

DANS LA FLEUR DE L'ÂGE

PAROLES D'AÎNÉ·E·S ET DE LEURS PROCHES



**ARCHIPEL 427
LA VIRGULE POINT
RADIO SAINT FERRÉOL**

DANS LA FLEUR DE L'ÂGE

PAROLES D'AÎNÉ·E·S ET DE LEURS PROCHES

**ARCHIPEL 427
LA VIRGULE POINT
RADIO SAINT FERRÉOL**

Avant-propos

Le présent livre s'inscrit dans le cadre de deux appels à projets complémentaires auxquels nous — équipe pluridisciplinaire —, avons répondu : d'un côté, l'appel du second semestre 2024 de la **Conférence des Financeurs de la Prévention de la Perte d'Autonomie (CFPPA)** ; de l'autre, « *Mémoire(s) de Territoire* » 2024 de la **Communauté de Communes du Val-de-Drôme (CCVD)**.

Ces deux institutions, que nous remercions, ont choisi de soutenir notre proposition par leur financement sur 2024 et 2025.

Projet de proximité visant à rassembler les habitant-e-s de deux territoires de la CCVD — l'un autour de Saoû et l'autre autour de Grâne et de Chabrilan — au travers de la production d'un « récit » multimédia destiné à tous, *Dans la fleur de l'âge* s'appuie et se construit sur la participation active de personnes âgées aux profils variés — certaines vivant à domicile, d'autres en institution ou en collectif non institutionnel — ainsi que sur celle d'aidant-e-s et de personnes les côtoyant au quotidien. L'intention est de donner la possibilité à ces personnes de dire et de se faire entendre dans la sphère publique au sujet de ce qu'elles vivent, de leur vision du territoire et de la société plus largement.

Porté par trois structures aux pratiques artistiques spécifiques et complémentaires, mais toujours au service de l'expression des bénéficiaires, le projet est à la fois un processus, un résultat sous diverses formes, et une base pour une suite espérée.

La Semaine Bleue d'octobre 2024, organisée par le CAP Vallée de la Drôme dans plusieurs établissements, a été un espace de lancement du projet :

- **Radio Saint-Ferréol (RSF)** a réalisé le reportage *J'habite ici*, qui donne la parole à des habitant·e·s de la maison de retraite Cauzid de Livron, ainsi qu'à des aidant·e·s. La radio a également réalisé et diffusé une émission sur le sujet : « *C'est quoi être vieux, être vieille ?* » autour du livre écrit par Madeleine Melquiond, *À ceux qui nous parlent comme à des enfants, Voyage en septuagénie*.
- La compagnie **ARCHIPEL 427** a joué, en avant-première, son spectacle *Les petites choses*, au Café-Bibliothèque de Chabrillan.
- **La Virgule point** a animé un atelier d'écriture à destination des aîné·e·s et de leurs aidant·e·s à la Maison Cauzid.

Parallèlement, les intervenant·e·s du projet ont rencontré les bénéficiaires grâce à la médiation de trois structures partenaires :

- la Maison des Buis, à Grâne ;
- la Résidence locative des Jacamons, à Chabrillan ;
- l'ADMR de Bourdeaux, qui couvre le secteur de Saoût.

Puis, entre novembre 2024 et mars 2025, ont eu lieu plusieurs ateliers et rencontres organisés et animés par les intervenant·e·s :

- La compagnie **ARCHIPEL 427** a proposé des ateliers de théâtre et de danse, espaces riches de rencontres humaines et d'écoute active, propices au lâcher-prise. Elle a également proposé des ateliers d'écriture et de mise en voix à la Maison des Buis. Par ailleurs, Marjorie a proposé, de septembre 2024 à juin 2025, des chroniques radio mensuelles sur RSF — *Le charme de l'ancien* — qui évoquent un vécu personnel sur le thème du « grand âge » à destination du grand public.
- **Radio Saint-Ferréol** a capté les témoignages de personnes âgées et de leurs aidant·e·s et accompagnant·e·s. Elle a aussi réalisé des captations sonores d'ateliers danse-théâtre menés par ARCHIPEL 427 à la résidence locative des Jacamons, et animé une série d'ateliers de création de *jingles*, de bruitages et de musiques à la Maison des Buis.
- **La Virgule point** a recueilli la parole de personnes au travers de plusieurs rencontres et d'un atelier d'écriture. Ainsi, ils et elles se sont exprimé·e·s sur les sujets qui les touchent et leur importent, notamment leur quotidien, leurs aspirations, leur regard sur le passé et le présent, l'avenir, parfois.

Ensuite, les intervenants ont échangé sur leurs découvertes, ce qui avait émergé des différents ateliers et rencontres qu'ils avaient menés, parfois conjointement, cela afin de travailler ensemble — et en impliquant parfois les bénéficiaires volontaires — à plusieurs formes de rendus du projet. Ce travail a pris la forme d'une résidence d'une semaine, en avril 2025, à la Maison des Buis.

* * * * * **LE RÉSULTAT** * * * * *

Les formes abouties du travail précédemment évoqué se sont déclinées en :

- des restitutions publiques dans les lieux partenaires : Maison Mère de Francillon-sur-Roubion, CRA de Grâne, Maison des Buis de Grâne, salle des fêtes de Soyans, bibliothèque de Saoû et Café-Bibliothèque de Chabrillan ;
- une représentation du spectacle *Les petites choses*, nourrie de la parole des participant·e·s ;
- un recueil : le présent livre, qui retrace le parcours du projet et une part de l'expression des bénéficiaires collectée au travers des activités susmentionnées ;
- deux lectures publiques d'extraits du recueil, l'une à la bibliothèque de Saoû, l'autre au Café-Bibliothèque de Chabrillan.

