



Communiqué de presse

Blois, le 30 septembre 2024

« Ensemble, racontons notre histoire ! »

Un atelier d'écriture seniors à Chécy

Dans le cadre de la lutte contre l'isolement, du renforcement des liens sociaux et du bien vieillir la Mutualité Française Centre-Val de Loire (MFCVL) propose des ateliers d'écriture à destination des seniors du 10 octobre au 19 décembre 2024 à Chécy.

La première séance d'écriture sera organisée jeudi 10 octobre 2024, de 10h à 12h, salle du Héron Cendré, 34 rue de la Herpinière, en partenariat avec le CCAS de Chécy, le Conseil départemental du Loiret et la Caisse d'Assurance Retraite et de la santé au Travail (CARSAT).

Tout au long des séances, les seniors participants pourront rompre l'isolement par la rédaction, à plusieurs, de textes, d'histoires fictives ou réelles qui seront ensuite édités et présentés lors d'un temps de valorisation de l'œuvre. L'objectif est de développer les facultés de mémorisation, de concentration, d'imagination et de créativité des personnes âgées mais également de transmettre leurs mémoires aux générations futures.

Le vieillissement peut souvent s'accompagner de souffrance psychique au quotidien : pertes des amis, deuils des proches, défaillance d'une fonction ou des sens, baisse de la mobilité. Toutes les actions qui permettent de rompre l'isolement social, d'améliorer la solidarité entre générations, la mise en place d'aides améliorant la qualité de vie participent à une meilleure santé mentale pour les personnes âgées. Pour Jean-Pierre Blasco, Président de la Délégation Territoriale d'Eure-et-Loir de la Mutualité Française – Centre Val de Loire « *L'écriture a de nombreuses vertus : elle stimule la mémoire, la concentration, l'imagination et la coordination des gestes, libère du stress, et améliore le sommeil. Elle est aussi fédératrice et impliquante* ».

10 séances pour améliorer l'estime de soi :

Animé par un écrivain, cet atelier d'écriture collectif se déploie en 10 séances de 2 heures chacune.

La première séance doit permettre aux participants d'apprendre à se connaître et de définir le thème de l'ouvrage. L'écrivain intervenant s'inspire des échanges (histoires, expériences, anecdotes...) pour former un recueil. Après chaque séance, il remet en forme les textes et idées proposées et les transforme en texte.

Les travaux seront finalisés sous la forme d'un ouvrage qui sera présenté à l'occasion d'une séance de dédicace vernissage. L'objectif est de valoriser les travaux du groupe, en conviant le grand public, les amis, la famille, la presse, les élus, ainsi que les partenaires.

Ce moment de convivialité se déroulera de lectures de passages sous la forme de scénettes mises en musique.

Contact presse :

Camille LHOPITAUX : 06 32 36 36 54 – camille.lhopitaux@murec.fr

Suzie Gauthier : 02 54 70 59 62 – 07 88 28 24 44 – suzie.gauthier@murec.fr

Mutualité Française Centre-Val de Loire : 5 – 7 – 9 Quai de la Saussaye, 41000 Blois – www.centrevallaloire.mutualite.fr

