



# Des rencontres autour pour rompre l'isolement

**Tous les quinze jours, en Mayenne, des personnes âgées vivant à domicile se retrouvent dans des maisons de quartier pour dialoguer sur des faits de société. Grâce à ces temps conviviaux, un tissu social s'est créé et embellit leur quotidien.**

## Fiche d'identité de l'association

Vite lu est une publication de l'association Lilavie.

**Son objet:** favoriser le lien social, l'appartenance à la société et la reconnaissance humaine de publics en difficulté avec la lecture.

**Son site:** [www.lilavie.fr](http://www.lilavie.fr)

Lilavie édite quatre journaux:

- **Info fax:** créé en 2000 pour les personnes sourdes de naissance, particuliers, établissements scolaires, associations...
- **Vite lu Nymphéa:** pour des personnes touchées par l'illettrisme (maisons d'arrêt, ateliers de formation de base, associations d'échanges de savoirs, écoles...).
- **Vite lu Adultes âgés:** à destination des personnes âgées en établissements ou isolées à domicile.
- **Vite lu Lila:** pour les personnes vivant avec un handicap mental, en ESAT, foyers d'hébergement, IME, SAVS, ULIS, SESSAD...

**Ses moyens:** trois salariés et une vingtaine de bénévoles.

## Ne pas oublier les personnes à domicile !

En 2003, l'association Lilavie, basée à Laval (53), a créé un journal intitulé *Vite lu* destiné aux adultes âgés. Journal bihebdomadaire, c'est-à-dire publié deux fois par semaine, il se compose :

- d'une page résumant l'actualité nationale et internationale, rédigée avec des mots simples, des phrases courtes;
- d'une deuxième page « spécialisée » envoyée tous les jeudis: un article relate un fait historique que les personnes âgées ont vécu, afin qu'elles puissent évoquer leurs souvenirs (notamment les personnes touchées par la maladie d'Alzheimer). Une actualité liée au 4<sup>e</sup> âge est développée. Des brèves insolites et citations sont proposées pour apporter de la légèreté.

Le mardi, une page est consacrée à l'expression des lecteurs. Les personnes âgées, individuellement ou au cours d'ateliers, peuvent adresser des poèmes, témoignages, récits de vie, etc., qui seront lus par les abonnés des différentes publications (voir encadré ci-contre)

offrant ainsi des échanges entre générations et milieux sociaux. *Vite lu* est diffusé par abonnement d'1 an, de date à date. Le tarif varie de 40 à 80 €, plus une adhésion annuelle obligatoire à l'association de 5 €.

Ses originalités:

- arriver par mail (ou par fax) et être mis à disposition de ses lecteurs,
- être écrit en caractères assez gros pour les personnes malvoyantes,
- reprendre les actualités importantes des différents médias pour offrir une lecture plus complète d'un événement,
- comporter au verso de la feuille un espace pour que la structure abonnée puisse y ajouter ses propres nouvelles.

Sa maquette a été élaborée en partenariat avec le Groupement des animateurs en gérontologie (GAG). Diffusé dans les maisons de retraite et foyers logements, il est utilisé comme support à l'animation de temps conviviaux autour d'ateliers revue de presse ou d'expression.

Et les personnes à domicile? Lilavie a souhaité ne pas les exclure de sa démarche.

## L'action concertée des acteurs locaux et des bénévoles

L'association a organisé une rencontre avec les acteurs de l'aide à domicile (CCAS, AFAD...) de Laval. Nous avons proposé que les organismes s'abonnent au journal et organisent la diffusion de *Vite lu*, via les auxiliaires de vie sociale, auprès des personnes âgées qui en font la demande. La réponse ne s'est pas fait attendre: ce résumé d'actualités commentées par les professionnels a enchanté les personnes âgées.

Des bénévoles portent aussi le journal à domicile et en font parfois la lecture. Cela per-



## le l'actualité

met, chaque semaine, de recevoir une visite. Dans d'autres cas, les personnes âgées préfèrent aller le chercher dans la maison de quartier proche de chez elles, souffrant ainsi une sortie bihebdomadaire.