* * * * * **LA SUITE...** * * * * *

Ces différents moments, vécus tout au long de l'année, ont pour vocation, au-delà de leur temps effectif, de susciter, chez les bénéficiaires et les partenaires, la poursuite de pratiques et de mise à disposition d'espaces d'expression et de sociabilité dans le sillage du projet : par la participation à d'autres spectacles, peut-être ; par le fait — comme l'espère Marjorie — d'« *allumer la radio et de s'autoriser à danser chez soi* » ; par la lecture du présent livre dans les bibliothèques pour continuer de diffuser un regard différent sur les aîné·e·s et leurs aidant·e·s.

RADIO SAINT-FERRÉOL Sarah Jacquet & Théo Fortunato
ARCHIPEL 427 Marjorie Houllé-Veyssière & Emma Dufief
LA VIRGULE POINT Julien Lescaux

Portraits croisés

d'ainé·e·s et de leurs aidant·e·s

Les rencontres ont eu lieu sur les communes de Saoût, Francillon-sur-Roubion, Soyans, Mornans, et enfin, Bourdeaux, où se situe l'antenne ADMR qui couvre ce territoire.

L'ADMR (Aide à Domicile en Milieu Rural) de Bourdeaux a en effet été un partenaire indispensable et facilitant, tant pour nous aider à entrer en contact avec des aîné·e·s que l'association accompagne au quotidien, que pour compléter la compréhension de l'univers de ces personnes, notamment en matière de rapport à l'aide, à la sociabilité, etc. Ainsi, il nous est apparu peu à peu évident d'intégrer les témoignages et regards des membres de l'ADMR, qu'il s'agisse de salariées de l'aide à domicile ou de bénévoles de l'association, qui apportent leur énergie et leur aide aux personnes accompagnées, proposant notamment des espaces de loisirs et d'échanges. Ces personnes de l'ADMR sont en lien régulier avec l'entourage familial et éventuellement amical de leurs bénéficiaires, celles et ceux qu'on nomme aujourd'hui aidant·e·s. Elles tissent souvent ensemble un rapport constructif permettant aux aîné·e·s de vivre le mieux possible à domicile.

Contrairement aux idées reçues, l'ADMR a d'abord un rôle d'accompagnement humain. Celles et ceux qui la rejoignent œuvrent à permettre aux bénéficiaires de rester chez eux. Une salariée témoigne ainsi :

« Il y a des gens qu'on voit plus souvent que leur propre famille — avec qui, par ailleurs, nous assurons le lien. Pour certaines personnes, nous les accompagnons pendant des années, ce qui crée un véritable attachement, la crainte de la perte, aussi... »



Colette & Fanny

À 85 ans, Colette vit chez elle, à Mornans, dans un appartement situé dans le bâtiment même de l'entreprise de son défunt mari, une minoterie reprise aujourd'hui par son fils. Si elle est bien entourée par la présence de celui-ci et la proximité de sa fille, au quotidien, elle est heureuse de pouvoir compter sur d'autres soutiens : il y a notamment celui de Fanny, aide à domicile qui est présente à ses côtés presque tous les jours.

Au moment où Colette a eu besoin de quelqu'un au quotidien avec elle, la rencontre avec Fanny s'est faite, via le mari de cette dernière qui avait eu vent de ce besoin. Il faut dire que les liens sociaux — et donc le bouche-à-oreille — sont bien développés dans cette famille implantée depuis longtemps sur le territoire. Le premier contact entre les deux femmes est bien passé, ce qui ne s'est pas démenti depuis.

Pour Fanny, s'occuper de Colette est plus qu'un travail, une véritable mission porteuse de sens et d'humanité. Son activité précédente, dans une usine, ne lui apportait pas ce sentiment d'accomplissement, d'utilité et de reconnaissance. Aujourd'hui, aller chez Colette lui donne une raison évidente de se lever le matin. Bien sûr, il s'agit d'un travail, mais la dimension relationnelle est bien plus riche que dans un autre emploi :

« Je vois Colette comme une amie, une confidente et une grand-mère. »

Ce qui ne l'empêche pas de remplir de nombreuses tâches d'aide au service de cette « grand-mère » d'adoption (Fanny a perdu la sienne jeune), que ce soit dans le logement (ménage, papiers administratifs...), au jardin, mais aussi à l'extérieur : elle la conduit en voiture pour les rendez-vous médicaux, au marché, ou encore auprès de ses collègues bénévoles de l'association locale dont elle est membre active. Car Colette ne conduit plus depuis qu'elle a été opérée de l'œil récemment.

Colette est une enfant du pays, ou presque, puisqu'elle est née à Montélimar et a vécu dans la région de Bourdeaux, où elle a travaillé comme enseignante et, en parallèle, à la comptabilité de l'entreprise familiale. Toujours curieuse et entreprenante, elle reste aujourd'hui impliquée dans l'association *Les amis du Pays de Bourdeaux*, pour laquelle elle rédige un bulletin et mène des recherches sur le patrimoine local. « *C'est stimulant* », dit-elle, de travailler sur de tels sujets avec une équipe d'autres bénévoles, pour un projet commun. Elle apprécie d'être ainsi considérée par des personnes plus jeunes comme étant leur égale ; une telle reconnaissance est importante pour l'estime de soi. Tout comme l'est le rapport avec le territoire, où elle a de nombreux liens : cela se traduit par de longues discussions au marché avec les gens qu'elle connaît. Il y a aussi les relations qu'elle entretient avec ses anciens élèves. Cela la renvoie notamment au sentiment d'utilité d'avoir participé à leur éducation.

