



Les participants de l'atelier d'écriture et Nathalie MATHIS



Une séance de l'atelier d'écriture animée par Nathalie MATHIS

chacun des participants, d'être soutenus dans sa démarche de projet de vie, face aux différentes étapes de l'avancée en âge et aux transitions à venir.

28 personnes (retraités ou futurs retraités) ont ainsi participé aux Ateliers du Projet de Vie, sachant qu'un certain nombre d'entre eux, a participé aux deux ateliers proposés, ce qui était un objectif de départ, puisque la transversalité et la complémentarité entre ces deux ateliers étaient naturellement recherchées.

1. FOCUS sur l'atelier d'écriture « Vieillir, qu'est-ce à dire ? »

L'atelier d'écriture « Vieillir, qu'est-ce à dire ? » a été animé par Nathalie MATHIS, écrivain-biographe (ALIXCOM) et a concerné **14 retraités ou futurs retraités (13 femmes et 1 homme)**.

L'ouvrage collectif, le livre rédigé avec (par) les participants de l'atelier d'écriture a été présenté lors de l'Assemblée Générale de l'association qui s'est tenue le 17 avril 2014. Il s'intitule bien évidemment : « Vieillir, qu'est-ce à dire ? ».

À noter que toutes les photos du livre ont été réalisées par le photographe, Sam BELLET.

Le livre est disponible sur simple demande et prochainement téléchargeable sur le Site Internet :

www.clicmetropolenordouest.fr



Livre de l'atelier d'écriture
« Vieillir, qu'est-ce à dire ? »

Reportage Autour d'une « sage-femme ».

Quatorze participants se sont lancés dans l'aventure de l'atelier d'écriture « Vieillir, qu'est-ce à dire ? », proposé par le CLIC Métropole Nord-Ouest. Autour de l'Écrivain – Biographe, Nathalie MATHIS, ils ont, lors de sept séances, pris la plume pour coucher sur papier leurs sentiments face à cette étape importante de la vie.

Un atelier qui a permis à Pascale, 61 ans, de Wasquehal, « de se poser. Cela m'a même donné l'envie de continuer à écrire ». Un exercice « difficile » pour Claude, de Loos, qui, dit-elle avec humour, n'a « pas l'habitude d'écrire en dehors du courrier du cœur ! C'est aussi troublant de savoir qu'on va être lu » avoue-t-elle. Marie-Hélène, de Bruay-la-Buissière, 61 ans, a « pu mettre [ses] mots sur [ses] maux. Le rôle de Nathalie Mathis est celui d'une sage-femme, c'est une accoucheuse de nos sentiments ». Pour Marie-Christine, de Herlies, 62 ans, « la retraite est passante et cet atelier est stimulant ».

Annie, de Quesnoy sur Deûle, vit quant à elle dans un milieu agricole : « l'écriture n'est pas la première chose à laquelle on pense dans ce milieu pour exprimer ses sentiments. J'ai un projet : écrire mes mémoires. Je ne savais pas par où commencer, ça bouillonnait mais ça ne sortait pas. Je vais continuer à écrire mais en cachette ! ».

L'une des richesses de ce groupe était aussi la présence de Sidona, 70 ans, cambodgienne vivant à Pérenchies. Les perceptions différentes de la retraite dans nos cultures ont ainsi pu se confronter. « Mon français est oral, et j'ai de la difficulté à construire des phrases. Mais la retraite pour moi, c'est formidable, je n'ai plus de contraintes ! ».

2. Focus concernant l'atelier-formation sur le projet de vie individuel

L'atelier-formation sur le projet de vie individuel animé par Rosa CARON, psychologue a quant à lui été un lieu de prospective qui aura aidé ses participants à réfléchir sur leur projet de vie, face aux différentes étapes de l'avancée en âge et aux transitions à venir. Pour certains, il se sera agi plutôt de poursuivre leur projet de vie, mais pour d'autres, un nouveau projet de vie à construire. **14 retraités ou futurs retraités (14 femmes) ont participé à cet atelier.**

Reportage L'effet « groupe »

Après avoir animé pour la troisième fois consécutive, cette formation renouvelée et intégrée cette année dans les Ateliers du Projet de Vie, Rosa Caron tire un bilan enthousiaste : « Tous les groupes sont différents avec des parcours et des attentes propres à chacun. Mais le rapport à la retraite est à chaque fois ambivalent : les participants reconnaissent des craintes mais aussi des attentes positives face au passage à la retraite » analyse la psychologue.

La réflexion en groupe que propose le CLIC Métropole Nord-Ouest est une particularité qui apporte une richesse unique. « Nous avons tous une représentation de la retraite liée à notre vécu et à la société dans laquelle nous vivons » souligne Rosa Caron. « Mais réfléchir en groupe permet à chacun de confronter sa vision du monde à celle des autres. Chaque participant se pose des questions et sa réflexion est relancée par le questionnement des autres membres du groupe. Cette expérience m'interpelle d'ailleurs dans ma réflexion de psychologue sur l'accompagnement du patient. » ●