

Vanessa Maier, doula de fin de vie

PROFESSION L'émergence de cette figure, la doula, qui accompagne les personnes jusqu'à leur dernier souffle reflète les transformations de notre rapport à la mort, dans un contexte de plus en plus laïc. Ce métier est présenté à Lausanne, dans le cadre de conférences autour de la mort

CÉLINE ZÜND
@celinezund

A l'origine, c'est une naissance qui a poussé Vanessa Maier au chevet des mourants. Celle de son enfant, il y a neuf ans. La sage-femme qui l'accompagne alors lui parle de son activité auprès des personnes en soins palliatifs: «L'expérience qu'elle décrivait m'a immédiatement parlé.» Point de départ d'un cheminement qui la conduira à devenir doula de fin de vie, aussi appelée «thanadoula».

Ni soignante, ni amie, ni membre de la famille, la doula est une figure apaisante, qui veille à la manière d'une bonne fée sur la dernière étape de l'existence, et offre un espace de dialogue pour conjurer les peurs liées à la mort. Un supplément d'âme, entre un personnel médical débordé et des proches éprouvés par la perspective de perdre un des leurs.

Il lui faut de l'intuition, de l'empathie et le désir de soutenir des personnes touchées par l'inévitabilité de la maladie. Vanessa Maier se sentait prédisposée, mais son travail dans l'administration ne lui permettait pas de déployer toutes ces qualités. «La grossesse puis l'arrivée de ma fille m'ont donné une grande force. J'avais 40 ans et le sentiment de posséder un potentiel que je n'utilisais pas», raconte-t-elle.

Le rôle de la «thanadoula»

Moment décisif de sa formation, Vanessa Maier s'engage dès 2018 en tant que bénévole dans l'équipe des soins palliatifs de l'Hôpital d'Orbe. Elle apprend alors à pousser les portes de l'intime. «Cette expérience de terrain m'a permis de confirmer que j'étais bien à ma place», explique-t-elle, attablée au café Little Cabbage à La Sarraz, où elle anime aussi régulièrement des «causeries mortelles» autour de la mort

et du deuil*. En 2019, Vanessa Maier crée l'association Doulas de fin de vie suisse, qui compte actuellement une vingtaine de membres. Elle est consciente que du chemin reste à faire pour obtenir la reconnaissance d'une fonction encore peu connue et convaincre que ce travail, traditionnellement dévolu aux proches, mérite aussi un salaire. C'est l'une des raisons qui la poussent à présenter son métier ce vendredi à Lausanne, dans le cadre de l'événement «Les Couleurs de la mort», organisé par le Département vaudois de la santé et de l'action sociale**.

«Une doula doit se sentir à l'aise avec la mort et rester sereine, quoi qu'il arrive»

VANESSA MAIER, DOULA

Son rôle consiste à soutenir les malades sur le plan émotionnel, psychique et parfois physique, dans ce moment de transition. Ecoute attentive, paroles reconfortantes, mais aussi parfois des massages, ou des exercices de relaxation. «Une doula doit se sentir à l'aise avec la mort et rester sereine, quoi qu'il arrive, dans des moments chargés en émotions», explique Vanessa Maier.

En général, c'est un membre de la famille qui la contacte, pour lui demander de venir auprès d'un parent mourant. «La doula soulage les malades, mais également leurs proches, qui peuvent passer par des moments très éprouvants. Parfois, la mort d'un autre est bien plus terrifiante que la sienne. Je les aide à s'y préparer.» Elle peut organiser une veillée, et suivre les

proches au début de leur processus de deuil. Par exemple, le moment où l'on se demande que faire avec les affaires du défunt.

Elle se remémore l'accompagnement d'une fratrie marquée par le suicide d'un des siens, et qui se préparait au départ du père via l'organisation d'aide au suicide Exit. «Ils souhaitaient que je les aide à organiser leurs adieux, pour que ce départ n'ait rien à voir avec le précédent.»

Du réconfort, même sans réponses

La doula se compare à une avocate: elle défend les derniers vœux. Il peut lui arriver de se muer en médiatrice, entre le malade, ses proches et le personnel médical. «Toujours dans le respect de tous les autres intervenants, qui peuvent être nombreux en fin de vie», relève Vanessa Maier.

Si les proches font appel à cette professionnelle de la fin de vie, c'est aussi pour devenir eux-mêmes de meilleurs compagnons dans la dernière étape. De quoi a-t-on besoin lorsqu'on s'apprête à quitter ce monde? «C'est important que l'entourage se pose la question, car c'est très individuel: certains souhaiteront surtout du calme, alors que d'autres préféreront être très entourés. Je constate que souvent, à la fin de sa vie, on éprouve un grand besoin d'authenticité.»

Vanessa Maier recommande aux proches de s'assurer de créer des occasions d'échanges individuels, et ne pas toujours se trouver en groupe autour de la personne malade. «Je répète aussi souvent que les silences sont certes inconfortables, mais très importants.»

Enfin, il y a ce que la doula ne peut pas apporter. «Je ne peux pas dire ce qu'il y aura après la mort. Il arrive qu'on m'interroge à ce sujet. Je réponds que je le saurai quand cela m'arrivera! J'ai dû apprendre à donner



Vanessa Maier: «J'ai dû apprendre à donner du réconfort, sans pour autant apporter de réponses.» (LAUSANNE, 5 OCTOBRE 2022 / DOM SMAZ/HANS LUCAS POUR LE TEMPS)

du réconfort, sans pour autant apporter de réponses.»

