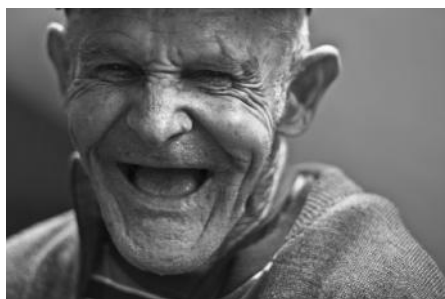


RECUEIL DE  
RÉCITS DE VIE  
auprès des  
personnes âgées isolées



Donner la parole  
Redonner Vie à la Vie  
Transmettre



# NOTRE PROPOSITION



## Notre vocation

Contribuer à **redonner aux personnes âgées toute leur valeur et leur place** dans notre société, est notre vocation.

Nous leur proposons de **tisser leur propre récit de vie**, récit reçu par un professionnel à l'écoute, puis de le transmettre si elles le souhaitent.

Nous visons à **renforcer leur sentiment d'existence**, à soutenir le souffle de vie, à **reconnaître toute la valeur de leur expérience** et les **trésors qu'elles ont à transmettre**.

Nous agissons prioritairement auprès des **personnes âgées** en situation **d'isolement social**, qu'elles se trouvent à leur domicile ou en structure d'accueil, sans visite de famille ou de proches.

Dans le but d'une **transmission plus large**, avec l'accord des personnes concernées, l'association organise des **événements** : lectures publiques, lectures théâtralisées, conférences...

## Nos valeurs

La **relation** est au cœur de notre approche.  
La **confidentialité** est une règle d'or.

Des professionnels **formés** et **supervisés** qui déploient une posture **d'ouverture à l'altérité, d'humilité, d'égal à égal**.

Ils ou elles **s'intéressent** et **prennent en compte** la personne dans sa **globalité** et sa **complexité, sans jugement**.

# NOS FONDAMENTAUX



## Une relation qui **reconnait**

Se tenir aux côtés de la personne accompagnée, à l'écoute des mots qui surgissent dans l'instant à propos de sa vie, sous-tend d'emblée que sa parole, son histoire sont **dignes d'intérêt**. Cela contribue à lui redonner le **pouvoir** et le **savoir** par la parole, à la **reconnaître** comme étant « **des nôtres** ».

## Une relation, qui **implique**, qui **met en situation de créer** et de **transmettre**

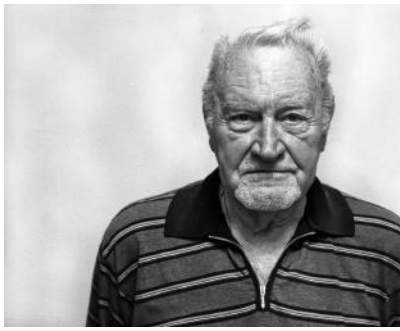
Une relation qui place les personnes qui élaborent leur récit et celles qui le reçoivent, dans une **rencontre d'être à être**.

Le récit est une création qui se tisse devant **un.e autre qui reçoit, se laisse toucher**.

Une création qui prend forme et permet de **transmettre**, de **laisser trace**.

## Une relation qui **intègre**

A chaque fois que cela est possible, **nous travaillons en lien** avec l'entourage et/ou avec le personnel de l'Ehpad.



## NOTRE SAVOIR-FAIRE

### En individuel

Les **modalités pratiques** sont convenues avec la personne, lors de la première rencontre.

**Le lieu** : au domicile ou dans l'établissement.

**Moyens d'expression** : parole, écriture et pourquoi pas, en fonction des envies et demandes de chacun : collage, photo, peinture, pastels...

**Fréquence des rencontres** : hebdomadaire de préférence.

La rencontre dure **entre 1 heure et 1 heure 30**.

L'accompagnement compte **6 à 10 rencontres**.

Le récit produit prend la forme d'un **recueil papier** et/ou **d'une lecture enregistrée**

Ces supports sont la propriété unique de la personne accompagnée.

Elle peut le(s) **transmettre à la (les) personne(s) de son choix**.

La personne **garde la main sur ce qu'elle dit ou ne dit pas de sa vie**, du début à la fin de l'accompagnement.

### Une séance : repères

L'intervenant.e prend avant tout le temps de **rentrer en relation**.

Il ou elle fait ensuite la **lecture** de ce qui a été écrit précédemment, y apportant si besoin des ajustements.

Puis le récit se poursuit, avec **ce qui émerge dans l'instant**.

Nous prenons ensuite le temps de **mettre fin à la rencontre** en douceur.

Entre les séances, l'intervenant.e effectue un **travail d'écriture**, tout en restant au plus près des propos recueillis.

# À PROPOS DE NOUS

Notre association a été créée en 2020  
sous l'impulsion de **Valérie Cadet**, en lien avec  
des **professionnels de la relation d'aide,**  
**art-thérapeutes et artistes,**  
particulièrement touchés  
par la situation des personnes âgées isolées.

