

Autonomie, projet de vie, numérique, prévention, parole, lien social, émotions, portrait, vie, rire, santé, expression, actualités, nutrition, bien vieillir, artistique, conseils, joie, écriture, valorisation, acteur, photographie, innovant, échanges, écoute, mémoire, blog

Atelier écriture // Création d'un journal

POUR LES SENIORS

Élargir le champ des possibles !



L'atelier écriture est un « concentré » d'activités proposées aux seniors à domicile ou en résidence autonomie, avec comme finalité, la conception d'un journal ou d'un blog, par et pour les seniors. Il préserve le lien social, favorise le bien-être, répond au projet individualisé de la personne... L'atelier écriture est un outil participatif : la personne âgée est acteur en devenant membre du comité de rédaction ! Travail en commun sur le choix, l'écriture, l'illustration et la validation des articles & rubriques. C'est un véritable moment de partage, d'échanges, de réflexion et d'écriture. L'atelier fournit aux seniors un moyen d'expression, en plus d'être un outil de développement social, culturel, valorisant l'individu et le groupe. Le journal permet de diffuser des messages de prévention (santé, nutrition, exercices physiques...) proposés par les seniors ou des professionnels, visant à garantir le capital autonomie de la personne âgée.

Des outils simples... L'écoute, la parole, l'écriture

Une démarche simple, qui consiste à écouter, donner la parole, et proposer l'écriture pour stimuler différentes capacités et créer des échanges entre les participants. Pour cela, il est nécessaire que toutes les personnes inscrites soient volontaires.

Des vocations multiples pour le journal : informer les familles, les proches, les résidents, travailler la mémoire, stimuler la créativité

et l'esprit d'initiative, outil de prévention de par les thèmes abordés, de divertissement...

Les aînés sont en attente de ces moments d'échanges, ils sont valorisés de par leur action participative, créative et artistique.

Ils ouvrent une fenêtre sur l'extérieur, un projet singulier leur est proposé : « élargir le champ des possibles ! »

CyberSeniors // Innovation

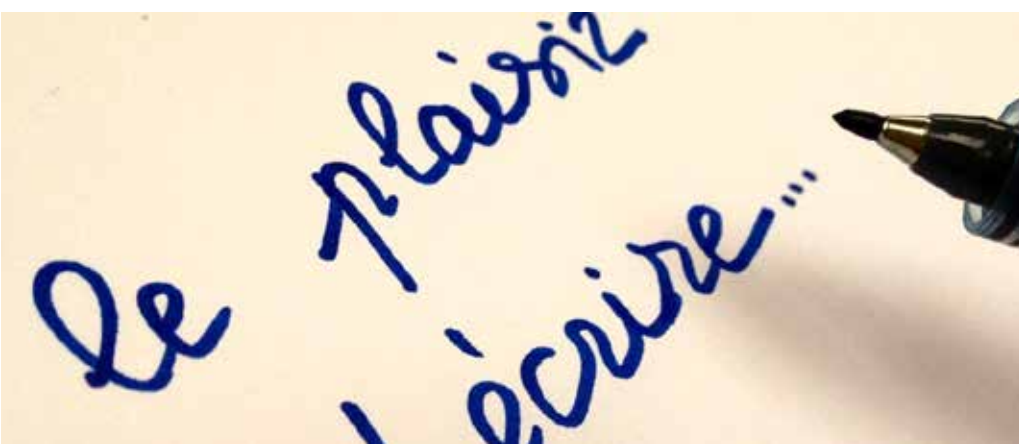
L'atelier écriture permet également un accès au monde numérique ! Les personnes âgées animent le blog de la Résidence ou du quartier, un article ou deux sont écrits sur le temps d'un atelier. Tout comme le journal papier, il permet de communiquer en interne et vers l'extérieur.

C'est un superbe outil d'animation et d'initiation à l'informatique !

Intervenant...

Lydia Perrier, assistante communication de métier, j'ai créé et animé pendant 10 ans le journal interne d'un groupe industriel. Aujourd'hui j'exerce ce métier en indépendant pour différents publics. Je travaille également auprès des personnes âgées et met en page des publications à destination des seniors.