Fanny observe cela avec tendresse :

« Je vois l'affection que témoignent à Colette ces diverses personnes que nous croisons, au marché ou ailleurs. »

Il faut dire que Colette a pour ainsi dire la fibre sociale, dont elle a sans doute hérité d'une mère commerçante, qu'elle a elle-même pu voir converser interminablement, une fois à la retraite, avec d'anciennes clientes et leurs filles et petites-filles, au marché ! Le fait que la famille soit connue dans la région pour le négoce du grain est évidemment aussi une donnée importante à cette équation sociale positive.

La relation qu'entretiennent Colette et Fanny, si elle est basée sur l'aide et est contractualisée, n'en est pas moins un rapport d'amitié et de confiance, qui s'est construit au gré du temps passé ensemble ; elle a donné naissance à une véritable intimité entre les deux femmes. Fanny apporte à Colette sa patience (qualité dont cette dernière reconnaît qu'elle lui fait défaut !) ainsi qu'un sentiment de sécurité. Lorsqu'elles ne se voient pas pendant un temps, il n'est pas rare qu'elles se manquent l'une à l'autre, confient-elles. Et elles se remontent mutuellement le moral quand il y a un coup de mou.

Fanny est dans un rapport d'aide différent de celui qu'entretiennent les enfants de Colette avec leur mère : moins fait d'injonctions. En effet, Colette a parfois le sentiment d'être trop limitée par ses proches : *« Ne me couvez pas »*, leur dit-elle. Et à nous : *« Ils voudraient que je ne bouge pas. »* Bien sûr, elle sait qu'ils font ainsi *« pour [son] bien. »* À l'exact opposé, très active, Colette a parfois du mal à ralentir. Et elle reconnaît d'ailleurs qu'elle n'a plus vingt ans. Par ailleurs, Fanny échange régulièrement avec la famille, fait le lien entre eux et Colette.

Si le quotidien passé ensemble est fait de certaines tâches à accomplir, il l'est aussi de moments plus informels de partage. Colette et Fanny ont notamment une passion commune pour la langue italienne : il leur arrive ainsi d'échanger quelques phrases... Elles ont aussi des discussions intéressantes sur l'actualité, ainsi que sur des sujets d'ordre culturel, spirituel, littéraire. Fanny dit apprendre beaucoup de son aînée, qui lit les journaux et s'informe quotidiennement *via* la radio, dotée qu'elle est d'un véritable appétit de connaissance.

Interrogées sur le lien social tel qu'il a évolué dans le temps, les deux femmes font un constat similaire. Pour Colette :

« Avant, les liens étaient facilités par le travail, la nécessité de l'entraide. Et puis il n'y avait pas de télévision, on se réunissait pour jouer. »

Elle se souvient notamment d'interminables parties de Monopoly lorsqu'elle était enfant. Fanny, en complément, observe :

« Les jeunes d'aujourd'hui ne tissent pas les mêmes relations qu'avant... La solidarité est moins évidente. »

Colette va même plus loin, redoutant une véritable *« scission des êtres »* lorsqu'elle voit des adolescents assis côte à côte à *chatter* sur leur téléphone portable...

Notre ancienne, à l'heure actuelle, ne se sent aucunement seule. Elle conserve beaucoup de relations, avec qui elle entretient des contacts autant en personne que par courriel, téléphone ; elle n'est pas du tout rétive aux nouvelles technologies, au contraire ! Et quand on l'interroge

sur l'isolement possible, celui qui pourrait venir plus tard, elle dit ne pas y penser. Puis, se laissant le temps de la réflexion :

« Seule, j'écouterais de la musique, je ferais de l'italien... »

Et on sent que la liste pourrait s'allonger. Pas de crainte de l'ennui !

Quant à Fanny, cette relation forte et régulière avec une personne âgée — qu'elle voit presque davantage que sa famille à elle ! — l'invite à se questionner sur son propre vieillissement futur :

« Je prends conscience de la dépendance... et donc de la nécessité de reposer sur quelqu'un. J'aimerais bien avoir cela pour moi, le moment venu. »

Côtoyer et aider une personne en déclin d'autonomie amène nécessairement à se questionner sur le nôtre à venir, inévitable, et à prendre pleinement conscience de l'importance d'avoir des personnes aidantes à ses côtés. Et quelle chance que d'avoir non seulement certains membres de sa famille, mais aussi une ou des professionnelles pour nous accompagner dans le quotidien !

Jacques & Rachel

C'est dans un hameau en campagne de Soyans, dans une maison bâtie de ses propres mains, qu'habite Jacques. Dans cette zone rurale, les choses ont changé depuis les années 1970, période à laquelle il est arrivé dans la région. Originaire de Bretagne, d'un milieu agricole et issu d'une fratrie de onze, Jacques a connu dans son enfance toutes les caractéristiques de la vie solidaire et active d'une ferme d'alors.

« Je gardais les vaches et je portais des sabots à clous ! »

Une fois adulte, il a roulé sa bosse dans l'Hexagone, travaillant notamment dans l'électronique en région parisienne. Il garde de cette période de sa vie — au tournant des années 1970 — un souvenir fort :

« Aux Halles, qui étaient en libre accès, il y avait des dancings, une patinoire... J'ai côtoyé Coluche. Il y avait un véritable vent de liberté. Ça m'a inspiré. »

Un peu plus tard, il a commencé un tour de France, travaillant là où il passait comme intérimaire, se ménageant du temps libre. Puis, un jour, arrivé à Puy-Saint-Martin, trouvant une terre d'accueil et de tolérance qui lui correspondait, il pose les valises. Il est d'abord embauché par un artisan du coin, puis ses velléités d'autonomie le pousseront à monter sa propre entreprise de maçonnerie – électricité – plomberie.

