

## **Presentation des « Lulue, Passeurs de lecture » et de l'action Semaine Bleue 2020**

**I Les « Lulue, Passeurs de lecture » de Cambo-Les-Bains** sont des personnes résidentes de 4 Ehpad de la ville qui suivent depuis Septembre 2018 un atelier où sont intégrés des habitants de la ville : action «intergénérationnelle d'adultes ».

Au cours de cet atelier, bimensuel, les participants étudient des textes qu'ils choisissent, et travaillent sur leur lecture à voix haute en vue de lectures publiques. Depuis 2018, trois groupes se sont constitués dans quatre Ehpad de la ville, animés par la responsable salariée de l'association «Les rendez-vous de lecture » et des bénévoles : 15 personnes âgées résidant en Ehpad qui peuvent, pour certaines, souffrir de troubles cognitifs ou être porteuses d'handicaps moteurs et 7 personnes habitantes de la ville suivent assidûment ces ateliers. A deux reprises, la lecture publique a été préparée avec des enfants de l'ALSH.

Plusieurs lectures publiques ont été présentées : dans chaque Ehpad, devant l'ensemble des résidents ; dans des lieux du patrimoine culturel, l'orangerie de la Villa Arnaga et l'Espace culturel Assantza. Ces lectures ouvertes à un large public ont attiré jusqu'à 60 personnes de tous âges.

Nous avons obtenu la reconnaissance de la fondation de France lors du lancement du projet, et également bénéficié d'un soutien d'une fondation privée «l'Archipel des utopies » .

Cette action présente un double bénéfice : pour les personnes résidentes d'Ehpad apprendre à lire à voix haute et se produire en public change leur propre regard sur elles-mêmes et développe leurs capacités d'attention, de mémoire, de concentration, leur donne un sentiment d'utilité et le plaisir de partage ; pour les personnes de la ville qui participent aux ateliers ou assistent aux lectures publiques c'est, témoignent-elles, une découverte d'une relation stimulante avec les personnes âgées et leur regard sur la vieillesse bouleversé (*j'étais timide, j'avais peur de voir des personnes très âgées et maintenant je vais vers elles comme vers toute autre personne, je me sens bien*).

Plus précisément, les effets que nous remarquons sont les suivants :

### **Mémoire, de nets progrès :**

- Le rappel des prénoms du groupe est à 80 % acquis d'une séance sur l'autre.

Mémoire de travail constamment utilisée en atelier par une succession de petites consignes qui progressivement sont acquises par chacune.

Nous utilisons constamment les 3 composantes de la mémoire, l'encodage, le stockage, la récupération.

Le travail sur les textes est de plus en plus précis et la reconnaissance d'évocation de sentiments ou d'images exprimées par l'auteur est maintenant possible, après 2 mois d'atelier.

De plus en plus, les personnes travaillent leurs textes spontanément entre les séances. Une personne ayant des troubles cognitifs a spontanément lu à ses proches un poème (qui n'était, de plus, pas celui qu'elle avait préparé en binôme !). Les exemples sont nombreux.

Les personnes à troubles cognitifs, ne nous reconnaissent pas hors du cadre de l'atelier les 2 premiers mois, nous pouvons maintenant les aborder à tout moment et parler de l'atelier.

Certains textes éveillent la mémoire : un poème sur le chat va, en milieu rural, ouvrir une discussion sur la condition des chiens et des chats à la campagne de leur enfance ; un texte

évoquant la guerre, ouvre les souvenirs d'enfance sous l'occupation allemande. Notre venue «de la côte et de la ville » amène chacun a nous parler de la vie du village...

**Rupture de l'isolement :** force du sentiment d'appartenir à un groupe. Des personnes isolées apprécient de se rencontrer, et également les résidents qui développent un sentiment d'appartenance. Rencontrer d'autres générations d'adultes ou des enfants, redonne un statut égalitaire dans la relation aux autres .

**Vie sociale :** retour vers une vie sociale ou l'appartenance à un groupe renforce l'identité et la reconnaissance des autres stimule.

**Confiance en soi, estime de soi, se sentir capable :** le sentiment de réussite se dégage dès la première phrase lue à voix haute jusqu'au bout (le sourire la conclut) et se développe jusqu'à oser « monter sur scène ».