Mais à quoi bon lire l'actualité si on ne peut la partager? Lilavie a souhaité réunir ses lecteurs, pour que chacun, lors d'un temps convivial, puisse exprimer son ressenti, évoquer ses souvenirs, faire bénéficier de son expérience... comme elles pouvaient le faire autrefois sur leur lieu de travail, au marché ou au café!

Ainsi, petit à petit, des rencontres se sont mises en place dans les maisons de quartier et sont animées par des « binômes » animateur professionnel/bénévole. Avant chaque rencontre, des bénévoles appellent les personnes âgées, prennent des nouvelles, les interrogent sur leur souhait ou non de participer. En cas de besoin, un transport est organisé. Certains prennent en charge l'aspect convivial, confectionnant des gâteaux ou autres douceurs.

### Des liens se tissent

Comment allez-vous? Les rencontres débutent en prenant des nouvelles des uns et des autres. Si une personne est absente, un bénévole en donne la raison. En cas de maladie, des participants, de retour chez eux, passeront un petit coup de fil pour adresser une pensée, ou rendront une visite à l'hôpital...

Après ce temps d'échange, la lecture des journaux *Vite lu* peut commencer. Différents titres sont proposés pour laisser le choix des sujets. Ceux qui le souhaitent se lanceront dans une lecture à voix haute. Cela permet aux personnes déficientes visuelles de prendre connaissance de l'information.

Puis, les discussions démarrent, sous la conduite de l'animateur. L'une des participantes apprécie car « c'est un lieu où on peut discuter des faits de société actuels ». D'autres aiment revenir sur des faits historiques: « On aime bien se souvenir à partir de l'article "Ça s'est passé le". C'est l'occasion de raconter à l'animateur, le "petit jeunot", des faits qu'il n'a pas vécus! »

Parfois, des intervenants extérieurs sont conviés. Ainsi, après un article sur la banque alimentaire, des bénévoles de l'association viennent expliquer leur engagement, parler des bénéficiaires; il arrive aussi que l'animatrice apporte le cahier de son fils, pour découvrir comment l'école évolue, etc.

Puis vient le partage du goûter, occasion de fêter, s'il y en a, les anniversaires. Certains souhaitent apporter eux-mêmes le gâteau, réalisant auparavant la commande et l'achat, à l'aide d'un bénévole.

### Réduire les appréhensions

Les rencontres sont aussi un espace pour partager les petits soucis du quotidien et les relativiser. On s'aperçoit ainsi que certains parlent à leurs plantes pour entendre une voix, briser la solitude... Finalement, on ne perd pas la tête!

Se rendre à la maison de quartier permet de rencontrer du monde. Et une fois que l'animateur est connu, rien n'empêche de participer à d'autres activités proposées! Ainsi, cet été, des personnes se sont rendues à une journée à la mer, à Saint-Malo. D'autres ont découvert grâce aux bénévoles de Lilavie que la municipalité organisait un repas des aînés et ils ont exprimé le souhait d'y participer.

Ces rencontres sont également ouvertes aux personnes âgées vivant en institution. Cela



permet de découvrir d'un autre œil la vie en maison de retraite. Une résidente participante aux rencontres a proposé à ceux qui le souhaitaient de lui rendre visite, de découvrir son espace et son rythme de vie.

« Heureusement qu'il y a Vite lu! », s'est exclamée un jour une participante. Oui, bien sûr, il y a *Vite lu*, mais aussi tout ce que chacun, professionnels, bénévoles et personnes âgées, a apporté pour faire de ces rencontres de « délicieux » moments.

**Essayez Vite lu, gratuitement!**

Si vous souhaitez découvrir Vite lu, n'hésitez pas, testez-le gratuitement durant trois semaines. Il vous suffit pour cela d'adresser à l'association Lilavie, par mail, fax, téléphone:

- vos nom et adresse,
- l'adresse mail ou le numéro de fax de réception du journal,
- la date de début d'essai souhaitée.

Association Lilavie  
15-17, quai Gambetta, 53000 Laval  
Tél. : 02 43 53 18 34 / Fax : 02 43 53 42 32  
Mail : vite.lu@wanadoo.fr  
Site : www.lilavie.fr

**l'auteur**  
Anne Jeanneau  
Directrice de publication, Vite lu