« J'ai toujours refusé d'être asservi. Je tiens cela de mon père, qui avait monté sa boîte de menuiserie. L'autonomie est très importante pour moi. C'est d'ailleurs dans ce sens que j'ai élevé ma fille, Rachel, dont je suis très fier. »

Mais l'autonomie totale, souvent, ne résiste pas à l'épreuve de l'âge, surtout lorsqu'on vit seul, ce qui est le cas de Jacques depuis plusieurs années. C'est ainsi que, d'un caractère actif et indépendant, Jacques a peu à peu appris à lâcher du lest, à se laisser aider pour certaines tâches.

« Ce n'est pas évident à accepter, mais il le faut bien. Un jour, en voulant changer une ampoule, un truc tout bête, j'ai été pris de vertige... Maintenant, je demande à ma fille ou à mes petits-enfants de me donner un coup de main. »

Au quotidien, en plus d'une aide à domicile qui vient une fois par semaine, il peut en effet compter sur sa fille et son ex-femme, qui viennent pour l'aider au jardin. Jacques, qui a toujours eu un potager et a même animé un jardin collectif à une époque, accepte :

« Avant j'étais très dirigiste... Maintenant, je laisse faire. »

Pour Rachel, sa fille, cette relation basée sur le faire est très enrichissante :

« Je viens une ou deux fois par semaine. Il me transmet son savoir, me donne des conseils, et moi je mets les mains dans la terre. Ça ne nous empêche pas d'avoir des

discussions sur le sujet et de ne pas toujours être d'accord ! Ainsi, nous partageons le plaisir de faire ensemble et de déguster nos bons produits. Là encore, nous sommes complémentaires : je ramasse les prunes, les tomates ; il fait des confitures, des coulis. »

Il y a aussi ses deux petits-enfants qui, lorsqu'ils ne mettent pas tout sens dessus dessous, l'aident, par exemple à retrouver des objets dans la maison, car il lui arrive souvent d'oublier où il a mis telle ou telle chose. Il essaie d'ailleurs d'instiller son propre goût du bricolage à ces petits, mais il se heurte souvent au changement d'époque... et d'éducation !

« Avec moi, pas question de laisser quelque chose dans l'assiette ! Par contre, j'ai du mal à les intéresser aux choses... À moins qu'ils n'y trouvent du plaisir. On est dans un monde de la vitesse, ils me voient comme un hurluberlu touche-à-tout, mais un peu ralenti ! »

Quant à l'entourage géographique direct, il a évolué et continue de changer rapidement, et avec lui les habitudes de sociabilité. Avant, tous ses voisins étaient des agriculteurs, avec qui l'entraide était naturelle et s'exerçait dans le travail, véritable vecteur de lien. Aujourd'hui, la donne a changé : beaucoup de terres alentour n'appartiennent plus aux gens du coin, mais à d'autres exploitants, qui ont « grossi »...

« L'agriculture, c'est la vie. Et on fait tout l'inverse de ce qu'il faudrait : les paysans devraient reprendre la main sur les semences et varier les cultures. »

Jacques a un avis très affirmé sur ces choses qui lui apparaissent fondamentales. Il pense qu'il manque un système d'échange qui mettrait les gens en lien, un lieu de rencontre et de fourniture d'aliments... qui pourrait être aussi un bistrot.

Le troc, qui était une modalité d'échange, a cessé d'exister, et l'entraide est devenue moins naturelle. Et si demeurent parmi les voisins quelques anciens du temps de la vogue, de la fête du quartier et du bistrot — espaces de convivialité disparus —, il y a aussi de nouveaux habitants dont les mœurs diffèrent :

« Mes nouveaux voisins, qui ont racheté une maison et la retapent depuis six mois, ne sont toujours pas venus me dire bonjour... »

Jacques regrette le déclin de la sociabilité, des fêtes où toute la commune se réunissait. Les prix ont flambé, apportant avec eux davantage de locations saisonnières que d'enfants, car la moitié des maisons sont des résidences secondaires. Et si deux de ses voisins, des « anciens » comme lui, sont toujours là et lui donnent un coup de main de temps en temps, ils vieillissent eux aussi... et se font eux-mêmes aider. Alors combien de temps encore pourront-ils s'entraider entre anciens ?

Certes, il y a encore quelques événements, mais ils sont moins fédérateurs... Et Jacques reconnaît qu'il se déplace moins qu'avant.

« Avec les autres vieux, on parle de notre santé et de ceux qui ont disparu... »

Ce n'est pas trop son truc, à Jacques, du coup il sort moins. Pour autant, il est heureux de sa vie et reconnaît volontiers les aspects positifs de la modernité — médicale, notamment — et les bienfaits d'un système de solidarité nationale qui fonctionne encore. Pour lui, aujourd'hui, bien vieillir signifie se sentir bien de corps et d'esprit et ne pas partir en EHPAD. C'est aussi accepter la vieillesse :

« Les hommes, c'est comme les vieux arbres. Je prends conscience de mon corps. Je ne souhaite pas vivre indéfiniment, juste éviter le plus possible les traitements chimiques et continuer de profiter de mon cadre de vie. »

Et donc, accepter d'être aidé... En miroir à cela, Jacques se souvient avoir lui-même été bénévole aux *Restos du Cœur*. Mais il ne peut plus porter les cartons... S'il est de fait moins dans les activités manuelles aujourd'hui qu'avant, il ne s'ennuie pas pour autant. Il apprécie aussi d'être seul, d'avoir le temps, d'observer les queues rousses dans le jardin, de lire, d'écouter des conférences sur internet... D'ailleurs, c'est parce qu'il a le temps qu'il se rend compte à quel point les autres ne l'ont pas... ou plus :