Chaque membre du groupe a sa part de participation à la lecture du texte. Une responsabilité individuelle est développée.

Les personnes se préparent pour venir à l'atelier, les tenues sont soignées.

L'**attention** se fixe de plus en plus avec l'évolution de l'atelier : les lectures en tour de table où chacun prend la suite de l'autre sont de plus en plus fluides et autonomes.

**Continuer à apprendre :** un sentiment de capacité à apprendre se développe chez les participants.

**Avoir un but :** chaque semaine ou tous les 15 jours, un travail est produit dans le plaisir pour construire progressivement une lecture à donner à autrui.

**Exercice des capacités :** progrès sur l'articulation, le maintien postural, l'amplification de la voix, la respiration ... « On fait comme chez le kiné mais en s'amusant ».

Impact sur la praxie, par exemple tourner les pages, écrire, surligner.

La fatigue disparaît au cours de l'atelier.

**Présence :** on remarque que les personnes souffrant de troubles cognitifs quand elles sont cadrées par l'atelier et les lectures sont présentes. Une des participantes « s'évadant » parfois, reste dans le thème de la lecture qui lui assure un lien avec la réalité.

**Sentiment d'utilité :** les personnes qui réalisent les affiches et dessins qui illustrent les lectures sont heureuses d'en voir l'utilité.

La lecture est préparée pour se faire plaisir et faire plaisir aux autres. La lecture est préparée avec un groupe qui a besoin de chacun de ses membres. Il y a une responsabilité partagée.

80%de fidélité et les désistements sont dus à des problèmes de santé.

Les anniversaires sont fêtés, les participants habitants de la ville rendent visites aux résidentes ; entre les séances de l'atelier, le groupe a décidé spontanément de se réunir pour répéter et travailler les textes. L'établissement leur laisse un espace pour se réunir.

**Joie :** l'atelier est dans le rire et nous avons ajouté un temps «atelier du rire » qui est très apprécié, toutes rient.

## Quelques témoignages relatifs aux Passeurs de lecture qui existent à Cambo depuis 2018

### Paroles de Passeuses de Lectures

Marinette, Josette, Jacqueline, Pierrette (résidentes Ehpad)

*« Cela met de belles images dans ma mémoire » ; « ça fait travailler ma mémoire » ; « ça me rajeunit » ; « ça m'amène de la joie, on s'entend bien » ; « je fais des découvertes de textes » ; « c'est une évasion du quotidien pour se projeter dans le futur avec nos lectures à faire en public » ; « cela m'apprend à lire à voix haute, je me sens capable » ; « on apprend à mettre les émotions qu'il faut sur le texte » .*

Jeannine, Margarita (résidentes Ehpad)

*« j'aime apprendre à lire, à respirer et prendre connaissance de texte » ; « je voudrais pouvoir profiter au maximum en sachant pratiquer cet art de lire » ; « cela nous donne une distraction que nous n'avons pas » ;*

*Résidentes d'Ehpad, religieuses : « on rencontre des personnes différentes , dans notre vie de missionnaire nous n'avons pas connu le groupe, c'est agréable d'être ainsi dans un petit groupe que l'on retrouve. » ; « avoir une personne attentive et qui nous aide » ; « c'est intéressant les méthodes simples que l'on apprend de prononciation, de respiration. C'est différent de la rééducation. Je suis contente car cela m'aide à lire la parole de Dieu correctement. »*

Françoise, Mauricette, Catherine, Cécile (elles viennent de l'extérieur de l'Ehpad, sont parfois isolée)

*« Cela me permet de voir du monde, pouvoir parler » ; « savoir comment lire à voix haute » ; « cela m'apporte une délivrance de moi-même » ; « Je sors de chez moi pour rejoindre le groupe » ; « j'aime le partage, la joie et la découverte des textes » ; « c'est grâce à ce groupe que je rencontre des gens » ; « j'adore la lecture et là je découvre ou revois des textes, je lis d'autres auteurs maintenant » ; « j'étais timide, j'avais peur de voir des personnes très âgées et maintenant je vais vers elles comme vers tout autre personne, je me sens bien « «*

### Paroles de directrice

**Témoignage de la directrice de L'Ehpad Bon air** de Cambo-les- Bains nous donne ses impressions sur l'atelier des « Passeuses de lectures ».

