



## Auxiliaire de santé, par monts et par vaux.

© Samuel Devanthéry

### Se former pour aider les autres

La Croix-Rouge Valais – association cantonale indépendante – assure la formation d'auxiliaire de santé CRS depuis plus de 65 ans. Reconnue et certifiée, cette formation permet de renforcer le personnel dans les soins à domicile ou les EMS notamment. Envie d'en savoir plus ou de soutenir? Rendez-vous sur [croix-rouge-valais.ch](http://croix-rouge-valais.ch).

Elle roule, Erika. Par tous les temps, elle rejoint les personnes qui nécessitent sa compagnie, son aide. Une vocation née dans l'enfance, comme elle nous le raconte assise au soleil près de ses vignes. Petite, elle passait des journées entières chez ses voisins âgés. Elle aimait déjà ce contact et écouter les histoires du temps qui passe. Adulte, elle travaille comme vendeuse en boulangerie durant des années. En parallèle, elle s'engage comme bénévole auprès de personnes âgées. Cette envie d'aider les autres et de les soutenir ne la quitte pas.

À 52 ans, elle décide d'en faire son métier. Elle fonce, Erika. Reprendre une formation auprès de la Croix-Rouge Valais ne la décourage pas. Au contraire, elle a le sentiment de trouver enfin sa voie. Elle rejoint un centre médico-social (CMS) durant douze ans. Elle se rend à domicile, intervient auprès de patients atteints de troubles cognitifs ou dont le grand âge entrave l'indépendance. L'auxiliaire de santé Croix-Rouge les emmène en promenade, partage un repas ou tout simplement un

**Erika Favre est auxiliaire de santé pour la Croix-Rouge Valais. Au volant de sa voiture, elle rend visite à des personnes touchées par une maladie ou le grand âge, ceci afin de soulager leurs proches. Un métier enrichissant, où l'on donne autant que l'on reçoit.**

↑  
**Au volant de sa voiture électrique, Erika ne compte pas les kilomètres. Son plaisir? Aider les patients et leurs familles.**

moment de compagnie. C'est un soulagement pour les proches aidants. Quelques heures de respiration, de liberté.

Et aujourd'hui? La retraite, Erika la repousse avec un sourire. Elle ne travaille plus pour le CMS mais poursuit son activité. Même si certains jours sont plus difficiles que d'autres. Elle explique: «Il faut savoir se protéger du trop-plein d'émotions. Quand je ferme la porte d'une maison, je laisse là ce qui peut être lourd à porter.»

**Quand je ferme la porte d'une maison, je laisse là ce qui peut être lourd à porter.**

”

Sur le terrain, l'auxiliaire Croix-Rouge aime être seule mais sait partager ses difficultés avec la structure valaisanne qui la soutient. Toujours en recherche de connaissances, Erika apprécie particulièrement l'offre de formation

continue de la Croix-Rouge Valais. C'est aussi une occasion de rencontrer ses autres collègues.

Elle bouge, Erika. C'est sa nature. «On peut être auxiliaire dans un EMS, c'est bien aussi. On est entourée par une équipe, c'est rassurant. Moi, j'aime bouger! Il me faut de nouvelles têtes, de nouvelles routes. Être toujours au même endroit, très peu pour moi!» confie-t-elle. Au volant de sa fidèle voiture, elle traverse le Bas-Valais en toutes saisons.

Et la suite? Erika répond en riant: «Une connaissance m'a dit l'autre jour que je serais bientôt aussi vieille que les gens que je visite... C'est vrai, mais je ne peux pas m'arrêter! Si je le fais, je m'engagerai comme bénévole.» Elle a quand même réduit, un peu. Pour s'occuper des vignes et offrir sa belle énergie à sa famille.