« On était moins pressé quand j'étais jeune, il n'y avait pas ce culte de la vitesse. Quand je vois certaines personnes — ma propre fille, parfois —, pressurées par le quotidien, le travail, je leur dis de respirer. »

Autour de Jacques, il y a aussi un chat et un chien copains comme cochons, qui sont importants pour lui :

« J'ai toujours eu des bêtes. Ça aide, ça reconforte... Et c'est un avertisseur. »

Mario et Margarita & Paul et Philippe

Nés en 1939 en Sardaigne, rien ne prédestinait Mario et Margarita à venir vivre à Saoû. Si ce n'est que leur fils Paul y habite. Si ce n'est également de sérieux problèmes de santé survenus il y a quelques années, que le système médical italien, à l'époque débordé par l'épidémie de Covid, ne pouvait traiter efficacement. C'est ainsi que les trois enfants du couple — trois fils, vivant tous en France — se sont réunis en conseil de famille, et qu'ils ont décidé ensemble que le mieux était que Paul accueille leurs parents chez lui. Pour ce dernier, c'était une évidence :

« Dans notre culture [Ndlr : italienne méridionale], on s'occupe des anciens. C'était normal pour moi de les prendre chez moi. »

Pour autant, ça n'est pas anodin et cela lui a demandé de réorganiser en partie sa vie ; en commençant par son logement, qu'il a réaménagé en conséquence.

« Avant cela, je vivais seul. Et lorsque c'est arrivé, je travaillais encore, avec notamment des déplacements et du travail de bureau à la maison. »

Il s'est donc aménagé un espace à lui pour travailler, et ensemble ils ont construit ce nouvel équilibre, où chacun a ses occupations. Puis, Paul a atteint l'âge de la retraite, et depuis peu il est à Saoû le plus souvent. Cela a donc nécessité encore quelques ajustements, de manière pour lui à garder du temps et de l'espace. Il fait notamment de longues randonnées :

« Je ne sais jamais à quelle heure je vais rentrer, j'aime la liberté de la marche. »

Il est aussi très impliqué dans la vie associative du village, qu'il connaît bien. En matière de sociabilité, il voit la différence pour ses parents entre leur vie d'avant et celle qu'ils construisent ici :

« En Sardaigne, ils avaient des amis qu'ils voyaient régulièrement. Ici, c'est plus compliqué... »

Il n'y a pas d'associations pour les anciens. Et puis il n'est pas facile de construire des relations sociales nouvelles quand on a quitté son pays, qui plus est à un âge avancé.

Paul s'adapte en partie au rythme de ses parents. C'est lui qui gère certaines choses comme les rendez-vous médicaux. Néanmoins, pour lui, il était nécessaire qu'ils conservent de l'indépendance et ne perdent pas un certain degré d'autonomie. Cela tombe bien, car Margarita et Mario y tiennent. Ils ont toujours été très actifs par le passé. Mario a travaillé sur de nombreux gros chantiers, en France notamment. Il faut dire que, d'un milieu modeste, il gardait les vaches dès ses 5 ans, et ne s'est jamais arrêté de travailler ensuite. Quant à Margarita, elle

aussi issue d'un milieu où le travail était une nécessité, elle a commencé à 10 ans ! Autant dire que de tels parcours de vie rendent difficile d'accepter de rester inactifs ; et même, dans certains cas, d'être aidés. Comme nous l'explique Philippe, le meilleur ami de Paul, qui raille gentiment Mario :

« Il ne faut surtout pas l'aider, sauf s'il le demande... Ce qui peut arriver s'il faut attraper un objet en hauteur... » [Mario n'est pas très grand, Ndlr]

Mario s'active aussi dans le jardin de Paul, dont il assure l'entretien. Certes, c'est moins grand que le terrain dont il disposait en Sardaigne, mais ça l'occupe bien. Au début, alors qu'il peinait à rester debout, il se chargeait quand même des tomates, mais assis ! Quant à Margarita, elle s'occupe facilement en faisant la cuisine, un peu de ménage et de lecture.

Philippe n'est « *pas un aidant* », selon ses propres mots :

« Je suis juste un ami, et je viens tous les jours passer du temps avec Mario et Margarita, les parents de Paul. C'est normal de faire cela pour un ami. C'est même un plaisir. »

Paul vit à Saoû depuis des décennies. Aujourd'hui à la retraite, il tenait auparavant l'épicerie du village : un rôle éminemment social. Selon lui, d'ailleurs, à Saoû, il a toujours existé une mentalité d'entraide, d'attention aux autres :

« On regarde, on est attentif. Si les volets d'un ancien restent fermés, on va s'enquérir, s'assurer que tout va bien. »

Une véritable amitié est née entre les parents de Paul et Philippe, qui fait dorénavant, pour ainsi dire, partie de la famille. Philippe a perdu ses parents tôt, cela explique en partie cet attachement. Et celui-ci est réciproque. À tel point que Margarita s'insurge lorsque Philippe part dans sa propre famille à Noël !

Tous trois jouent à la *Pinella*, jeu de cartes italien, ce qui les occupe bien et alimente les conversations. Selon Philippe, Mario serait mauvais joueur..., ce que ce dernier dément formellement ! Margarita et Philippe regardent ensemble les matchs de l'OM, et Mario apprend à Philippe à pêcher.

« Moi, je porte le matériel », dit l'ami avec une tendre ironie.