*« Avec cet atelier lecture c'est l'extérieur qui entre en interaction avec l'intérieur, qui va vers nos résidents. Un groupe amical est né, qui se réunit chaque mercredi même en l'absence des animatrices dans une ambiance joyeuse et studieuse : les anniversaires sont fêtés et les gâteaux sont distribués même dans les bureaux. La joie qui s'en dégage se diffuse auprès des résidents qui partagent le même espace central collectif, même le personnel est touché. L'atelier programmé le matin donne la bonne humeur dès le lever. Et entre les séances, le travail intellectuel se poursuit : on peut voir des résidentes répéter entre elles, d'autres écrire. Je suis heureuse que d'autres établissements s'ouvrent à ces ateliers. »*

### Témoignage de l' élu culture

*La mise en place de ce projet est un aboutissement du partage culturel entre Arnaga , notre espace culturel et les Ehpad et les personnes isolées de la ville.*

*L'émotion que cela suscite quand ces personnes se retrouvent dans les lieux culturels de la ville que la plupart ont fréquentés enfant et au cours de leur vie » active» est forte. On est complètement*

*dans les objectifs de la culture où l'art suscite l'émotion. A la base le souhait était que la commémoration de l'anniversaire d'Edmond Rostand devienne une réalité pour les résidents d'Ehpad et crée une envie de retour ou de redécouverte de la poésie.*

*J'ai été très agréablement surprise voire impressionnée de la prestation des « Passeuses de Lectures » lors du Printemps de poètes qui était une lecture à plusieurs voix. Je note même d'une fois sur l'autre les progrès accomplis tant au niveau diction, assurance que même dans leur présentation, je dirai même qu'il y a des transformations physiques. Cela nous montre que l'on continue à être dans l'apprentissage à un âge où l'on est censé ne rien apprendre. Belle leçon de vie.*

**Témoignage d'un médecin** gériatre, Denis Lagarde, bénévole de l'association : *Arguments et intérêts de la lecture sur la prévention des troubles cognitifs, et sur l'effet bénéfique sur la cognition et la praxie des personnes atteintes d'altération de la mémoire.*

*La lecture fait appel à la stimulation de plusieurs fonctions, la mémoire, la vue, la parole et la gestuelle, dépendant de plusieurs régions cérébrales différentes. (Brocca, Wernicke etc..).*

*Un facteur, dans le mode de vie, qui a démontré une capacité à retarder l'apparition de démence sénile passe par la pratique d'une activité cognitive stimulante, comme la lecture, l'écriture et le jeu. Cependant, les mécanismes par lesquels ces activités ont des effets protecteurs sur l'organisme sont encore peu clairs », expliquent les scientifiques.*

*Cet effet bénéfique est d'autant plus important que la pratique se fait tôt.*

*Certaines régions cérébrales sont impliquées dans la façon dont le cerveau interprète les mots écrits. (Étude publiée en 2006 dans la revue neuro-image) - (Université Emory revue Brain & language)*

*Ainsi la lecture de certains mots peut déclencher des réactions d'autres zones cérébrales*

*Par exemple la lecture des mots porteurs évoquant des odeurs peut activer les zones de traitement du langage mais aussi les zones du cortex olfactif. C'est la même chose pour des mots qui évoquent un mouvement, ou des textures.*

*La stimulation de zones annexes sera d'autant plus performante que la lecture orientée (odeur, saveur texture etc..) s'accompagne d'un atelier pratique en rapport avec celle-ci. Atelier pâtisserie, floral ou autre.*

*Par ailleurs la pratique d'une activité lecture bien menée et réussie peut améliorer par effet d'entraînement certaines fonctions déficitaires d'ordre praxique ou psychologique.*

*Par exemple une personne âgée qui aura réussi à lire, aura sur le plan psychologique un sentiment de valorisation voire d'utilité pour les autres. Cela peut retentir sur la capacité et la volonté de faire sa toilette, si par exemple elle était opposante.*

*L'entourage peut ainsi avoir un levier argumentaire pour certaines personnes opposantes pour la toilette, l'habillement correct, voir même pour les dames : incitation à se maquiller pour bien présenter pour la lecture.*

*Par le biais de cet atelier on peut ainsi lever quelques difficultés (opposition, irritabilité, repli sur soi) rencontrées dans la maison de retraite ou avec l'entourage familial.*

