

Des idées pour agir

Grand âge



GAUTHIER ROXANNE

Le plus beau tango du monde

Et si on se soignait grâce au tango? Depuis quinze ans, des scientifiques étudient l'effet de cette danse sur les personnes atteintes de maladies évolutives telles Alzheimer et Parkinson. Le tango aide en effet à surmonter les conséquences de ces pathologies: maintien d'une posture droite, travail de l'équilibre, de la marche avant et arrière... En France, «La caravane de la mémoire» organise des ateliers de six mois à un an, dans des Ehpad, des hôpitaux ou des centres d'accueil de jour, autour du «tango thérapeutique». Avec de vrais acquis: d'après les soignants de ces établissements, les résidents ont plus d'appétit, dorment mieux et nouent plus facilement des contacts. Une thérapie joyeuse, sur laquelle travaille Anne Bramard, documentariste, dont les films sont accessibles sur YouTube. abbreportages.fr

Pages réalisées par Marine Lamoureux avec Eve Guyot, Joseph Le Fer et Capucine Taconet

Souvenirs, souvenirs

Les récits des plus âgés sont un véritable patrimoine vivant que l'association «Globe Conteurs» souhaite valoriser. Créée à Nantes, en 2017, elle propose de devenir «collecteur» d'histoires, en allant à la rencontre des seniors, chez eux ou en Ehpad. Après une formation des bénévoles recueillent ainsi leurs souvenirs, en les enregistrant, en les filmant ou simplement par écrit. Une matière qui sert ensuite à imaginer des projets, mêlant histoire et citoyenneté. Par exemple, un «cercle du souvenir» pour raconter aux jeunes habitants de la commune de Haute-Goulaine, en Loire-Atlantique, comment était l'école d'antan. Ou à Nantes, la réhabilitation du site des bains-douches du quartier Feydeau.

Les témoignages sont accessibles au travers d'une carte interactive sur globeconteur.org

L'évasion par la scène

Les résidents d'Ehpad ne pouvant se déplacer, la culture vient à eux! Depuis 2020, le festival «EHPAD'ons-nous», organisé chaque année par l'association «VielliSon», transforme ces établissements en véritables scènes artistiques, ouvrant leurs portes à des artistes locaux, en Occitanie, Bourgogne-France-Comté et en Île-de-France. Ainsi, les résidents se retrouvent «comme au théâtre». Musique, danse, arts du cirque... l'association, qui privilégie les Ehpad à but non lucratif, propose aussi des ateliers créatifs dans des disciplines variées: écriture, photographie, peinture, etc. Une façon d'encourager les personnes âgées à exprimer leur sensibilité. Mais aussi à tisser de nouveaux liens avec leur entourage, convié aux spectacles comme aux ateliers. ehpadons-nous.fr