MUTUALITÉ FRANÇAISE
CENTRE - VAL DE LOIRE

COMMUNIQUE DE PRESSE

Blois, le 5 août 2025

« Ensemble, racontons notre histoire ! » : un atelier d'écriture seniors à Levroux

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 séniors du 17 septembre 2025 au 14 janvier 2026 à Levroux. La première séance d'écriture sera organisée mercredi 17 septembre 2025, de 14h à 16h dans la bibliothèque municipale, 5 rue Gambetta, en partenariat avec le pays de Valençay en Berry et la bibliothèque de Levroux, le Conseil départemental du l'Indre et la Caisse d'Assurance Retraite et de la santé au Travail (CARSAT).

Tout au long des séances, les séniors 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 proposée 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.

Pour plus d'informations, vous pouvez contacter :

Contact Presse

- Suzie Gauthier
  Infographiste, chargée des médias sociaux
  suzie.gauthier@murec.fr 07.88.28.24.44

- Camille Lhopitaux
  Chargée de mission prévention et promotion de la santé
  camille.lhopitaux@murec.fr 06.32.36.36.54