*On participe ainsi à la revalorisation du statut de la personne âgée. En la recentrant dans une action participative et d'échange avec les autres*

*Un tel projet nécessite une bonne collaboration avec l'équipe soignante qui vit proche de la personne : aide-soignante, infirmière, responsable de l'animation, aidant familial.*

*C'est cette équipe soignante qui doit évaluer les capacités de la personne à suivre un tel atelier.*

*La lecture et la situation de passeur de lectures à d'autres intérêts non négligeables.*

- *La possibilité d'ouvrir les relations avec d'autres EHPAD en invitant des PA aux lectures.*
- *Sortir la PA de son milieu habituel en EHPAD soit vers un autre EHPAD, soit éventuellement sur un autre lieu convivial en ville ou en campagne.*

- *La valorisation du statut de la personne âgée qui représente la sagesse, l'expérience et aussi la transmission du savoir aux générations montantes. On peut ainsi imaginer un partage de lecture avec des enfants, des adolescents et leurs familles.*

*La personne âgée, lecteur ou lectrice, est mise en confiance par un travail de préparation en amont de la séance de lecture.*

*Les ateliers de lecture et de passeur de lectures doivent être courts. Les textes doivent être bien lisibles et bien choisis afin de provoquer en fin de lecture le « Je me souviens... » qui sera le départ d'une évocation ou d'une conversation avec les personnes âgées.*

## **II. Le projet => Semaine Bleue du 5 au 11 octobre 2020**

### **Objectifs**

- ✚ Proposer en divers lieux de la ville de Cambo-les-Bains, des lectures à voix haute par, notamment, des personnes résidant dans en Ehpad,
- ✚ Créer des liens entre générations en préparant, ensemble, des lectures à voix haute (enfants du Centre de Loisirs, des Ecoles et des Collèges, habitants de la ville - actifs et retraités - résidents des Ehpad.
- ✚ Étonner et changer le regard des habitants sur leurs aînés.
- ✚ Partager un moment de plaisir et de convivialité.

### **Descriptif**

Action « fil rouge », tout au long de la Semaine Bleue, au cœur de la ville de Cambo-les-Bains : aller à la rencontre des habitants, dans différents lieux de vie de la cité, en leur proposant d'écouter des lectures à voix haute par les « Lulues, passeurs de lecture ».

Les « Lulue®, Passeur de lecture » sont des personnes âgées résidant en Ephad, qui, avec des personnes retraitées autonomes et des personnes de tout âge, tout au long de l'année, en atelier et entre elles, apprennent et s'épanouissent à travers la lecture à voix haute, pour se produire, par la suite, en public.

Tout au long de la Semaine Bleue, chaque jour, en matinée et/ou en après-midi, les « Lulues » liront des poèmes ou courts textes, dans divers lieux de la cité, montrant ainsi aux habitants, qu'à tout âge, il est possible d'apprendre, de s'épanouir, de partager et de retrouver le plaisir de lire et écouter de belles histoires.

Le programme sera largement diffusé aux habitants qui, en faisant leurs courses, en se rendant à la médiathèque, à la poste... ou en suivant le parcours des lectures, de lieux en lieux tout au long de la semaine, pourront ainsi, durant quelques minutes, écouter leurs aînés leur lire de beaux textes, avec accompagnement pour certains de musiciens et de plasticiens.

**Aspect novateur** : les personnes âgées, sont acteurs "passeurs de lectures" et non de simples spectateurs, elles se mettent en scène ; ce sont eux qui créent le spectacle et vont vers le public et entraînent les autres lecteurs de tout âge.

