

undefined - mercredi 4 mai 2022

ACTU | GRAND CHAROLAIS

PARAY-LE-MONIAL

Les résidents du béguinage du Val-d'Or travaillent leur mémoire

Guy THERVILLE



Maurice (à gauche) donne trucs et astuces pour donner du peps aux neurones et à la vie des participantes. Photo JSL /Guy THERVILLE

Dans le cadre des “Ateliers Bons Jours” mis en place par la Mutualité Française, des résidents du béguinage suivent les ateliers de Maurice Aublanc sur la mémoire.

Il régnait une bonne ambiance mardi matin au béguinage du Val-d'Or entre les participantes à la 9^e séance des ateliers mémoire mis en place par la Mutualité Française de Bourgogne Franche-Comté, sous l'égide de la Fondation nationale de gérontologie.

C'est dans le cadre du programme “Ateliers Bons Jours” qui s'adresse aux personnes autonomes de plus de 60 ans, que 7 dames et 1 monsieur, depuis le 8 février profitent des conseils dispensés par Maurice Aublanc, animateur. Ce dernier explique : « La problématique de l'isolement, phénomène social très négatif pour la personne, a été particulièrement accentuée avec la crise du covid. L'être humain, cet animal social, n'est pas fait pour rester seul. La communication est indispensable à la conservation de ses facultés cognitives. Pour cela, en début de chaque séance, il y a une sorte de revue de presse, pendant laquelle chacun peut s'exprimer sur ses centres d'intérêt, sa vie personnelle, ses connaissances, ses voyages... Tout ce qui retrace une vie en fait. Brigitte nous a lu quelques poèmes de sa composition ».

• Des échanges pour comprendre le fonctionnement du cerveau

Voilà un point de départ au dialogue qui va s'instaurer entre les participants et l'animateur, et dont l'objectif est, au fil des étapes, de comprendre le fonctionnement du cerveau, pourquoi on oublie

tout, et en même temps dédramatiser, reprendre confiance et mettre en place une stratégie pour préserver cette mémoire qui nous échappe.

Gervaise souligne : « Il y a des souvenirs oubliés à jamais, notre but est de ne pas en perdre plus. À travers la parole que nous donne Maurice, nous comprenons l'importance d'écouter l'autre. » Joëlle et Brigitte insistent sur un point « nous ne sommes pas en Ehpad ou en résidence seniors, nous vivons en autonomie en associant à notre guise vie privée et vie communautaire dans le respect de la charte de l'établissement. Nous sommes libres de participer aux animations qui se déroulent ici ou en extérieur ». Elles conseillent aux seniors de participer à ces ateliers.

En fin d'année dernière, les rencontres du même type étaient axées sur l'équilibre. Mardi prochain se tiendra la 10^e et dernière séance. Maurice conclue avec un sourire sur ce déficit de mémoire : « Quand on pense devenir "GAGA" en fait on n'est que "DADA" (Déficit d'Attention Dû à l'ÂGE). »

« L'être humain n'est pas fait pour rester seul. La communication est indispensable à la conservation de ses facultés cognitives. »

Maurice Aublanc, animateur des ateliers mémoire