En dehors de Philippe, des employées de l'ADMR viennent aussi régulièrement aider Mario et Margarita pour le ménage et leur tenir compagnie. Anaïs fait avec eux des parties de belote. Un jeu de cartes, encore ! Il faut dire que c'est un bon vecteur de lien social, de convivialité.

Quant à Paul, il vit les choses au jour le jour. Certes, il sait bien que l'âge de ses parents avançant, la perte d'autonomie ira croissant. Mais ceci est le cours normal des choses. L'important pour lui est qu'ils vivent dans de bonnes conditions. Quant à lui, cela ne l'empêche pas de profiter de sa retraite et de passer certes du temps avec ses parents, mais également avec ses amis, dont Philippe. Les deux compères apprécient notamment la bonne chère des restaurants du coin...

Michel & Anaïs et Emmanuel

La vie de Michel, 84 ans, a changé en peu de temps et dans des circonstances difficiles, quand l'état de santé de sa femme Simone s'est dégradé au point qu'elle doive partir — presque du jour au lendemain — en EHPAD. Atteinte par la maladie d'Alzheimer, il n'était plus possible pour elle de rester au domicile du couple. Michel, qui a fait office d'aidant pendant une courte période, a été dépassé par les événements, jusqu'à ce qu'il soit nécessaire, pour mettre sa femme hors de danger, qu'elle soit prise en charge en institution.

Évidemment, le choc a été rude pour Michel de se voir ainsi séparé de celle qui est son épouse depuis 1963. Lui est originaire d'Aouste, et ils s'étaient rencontrés lors d'une vogue de la région de Soyans, dont Simone est originaire. Mariés et résidant à Aouste, ils sont revenus régulièrement à Soyans pour voir la famille de Simone, puis s'y sont installés définitivement des années plus tard, à la retraite. La famille de Simone habitait une grande ferme de plusieurs bâtiments. Le couple s'est installé dans une partie de l'ensemble. Michel, ancien maçon, bien intégré à la commune, notamment par la chasse, qu'il pratiquait avec passion jusqu'à récemment, habite donc toujours dans ce lieu. Les trois autres bâtiments sont les logements d'autres membres de la famille de Simone, qui n'y vivent pas de manière permanente.

Les quatre frères de Michel sont décédés, et ses enfants sont bien occupés avec leur propre quotidien ; ils ne sont pas présents. Il y a néanmoins sa petite-fille dont il est très proche, car Simone et lui ont été des tiers dignes de confiance à son égard. Vivant à Montélimar, elle appelle Michel régulièrement et vient le voir quand elle peut. Elle était chez lui à son dernier anniversaire.

Outre le contrecoup émotionnel causé par le départ de sa femme, Michel a rencontré des difficultés dans la gestion d'une partie du quotidien que prenait jusqu'alors en charge Simone : l'administratif, la cuisine et le ménage. Heureusement, il a été soutenu — et l'est encore — dans ces domaines par plusieurs personnes. La personne qu'il voit peut-être le plus est Anaïs, aide à domicile de l'ADMR, qui lui rend visite une fois par semaine. Elle fait au mieux de ce qui lui est possible en un temps limité. Elle a notamment aidé Michel sur le plan administratif, l'a mis en contact avec une assistante sociale de la communauté de communes qui vient le voir une fois par mois. Elle le conseille sur son régime alimentaire, qui n'est pas toujours assez équilibré, prônant notamment les vraies soupes avec de vrais légumes. Il n'est pas facile pour Michel de suivre ces recommandations, car il n'a jamais cuisiné. Alors, de temps en temps, Anaïs fait une soupe. Sinon, ce sont les soupes en boîte. Il y aurait bien le portage de repas par une entreprise dédiée, mais ce n'est pas donné, et la retraite de Michel ne permet pas ce « luxe ». Pour Anaïs, c'est une véritable mission que de permettre que Michel — comme d'autres —, puisse demeurer à domicile :

« Je sais d'expérience que pour les anciens, lorsque cela est possible, que le degré d'autonomie le permet, il vaut mieux qu'ils restent chez eux, où ils ont leurs repères. »

Les repères sont importants, à défaut d'une sociabilité régulière. Certes, Michel connaît du monde dans le coin, mais ce n'est pas tous les jours qu'il en voit : d'une part parce que lui-même vieillit et que son état physique ne lui permet plus de pratiquer certaines activités sociales, telles que la chasse ; d'autre part parce qu'il vit en pleine campagne, dans un hameau relativement isolé ; enfin, parce que beaucoup de ses amis et connaissances sont eux-mêmes des personnes âgées, qui se déplacent peu ou difficilement. Il y a aussi le mode de vie, les habitudes, qui ont changé :

« Avant il y avait les bals, les veillées... Aujourd'hui, tout le monde est pressé, il y a moins de convivialité. »

Demeurent néanmoins quelques événements sociaux auxquels se rend Michel : le repas des voisins dans le quartier ; celui des anciens, une fois par an à la salle des fêtes. Cela ne fait pas beaucoup, c'est sûr...

Au quotidien, Michel dit ne pas s'ennuyer, et même ne pas voir le temps passer, entre quelques bricolages, les tâches du quotidien et les moments à lire le journal et à regarder les informations ou d'autres programmes à la télévision. Chaque vendredi, il prend sa voiture pour aller faire les courses à Crest puis rendre visite à Simone à l'EHPAD :

« C'est dur de la voir dans cet état ; elle est très diminuée, ne parle plus, maigrit... »

Michel a un regard lucide sur les EHPAD, où le grand nombre de résident·e-s et le déficit de moyens humains pour s'en occuper rendent ces lieux pas toujours des plus riants...