D'un naturel enjoué, j'aime échanger, partager avec les seniors sur leur parcours de vie, ils ont tant de choses à nous dire, à nous de les écouter !





Objectifs...

Permettre la résurgence d'une mémoire récente et ancienne défaillante,
Permettre la transmission d'une mémoire individuelle et collective par la restitution orale et écrite de textes,
Faire fonctionner la mémoire et l'imagination,
Mettre des mots sur ses sentiments, ses émotions,
Garantir le capital autonomie et développer la prévention santé,
Rompre la solitude et inciter à la rencontre,
Apporter de la joie et du rire,
Ouvrir de nouvelles voies d'expression,
Donner envie de lire, d'écrire et d'apprendre,
S'inscrire dans un projet de valorisation par l'échange de connaissances,
Communiquer sur le dynamisme et l'implication de l'établissement.

Matériel à prévoir...

Journal papier ou Blog ?

Une salle, tables et chaises, tableau, marqueurs, stylos et papier, un ordinateur avec connexion internet, une imprimante.

Pour favoriser les échanges et donner à chacun le temps suffisant à la parole, l'écoute et l'écriture, le groupe de participants est limité à dix personnes, avec éventuellement un personnel.



Coût modulable...

La durée d'un atelier est de 2h30, le tarif horaire est de 60€ nets, sans frais supplémentaires si déplacement inférieur à 30km, soit pour un atelier : 150€. Vous pouvez opter pour une fréquence de 2 ateliers par mois, ou plus en fonction du format du journal et du nombre de participants. L'engagement se fait au trimestre, durée nécessaire pour la conception d'un journal collaboratif. Inclus dans le tarif, la mise en page d'un journal professionnel (A3 plié), au format pdf, prêt à imprimer !

Autre possibilité, avec la même finalité, l'animation d'un blog : un ou deux articles sont publiés sur le blog sur le temps d'un atelier. Même tarification : 150€ pour 2h30 d'atelier, avec un engagement au trimestre, fréquence à choisir, inclus l'ouverture et le graphisme du blog via une plate-forme ou application numérique.

Côté organisation...

La durée d'un atelier est de 2h30, pour permettre à chacun de s'exprimer et de profiter pleinement de l'activité. Ponctué de pauses telles que le chant avec guitare, dessin, jeux de mots, photographie...

Lors du 1^{er} atelier, je présente le projet, mon parcours professionnel et mes activités artistiques. Puis les participants se présentent et donnent leur impression, s'ils le souhaitent. Il est important que cet atelier se déroule dans une ambiance détendue, joviale que chacun se sente en confiance !

Ensuite, nous choisissons un nom pour le journal et son graphisme : style et couleurs.

Pour chaque édition, des rubriques et le sommaire sont choisis par les seniors. Vient ensuite de temps de l'écriture de textes courts et clairs, illustrés par des photos ou dessins. Le but étant de produire, ensemble, de 5 à 10 textes sur un trimestre qui seront ensuite insérés et mis en page par mes soins. Le journal est imprimé par l'établissement et présenté lors du dernier atelier du trimestre.

Des rubriques intéressantes...

Retour sur une animation passée

☛ **mémoire, échanges, recherche photos**

Échanges sur des astuces, sur une recette, remède, jardinage par les seniors

☛ **mémoire, échanges, valorisation**

Interview d'un professionnel de la santé : infirmière, psychologue, pharmacien, aide à domicile, kinésithérapeute...

☛ **lien social, prévention santé, autonomie**

Portrait d'un résident

☛ **valorisation, rencontre, projet individualisé**

Actualités et dates à retenir

☛ **recherches, levier de motivation**

Carnet «Bienvenue et départ»

☛ **communication, lien social**

Jeux de mots, différences, rébus...

☛ **mémoire, implication**



Contact

Lydia Perrier // 50540 Isigny-le-Buat
lydia@assistacomm.com
06 29 16 96 09
www.assistacomm.com
www.instagram.com/lydiaperrier
www.bloglydiaperrier.jimdo.com

N'hésitez pas à me contacter, c'est avec plaisir que je vous présenterai ce projet innovant, qui plaira je suis sûre aux seniors à domicile ou en résidence !

SIRET : 50780973900018 - APE 7021Z
RCS Coutances - Document non contractuel