une idée nichée dans un coin de ma tête. Au début de l'été, j'ai donc réalisé un stage en immersion au centre hospitalier d'Yssingaux et j'ai compris que c'était ce que je voulais faire.

■ Le travail en Ehpad est réputé difficile.

Aviez-vous des craintes ?

Oui, je connaissais la problématique du manque de personnel, et je pensais aux douleurs physiques et à l'épuisement émotionnel, à cause de la surcharge de travail ou des moments difficiles comme celui du deuil, auquel on ne s'habitue jamais. Tout cela s'est confirmé dès les premiers jours sur le terrain, mais mon équipe est super et positive. Le plaisir prend rapidement le dessus !

■ Vous avez appris au fil des expériences, avant de suivre une formation...

Lors de mes premiers contrats, j'ai travaillé avec des infirmières et des aides-soignants qui m'ont beaucoup appris, mais je me posais encore quelques questions sur

mes gestes. Une de mes responsables m'a alors encouragé à participer à la nouvelle formation « Agent de service et d'aide à la vie quotidienne » de Geronfor (*lire encadré*). Après quatre semaines de théorie et deux de pratique, j'ai atteint tous mes objectifs, notamment sur le soin spécifique aux personnes les plus dépendantes, et cela m'a conforté dans mon choix.

■ Qu'est-ce qui vous plaît le plus au quotidien ?

Un agent de soin hospitalier remplit des tâches très diverses, depuis les soins aux personnes jusqu'au ménage des bâtiments, et je suis content de le faire car les établissements en ont vraiment besoin. Mais mes moments préférés sont les petits déjeuners, où l'on apprend à connaître nos résidents, et les repas collectifs, où l'on chante et raconte des blagues. L'Ehpad est comme une dernière maison pour beaucoup d'entre eux et mon but est de tout faire pour qu'ils s'y sentent bien. Il y a des moments de reconnaissance très forts, comme avec cette résidente qui me couvre de remerciements chaque fois que j'ouvre la porte de sa chambre.

■ Avez-vous un message à faire passer à ceux qui hésitent à se lancer ?

Je leur dis, bien sûr, qu'on ne peut pas faire ce métier par défaut: les scandales récents nous rappellent qu'il faut préserver l'aspect humain de cette profession, avant toute autre considération. Alors, je leur dis aussi que si l'on est résistant, si l'on sait faire preuve de respect et d'empathie, il faut foncer ! J'ai redécouvert la sensation de savoir pourquoi je me levais le matin: je sais que l'on a besoin de moi et pourtant, je n'ai pas l'impression de travailler. ●

UN MÉTIER À REVALORISER

Chaque année, Geronfor, le département formation de la Fédération nationale avenir et qualité de vie des personnes âgées, forme 10 000 personnes. La fédération propose un large catalogue de parcours en gérontologie pour compléter les compétences du personnel soignant en poste ou former les débutants. L'objectif ? Améliorer la qualité de vie des personnes âgées en fidélisant les professionnels et en renforçant l'attractivité du secteur. Le gouvernement a annoncé, de son côté, un plan de recrutement massif et des mesures pour améliorer les conditions de travail. Les besoins du secteur, à domicile et en établissement, sont estimés à 350 000 postes d'ici à 2025.