Très clairement, le fait qu'il conduise encore est un point crucial dans son autonomie. Si, certes, il ne prend plus la route dans la nuit ou pour de longs trajets, il n'hésite pas à aller faire un complément de courses à Puy-Saint-Martin ou à se rendre à un rendez-vous médical. Pour de plus longs trajets, il lui arrive de demander à un cousin de Soyans, Joël, de l'emmener.

« Quand les anciens ne conduisent plus, ça change grandement les choses, c'est un élément fondamental en matière d'autonomie. »

C'est ce que constate, d'expérience encore, Anaïs, qui sait que bien souvent, l'arrêt de la conduite, s'il s'accompagne de l'absence d'un proche ou d'une aide au quotidien, est un préalable à l'EHPAD.

« Notre métier est important, et il va l'être de plus en plus, car il n'y a pas assez de places en EHPAD, et de plus en plus de personnes en situation de perte d'autonomie. En tant qu'aides à domicile, on ne fait pas uniquement du ménage, on apporte du soutien et du lien social aux personnes isolées. Malheureusement, le métier n'est pas reconnu et considéré à sa juste valeur, et nous avons du mal à recruter... »

S'il est relativement isolé, du moins géographiquement, Michel, qui reste en partie indépendant, n'est pas entièrement seul. Non seulement Anaïs vient régulièrement, mais il y a également la présence de son neveu Emmanuel, qui habite à Lyon, mais vient une à deux fois par mois, le weekend, dans sa maison de la ferme, située juste en dessous de celle de Michel. Depuis que Simone est partie, Emmanuel est attentif à son oncle, dont il prend des nouvelles par téléphone et à qui il rend visite chaque fois qu'il vient.

« Nous [ma femme et moi] avons beaucoup aidé Michel sur l'administratif — et ce n'est pas encore fini — ce qui n'a pas été facile. Quand on vient à Soyans, je monte chez mon oncle avec mon ordinateur portable, et nous regardons ensemble s'il a reçu des messages (je lui ai créé une adresse mail), s'il y a des démarches à faire : banque, Sécurité sociale, etc. Au départ, cela a pris beaucoup de temps : il fallait prendre la suite de tout ce que Simone faisait. »

Par ailleurs, Emmanuel s'occupe des éventuels problèmes liés à l'habitation, qu'il a rachetée à Michel en viager. Il fait donc en sorte que celle-ci soit habitable dans les meilleures conditions possibles pour une vieille ferme retapée et pas bien isolée. Actuellement, c'est la chaudière à bois qu'il va falloir changer... Elle dysfonctionne et cela commence à être pénible pour Michel de fendre des bûches et de les y mettre à longueur de journée... Avant, il faisait lui-même son bois ; aujourd'hui, un problème de pied et l'âge l'en empêchent. Il faut dire que son corps a été mis à rude épreuve toute sa vie par un métier physique.

Pour autant, en tant qu'unique habitant permanent de la ferme, Michel est attentif à ce qui peut y survenir. À plusieurs reprises, il a décelé une fuite chez tel neveu, un compteur d'eau endommagé chez tel autre..., et a pu agir lui-même ou prévenir quelqu'un pour régler la chose. Il a notamment un vieux copain plombier. Pour Emmanuel, c'est un point positif :

« Michel est en quelque sorte le gardien du lieu, il a un œil sur tout. Pour cela, nous lui sommes reconnaissants ! »

Eh oui, Michel aide donc, lui aussi, en retour, ceux qui l'aident !

En dehors des passages d'Emmanuel, Michel, en cas de nécessité — et s'il ne peut pas se débrouiller lui-même — n'hésite pas à faire appel à un voisin, Frédéric (qui est d'ailleurs le frère d'Anne-Marie, une employée historique de l'ADMR). Celui-ci, muni d'un tracteur, l'a par exemple bien aidé pour transporter un vieux fourneau de fonte chez lui afin de finir l'hiver au chaud ! La solidarité dans le « quartier » est bien présente, on peut compter sur certains voisins. Emmanuel approuve :

« Je sais que si c'est nécessaire, je peux moi-même appeler Frédéric ou la famille Aubert, qui passeront chez Michel. »

Ainsi, avec ces différentes présences, pour le moment Michel peut continuer de vivre chez lui, et c'est une bonne nouvelle !

Denise & Eslin

Nous avons rencontré Denise, 83 ans, devant chez elle, à Francillon-sur-Roubion, alors qu'elle arrosait consciencieusement quelques plantes et fleurs sur une bordure. Elle nous a accueillis avec une gaîté et une énergie communicatives, que nous avons immanquablement retrouvées lorsque nous lui avons rendu visite les fois suivantes. Car c'est bien cela qui se dégage de cette dame amoureuse de la vie.

Née à Soyans, elle a grandi dans une ferme familiale, au contact des bêtes et du grand air. À l'âge adulte, elle a cumulé deux emplois : ouvrière à l'usine de Pont-de-Barret le matin, bergère l'après-midi. Sans compter tous les autres travaux de la ferme :

« Jusqu'à mes 55 ans, je me suis levée tous les jours à 5 h et couchée à minuit. »

Pour autant, lorsqu'elle considère rétrospectivement sa vie et son travail, elle ne regrette rien et porte un regard positif sur sa période active :

« On travaillait beaucoup, mais on prenait son temps. Je n'ai jamais ressenti de stress. C'est différent aujourd'hui : quand je vois les jeunes, à qui on en demande toujours plus, qui sont sous pression, ça me désole... »

Denise pense notamment — car elle en a l'exemple avec sa fille, qui travaille en réanimation à Montélimar — aux métiers de la santé et de l'accompagnement, très exigeants et pas rétribués à leur juste valeur. Elle observe également l'évolution d'un petit village tel que Francillon au travers du temps :

