

« Maltraitante, malgré moi » : le témoignage d'une aide- soignante en EHPAD

On manque de moyens, on est mal payées, mon salaire ne suffit plus à vivre et je les maltraite, alors quand je rentre je pleure. Les résident.es souffrent et moi aussi.

Hier je suis rentrée du travail, une nouvelle fois épuisée, et écœurée aussi par ce que l'on me pousse à faire. Je travaille depuis quelques années dans un Ehpad comme aide-soignante, j'aime être avec des personnes âgées, discuter avec elles, chacune à son caractère, ses difficultés, parfois elles sont seules, parfois elles ont régulièrement de la visite. Leur vie à l'Ehpad est un bouleversement, j'ai donc toujours voulu être là pour les aider, rendre ce moment de la vie moins difficile.

Au fil des années, je me rends compte que l'on accueille de plus en plus de personnes dépendantes voire grabataires mais certains résidents sont toujours relativement autonomes. Avant, on pouvait les laver, leur donner une douche régulièrement, maintenant, on a pour consigne de les doucher tous les 8 jours, parfois plus. Entre temps, c'est la « petite toilette ». Les résidents les plus autonomes, on les emmène à la douche, on les aide un peu et on les laisse poursuivre seuls, pendant ce temps, je vais dans une autre

chambre et je commence la toilette ou la douche d'un autre et ainsi de suite. Ils restent parfois une heure dans la douche à attendre que je revienne, certains expriment leur mécontentement, d'autres sont résignés, moi je suis mal. Ils ont froid et sont seuls. Quand, ils veulent aller aux toilettes, on leur dit de faire pipi dans leur couche et ceux qui ne veulent pas on leur dit qu'ils vont apprendre. Un soir je suis entrée dans la chambre d'une dame récemment arrivée, elle était dans le noir, elle attendait quelqu'un, elle avait sonné, sonné, mais on ne pouvait pas venir. Elle n'avait pas encore de lumière à proximité, alors elle a attendu plus de deux heures dans le noir, seule. C'est déshumanisant.

Je travaille à l'Ehpad pour les aider, pour vivre aussi bien sûr, mais au final j'ai beau courir toute la journée entre la chambre de l'un ou de l'autre, j'ai beau marcher 7 à 10km rien qu'en restant dans les locaux, je les maltraite. Je ne le veux pas mais c'est le cas et c'est de plus en plus difficile à vivre.

Quand on en parle au cadre, il répond toujours, c'est le ratio, vous êtes en effectif suffisant, il parle même parfois de sur-effectif ! Quand on est en sur-effectif, on est juste en nombre suffisant pour faire les toilettes à deux, aider une femme qui revient de l'hôpital après une chute et ne pas la laisser seule toute la journée.

On manque de moyens, on est mal payées, mon salaire ne suffit plus à vivre et je les maltraite, alors quand je rentre je pleure. Les résident.es souffrent et moi aussi.

Mai 2026