*"Je suis **art-thérapeute, coach certifiée, comédienne**  
**et membre du MAT**, Mouvement d'art-thérapeutes.*

*Je suis fermement convaincue  
que l'expression artistique et créatrice est,  
pour chacun.e d'entre nous, une voie d'accès privilégiée  
à ses propres ressources et potentiels.*

*J'ai exercé pendant plus de 20 ans les métiers de l'accompagnement  
des hommes et des femmes dans l'entreprise.*

*En parallèle, je pratique le clown de théâtre depuis 1998.  
J'anime depuis 15 ans des stages  
au sein de la Compagnie du Théâtre du Chapeau à Bordeaux  
et pointe mon nez lors d'évènements tels que colloques,  
séminaires,...*

*Tout en poursuivant mes activités de coach, j'interviens en tant  
qu'art-thérapeute en **Ehpad** et en **CSAPA**, Centre de Soins,  
d'Accompagnement  
et de Prévention en Addictologie.*

*En individuel ou en collectif,  
je propose des **ateliers combinatoires**  
qui mêlent la **parole** et **l'expression artistique**  
sous différentes formes : dessin, peinture, collage, modelage,  
écriture, mise en jeu, clown, récit de vie..."*



Valérie Cadet

# À PROPOS DE NOUS

## Notre équipe



### **CATHERINE AGUERRE** **PRÉSIDENTE**

---

*"Apaiser et remettre un peu de joie et de mouvement dans des cœurs et des corps en souffrance, rallumer des petites étincelles de vie dans des regards perdus voire vides ... juste en écoutant...Difficile voire impossible ? C'est pourtant ce qui fût ma motivation première en exerçant le métier de médecin généraliste pendant 30 ans. C'est ce qui m'a soutenue pendant une dizaine d'années dans l'accompagnement d'un proche porteur d'une maladie d'Alzheimer. Alors comment ne pas être enthousiaste et honorée à l'idée de participer à la réalisation d'un tel projet ?"*



### **DENIS BARBE** **SECRÉTAIRE**

---

*"Après une expérience de 15 ans auprès des jeunes en difficulté d'insertion et un parcours en clown d'intervention sociale, c'est assez naturellement que je m'investis dans 7Umain pour contribuer humblement à développer ce joli projet, où se mêlent joie et émotions."*



### **JEAN-BERNARD AGUERRE** **TRÉSORIER**

---

*"Comptable retraité, je suis heureux de mettre mes compétences au service de cette association. Le hasard des rencontres m'a permis de connaître ce beau projet. Tel le colibri, je souhaite lui apporter mon brin d'humanité."*

# QUELQUES REPÈRES



En France en **2017**

(selon l'étude réalisée par le CSA pour les Petits Frères des Pauvres)

**900 000** personnes âgées de **60 ans et plus** sont **isolées** de leur famille et de leurs amis



**300 000** sont en situation de « **mort sociale** », ne rencontrant quasiment jamais ou très rarement d'autres personnes (réseau familial, amical, voisins, réseau associatif)

Et dans **les années à venir...**

(source Insee)

En **2035**  
**30,6%** des Français auront **plus de 60 ans**  
(contre 26,1% en 2019)



En **2060**  
**10 %** des Français auront **plus de 80 ans**  
(contre 6% en 2019)



Pour le Conseil Économique, Social et Environnemental, **l'isolement social** est « la situation dans laquelle se trouve la personne qui, du fait de **relations durablement insuffisantes** dans leur nombre ou leur qualité, est en situation de **souffrance et de danger** ».

Les relations d'une qualité insuffisante sont celles qui produisent un **déni de reconnaissance**, un **déficit de sécurité** et une **participation empêchée** ».



# TÉMOIGNAGES

Lors de la lecture du récit finalisé...

« Raconter, ça permet de réfléchir aux circonstances de la vie. Je m'en suis bien sortie ! »

« J'ai toujours dit que j'étais fière de mes enfants et c'est vrai, mais je crois que je peux aussi être fière de moi. »

« Le document, je le placerai dans un endroit où mes enfants le trouveront après ma mort. Aujourd'hui ils ont leur vie, tout ça ne les intéresse pas... Ils vont apprendre des choses ! »

Ce qui me fait du bien, c'est de regarder les belles choses... »

« Vous ne pouvez pas savoir dans quel endroit je suis là... dans mon cœur... Je suis bien ! »

"Vous avez réssuscité ma vie."

**Merci**

à Roger, Léonie, Lucette, Paulette, Pierre, Marie-Thérèse pour leur confiance !





# Nous avons besoin de vous !

C'est grâce à vos dons que nous pouvons déployer notre mission auprès des personnes âgées isolées.

## 7umain est un organisme d'intérêt général

Vos dons ouvrent droit à réduction d'impôts

**Vous êtes un particulier** : la réduction d'impôt est de 66 % du montant des dons dans la limite de 20 % du revenu imposable.

**Vous êtes une entreprise** : la réduction d'impôt est de 60 % du montant des dons, dans la limite de 10 000 € ou 5 % du chiffre d'affaires annuel hors taxe.

Contactez-nous !

[contact.7umain@gmail.com](mailto:contact.7umain@gmail.com)

06 73 88 01 11