### **Les partenaires d'action :**

- L'association « Les Rendez-Vous Lecture écriture, Cambo-les-bains » : 8 bénévoles et une salariée animent l'action : coordination des partenaires de l'action (réunions de préparation, suivi) , relation presse, communication, animation des ateliers de lecture à voix haute, préparation des lectures publiques.
- Les Ehpad : proposent à leurs résidents de participer aux ateliers ou de venir écouter les lectures,
- Le CCAS : propose à ses bénéficiaires retraités et aux aidants familiaux de participer aux ateliers ou de venir écouter les lectures.
- Le Centre de loisir (ALSH) : propose à des enfants de préparer des lectures avec les « Lulue » et de les lire le mercredi après-midi dans le jardin public.
- La Maison de la Solidarité : propose à ses bénéficiaires et aux aidants familiaux de participer aux ateliers ou de venir écouter les lectures.
- La Mairie : communique sur le projet et lance un appel à participation aux habitants.
- Le collège : prépare avec les « Lulues » des lectures de poèmes écrits par des collégiens, certains d'entre eux pouvant être lecteurs.
- Les artistes musiciens Jérôme Forsans, luthier, musicien de Kamélé N'goni, Harpe Africaine à l'Atelier Landeia et Michel Cousso guitariste, chef de choral qui accompagneront les lectures et la photographe Séverine Dabadie qui nous prête les diaporamas de sa collection sur la pelote basque.

### **Les partenaires de lieux :**

- La Mairie ouvre des espaces publics aux lectures : le kiosque du square Albéniz, la Halle d'animation du Parc du ST Joseph, l'Esplanade rue des Terrasses, la place de l'église, la place du Trinquet, le fronton du bas Cambo, la médiathèque.
- Le Centre d'Animation des Structures de soin : accueille dans son théâtre une lecture avec musique et invite les personnes hospitalisées dans les structures de soins.
- Des établissements commerciaux de Cambo-les-Bains : les salons de thé Le Cyrano et le Déjeuner sur l'herbe, la Friperie de la Croix Rouge.

### **Etapes**

Dès le mois de Juillet, les textes ont commencé à être choisis et travaillés par les groupes existants au sein des Ehpad.

En septembre et octobre :

- Communication lancée par la Mairie et les autres structures partenaires d'action pour un appel à participation aux ateliers.

- Intégration de nouvelles personnes aux ateliers : 2 à 3 groupes de 10 sont constitués.

- Atelier hebdomadaire (5 séances minimum par groupe) : apprentissage de la lecture à voix haute, préparation des textes, pour la Semaine Bleue, répétitions.

- Une à deux séances de préparation de la lecture à voix haute pour chaque groupe d'enfants et de collégiens : à l'école primaire, à l'ALSH, et au collège.

- Invitation des familles des enfants et des personnes âgées : invitation des résidents de tous les Ehpad, des structures de soins et des bénéficiaires du service d'aide à domicile : cartons d'invitation préparés au sein des structures (écoles, collège, Ehpad, ALSH)

- Du 5 au 11 octobre : chaque jour 1 à 2 lectures publiques dans la cité.

### Le programme

Lundi 5 octobre 16h, salon de thé : Lecture de poèmes d'Edmond Rostand et Rosemonde Gérard.

Mardi 6 octobre 16h, théâtre de L'AIEC Association Inter Etablissement de Cambo : Hommage à « Chiquito de Cambo » Lecture de l'histoire de Chiquito et d'articles de presse de l'époque en français et basque, accompagnement à la guitare par Jean Cousso et projection de photos de la photographe Séverine Dabadie.

Mercredi 7 octobre 11h, Parvis de la médiathèque : les Lulue lisent avec les enfants du centre aéré, des extraits du Grand Meaulnes d'A.Fournier, accompagnement musical.

Jeudi 8 octobre 15h30 au Fronton du Bas Cambo : les Lulue lisent avec les enfants des écoles des poèmes, des extraits de carnets de voyages ...

Vendredi 9 octobre 11h, pendant le Marché, au Trinquet : lecture de lettres d'un berger basque exilé en Amérique à sa famille.

Vendredi 9 octobre, 15h30, Friperie de la Croix Rouge : lecture de poèmes nostalgiques d'Edmond Rostand et Rosemonde Gérard et avec les collégiens lecture de poèmes écrits par eux. .

Samedi 10 octobre, 15h30 Parc St Joseph : lecture de poèmes sur la nature, accompagnement musical .

Dimanche 11 octobre 11h30, parvis de l'église : « Hommage à Cyrano » , lecture de célèbres passages de la pièce de Cyrano de Bergerac.

Dimanche 11 octobre, 16h devant l'Ehpad Bon air, bouquet final de la Semaine Bleue avec les Lulue : textes de chansons lues puis chantées avec tout le public accompagnement guitare par Jean Cousso, les résidents des Ehpad et personnes âgées à domicile sont invités.