Trouver de nouveaux rites

L'émergence de cette figure est liée aux transformations sociales, dans une société toujours plus laïque où la mort a quitté les foyers. Très souvent, les décès surviennent dans un établissement médical. Avec, comme corollaire, le besoin de réinvestir cette étape, pour ne pas la laisser complètement aux institutions. «Les religions ont l'avantage d'avoir des rituels puissants. Or, ce n'est pas parce qu'on n'est pas religieux que l'on n'a pas besoin

de rites et du soutien d'une communauté», relève Vanessa Maier.

Pour Rosette Poletti, psychologue et pionnière dans le domaine des soins palliatifs, la doula répond à une volonté toujours plus forte de mourir chez soi. «Avec les progrès de la médecine, les malades vivent plus longtemps et n'ont plus autant besoin de soins palliatifs en institution», observe-t-elle. Rosette Poletti a créé une école de doulas en 2019, juste avant que la pandémie de covid ne vienne rendre la mort plus présente dans les esprits. Le nombre de participantes n'a cessé de

croître et, au printemps prochain, elles seront une quarantaine, dont quatre hommes. «Un tiers d'entre elles sont des infirmières, qui regrettent de ne pas pouvoir passer plus de temps avec leurs patients à cause de la surcharge de travail», constate, non sans un pincement au cœur, cette ancienne infirmière. ■

* La prochaine aura lieu le 11 octobre de 19 à 21h au Little Cabbage, La Sarraz. Sur inscription

** Qui sont les doulas de fin de vie? Conférence de Vanessa Maier et de Rosette Poletti vendredi 7 octobre de 13h30 à 14h, à Lausanne, aula des Cèdres, av. de Cour 33.

Baisse annoncée du prix des livres: la fausse bonne nouvelle

ÉDITION Dans la foulée d'une plainte déposée auprès de la Comco par Payot, Dargaud Suisse annonce baisser ses prix pour tenir compte du franc fort. Mais derrière l'effet d'annonce se cache une réalité plus retorse

NICOLAS GARY

Le 21 septembre dernier, Pascal Vandenberghe déposait une plainte à la Commission de la concurrence (Comco). Une réaction que le PDG des librairies Payot estimait légitime après la révision de la loi sur les cartels: selon son interprétation, les diffuseurs français auraient dû, depuis le 1er janvier dernier, accepter une révision de leurs conditions et pratiques commerciales. Sa plainte, ciblant en premier le groupe Madrigall (Gallimard, Flammarion, Casterman) concerne cependant toutes les structures de diffusion française similaires.

Selon les informations recueillies par *Le Temps*, différents groupes éditoriaux viennent d'opter pour une

révision de leur politique tarifaire. Dargaud Suisse a ainsi annoncé ce mardi une baisse de 6,5% du prix de vente conseillé pour l'ensemble des ouvrages de son catalogue, à compter du 1er novembre et «malgré une situation tendue sur le front de l'énergie et une hausse générale des prix». Il en va de même pour Cinq Frontières, filiale suisse de Madrigall, qui propose «d'homogénéiser les tables des diffusions Gallimard et Flammarion». Jusqu'à présent distinctes, elles seront abaissées à un taux unifié. Selon le diffuseur, cela correspond «à une baisse d'environ 9%, [qui] sera accompagnée d'un maintien du niveau des remises». Enfin, du côté de Servidis, la table devrait elle aussi baisser dès le 1er novembre.

Plainte recevable à Bruxelles

Ces baisses de prix s'opèrent alors que la Comco a enregistré la plainte – considérant par ailleurs que la décision de recevabilité qu'elle rendra s'appliquerait, si elle est positive, automatiquement aux autres diffuseurs appliquant

le même modèle. De plus, l'accord bilatéral sur le droit de la concurrence entre l'UE et la Suisse, entré en vigueur en 2014, rendrait automatiquement la plainte recevable à Bruxelles. Selon les informations du *Temps*, la Comco

«La réponse apportée conduit à un étranglement des libraires romands»

PASCAL VANDENBERGHE, PDG DE PAYOT

a entre-temps demandé des informations complémentaires à Payot pour nourrir l'instruction.

Mais alors, comment interpréter la réaction des diffuseurs? La stratégie de communication axant le message public sur une baisse des prix de vente n'aurait pas d'autre finalité «outre celle

de vouloir redorer leur image écornée par la plainte de Payot et le boycott des représentants par les indépendants, que de mettre les librairies romandes à genoux, analyse Pascal Vandenberghe. La baisse des prix ne s'accompagne en effet d'aucune compensation pour les libraires, contrairement à ce qui avait été fait en 2015, après l'abolition du taux plancher par la BNS.» Contacté, Olivier Babel, secrétaire général de Livresuisse, réserve sa réaction pour les prochains jours.

De son côté, Pascal Vandenberghe poursuit: «La réponse apportée conduit à un étranglement des libraires romands, aussi bien Payot que les indépendants. On ne peut l'interpréter que comme une forme de représailles – sous couvert d'un «geste» envers les consommateurs – destinées à les rendre plus «dociles» face au diktat qui leur est imposé. Les librairies indépendantes ont une stratégie différente, mais un objectif commun à celui de Payot: baisser leurs prix d'achat et adapter eux-mêmes leurs prix de vente.» ■

EN BREF

Grisons: une jeune louve abattue légalement

Les gardes-chasses grisons ont abattu une jeune louve mardi soir à Lumneins (GR). L'Office fédéral de l'environnement avait donné son feu vert à cet abattage, il y a quatre semaines. La jeune louve se trouvait à proximité d'habitations lorsqu'elle a été abattue ATS

Fribourg produira son hydrogène

Le Groupe E a donné hier le premier coup de pioche des travaux de la centrale de production d'hydrogène située au pied du barrage de Schiffenen. L'investissement s'élève à quelque 8 millions de francs. Le Groupe E prévoit une production de 300 tonnes d'hydrogène vert par an sans émission de CO2. C'est le premier projet du genre en Suisse occidentale. ATS