

## Jalmalv libère la parole de ceux qui n'osaient pas dire leur intime douleur "Je ne suis pas seule à vivre un deuil"

Annick, Florence, Ghislaine, Ni-cole ont perdu un fils ou un époux. Ces quatre femmes de Vendée et de Loire-Atlantique ju-geaient leur douleur indicible et, surtout, incompréhensible au reste du monde. Découvrir le mal-heur des autres dans un groupe de parole les a aidées à mieux apprivoiser leur souffrance.

"Le matin, au téléphone, je lui ai dit des choses banales : j'allais le revoir quelques heures plus tard, à la clinique". C'est la dernière fois qu'Annick parle à son mari : il meurt, l'après-midi même, sur la table d'opération. Murée dans sa douleur, Annick est persuadée que ni sa famille ni ses amis ne peuvent vraiment l'aider : "Ils me connaissaient trop bien pour seulement me comprendre". Elle éprouve, pourtant, le besoin de parler, d'exprimer sa souffrance, sa soudaine solitude, son remords de n'avoir pas dit les choses essentielles quand cela était encore possible. "Je suis tombée sur un article d'Ouest-France qui présentait un groupe d'accompagnement du deuil de l'association Jalmalv. J'ai su, tout de suite, que c'était ce qu'il me fallait".

Annick rejoint un groupe de femmes et d'hommes endeuillés. Après la mort brutale de son fils adolescent, fauché par un chauffard ivre, Florence suit la même démarche. "La perte d'un enfant, c'est très très dur. Il est parti et nous sommes toujours là, ce n'est pas dans l'ordre des choses. Mais, en arrivant dans le groupe, je me suis aperçue que la douleur des autres est parfois pire que la nôtre..."

### La force de vivre

Ghislaine assiste à l'agonie de son mari, emporté par une infection contractée à l'hôpital. Sa pharmacienne l'oriente vers l'association. "À la première réunion, je me suis demandée ce que je faisais là !" Mais, très vite, parler et écouter les autres lui devient indispensable. "Chaque mois, j'attendais la prochaine rencontre. Ça aide à continuer à vivre : on vide son sac, on pleure, on peut parler sans être jugée. " Des liens personnels se tissent, aussi, entre les participants. "Nous sommes trois à nous revoir régulièrement. "



Nicole, Ghislaine, Annick et Florence :  
"En écoutant les autres, on se dit qu'on n'est pas seule à souffrir."

L'époux de Nicole a succombé au cancer. Lentement. Ça n'a pas rendu le décès moins injuste. "Après sa mort, j'ai été très très méchante avec mes enfants et mes petits-enfants", avoue-t-elle. Une de ses filles lui conseille de se faire aider. "Les deux premières fois que j'ai pris le téléphone, j'ai raccroché presque aussitôt. La troisième fois, c'était un répondeur. J'ai parlé, j'ai pleuré..." Une animatrice de Jalmalv a reçu le message, elle se déplace. Aujourd'hui, Nicole a retrouvé une raison de vivre : voir grandir ses petits-enfants. L'absent n'est pas totalement parti. "Les petits-enfants me di-sent : Papy aurait fait ci, aurait fait ça. Ça me fait plaisir. »

Les trois autres femmes ont puisé au sein du groupe la force qui leur manquait pour apaiser la colère et, parfois même, la haine qui les rongeaient. Annick a écrit au chirurgien. Qui lui a répondu, humainement. Florence a pardonné au chauffard repentant. "Je suis croyante, je sais que mon fils est toujours à mes côtés. Lui-même aurait accordé son pardon, pourquoi pas moi ? L'homme a pris ses responsabilités. Ce n'est pas à lui que j'en veux, c'est à son acte". Pour prévenir d'autres drames, elle témoigne dans les lycées contre la violence routière. Ghislaine, elle, poursuit plus sereinement, mais avec une ferme détermination, son combat judi-

ciaire pour faire reconnaître la responsabilité de l'hôpital.

Toutes les quatre emploient presque les mêmes mots : "Le deuil, on pense que ça ne se vit que sur le coup. En fait, ça dure toujours". Au groupe de parole, elles ont appris à vivre avec leur blessure. Elles ne l'ont pas effacé.

André FOUQUET.

### L'accompagnement du deuil

Comme son nom l'indique, Jalmalv Loire-Océan (Jusqu'à la mort accompagner la vie) a pour but d'entourer les personnes en fin de vie et ceux qui les entourent : parents et soignants. Mais, très vite, s'est affirmé le besoin d'accompagner, aussi, les personnes en deuil. Ainsi sont nés des groupes de paroles animés par des femmes et des hommes spécialement formés. Au sein d'un groupe de parole de huit à dix personnes, ils jouent un rôle de modérateur, veillant au partage réel de la parole, relançant la discussion quand un silence trop pesant s'établit. Les groupes fonctionnent habituellement sur neuf rencontres espacées d'un mois. La participation est gratuite. Il suffit d'adhérer à l'association. Cotisation : 20 €.

Jalmalv Loire-Océan,  
1, rue d'Angleterre, 44000 Nantes.  
Tél. 02 51 88 91 32.  
Courriel : [jalmalv.lo@wanadoo.fr](mailto:jalmalv.lo@wanadoo.fr)