« Les gens sont devenus procéduriers, comme à la ville... Ils sont moins liants, moins tolérants qu'avant. Ils n'ont pas le temps... Avant, il y avait 3 bistrots à Francillon, des fêtes, des repas d'été... »

Néanmoins, cela est à nuancer — et elle en convient — car une véritable solidarité demeure au village, et un souffle de renouveau social se fait jour avec l'ouverture de la « Maison Mère », tiers-lieu associatif culturel et social :

« Je suis allée à la fête d'ouverture, c'était très sympathique ! J'ai même dansé ! Je crois bien que j'étais la seule personne âgée, mais ça ne fait rien. C'est proche de chez moi, j'y retournerai volontiers ! »

Il faut dire que Denise est de nature active et de tempérament festif. Elle ne rechigne pas, à l'occasion, à « guincher » comme dans sa jeunesse. De temps en temps, une amie, Ginette, vient d'ailleurs la chercher pour aller au bal. Pour elle, la musique est très importante :

« La radio m'a sauvée, surtout les chansons d'amour d'Enrico Macias. »

Sauvée, oui, car lorsque son mari, qu'elle avait justement rencontré dans un bal à Bourdeaux, est décédé, la musique lui a permis de refaire surface. Elle sait aussi qu'être dehors, se mouvoir est important... Même quand on n'en a pas trop envie.

« Je continue de faire du jardinage, je marche mes 3 km aller-retour pour cela. Et puis, quand c'est la saison, je vais aux champignons ! J'aime particulièrement l'automne. »

C'est lors de ces sorties que Denise croise et rencontre les gens du village, des anciens comme de nouveaux habitants. Parmi ceux-là, il y a Eslin. Le jeune fils de cette dernière a baptisé Denise « mamie-carotte » après l'avoir vue revenir de son jardin avec ce beau légume ! C'est ainsi que les deux femmes ont fait connaissance, et se sont rapidement appréciées :

« Ça a fait tilt », dit Denise.

Pour Eslin, jeune femme originaire du Costa Rica, le fait d'apporter présence et soutien aux anciens est une chose importante, un devoir social, mais aussi un plaisir. Dans son pays d'origine, on garde les aînés chez soi, on vit à plusieurs générations sous le même toit. Denise a elle-même vécu avec sa grand-mère, puis, plus tard, sa belle-mère. Eslin a particulièrement la fibre sociale, elle a d'ailleurs travaillé à l'ADMR comme aide à domicile. Si aujourd'hui elle prend soin des autres autrement — elle a un petit restaurant dans le village — elle continue néanmoins de se soucier des personnes âgées autour d'elle. C'est ainsi qu'elle prend des nouvelles des unes et des autres, et notamment de Denise, qu'il lui arrive d'accompagner faire des courses, ou avec qui elle passe simplement un moment à discuter.

Pour Eslin, passer du temps avec les anciens, leur apporter de la présence dans la solitude qu'ils vivent plus ou moins bien a été un vecteur d'intégration et de lien social. Ne parlant pas français à son arrivée en France, elle a peu à peu assimilé la langue et la culture, à travers notamment des moments passés auprès des anciens :

« Au départ, les gens n'étaient pas très à l'aise avec moi, ils n'étaient pas habitués aux étrangers... Puis, peu à peu, à mesure que j'échangeais avec eux, de véritables liens amicaux se sont tissés. Et pour certains, aujourd'hui, je leur manque si je ne viens pas les voir ! »

C'est véritablement un échange qui s'est ainsi créé : Eslin apporte aux aînés présence et attention ; ceux-ci lui ont appris le français, notamment avec *Les Feux de l'amour* à la télévision comme « support pédagogique » !

Denise, outre Eslin, est bien entourée par la présence régulière d'aides à domicile, et celle plus ponctuelle d'amis qui lui rendent visite. Un de ses enfants, qui vit au village, lui rend aussi visite. Par ailleurs, elle reste indépendante du fait de sa mobilité : elle conduit toujours sa 2 CV, qui l'emmène encore sans faille tous les mardis après-midi au club de la Rimandoule à Pont-de-Barret. Accueillant une vingtaine de personnes, cette petite institution est une véritable bouffée de sociabilité pour les anciens du coin qui s'y rendent. Ce n'est pas une totale nouveauté pour Denise, qui a été très active dans divers clubs par le passé.

Désireuse de profiter de la vie et de prendre le temps des choses, Denise sait ce qu'elle doit à la médecine moderne, dont elle vante les mérites, pour en avoir profité durant les dernières années :

« Je n'étais jamais allée à l'hôpital avant 79 ans... Mais aujourd'hui, c'est grâce aux soins médicaux et aux opérations que je peux rester à domicile. »

C'est également, nous dit Denise, parce qu'elle a su et pu s'arrêter de travailler pas trop tard — à 55 ans — qu'elle a évité l'épuisement et a pu préserver sa santé. C'est d'ailleurs le message qu'elle souhaite délivrer aux jeunes : « *Si vous le pouvez, ne vous tuez pas au travail !* »

Pour autant, Denise est bien consciente de son âge et elle s'est préparée à l'EHPAD, qu'elle n'exclut pas. Mais « en attendant », pas question de se morfondre !

« Il faut bousculer les choses ! »

Pour elle, cela veut dire profiter intensément de chaque jour, contempler la neige quand il y en a (moins qu'avant, c'est sûr !), lire un peu, discuter avec les gens, voyager, même : elle est allée six fois en pèlerinage à Lourdes. Rester impliquée dans la vie de la commune est aussi important pour Denise. Elle a, par le passé, été élue à plusieurs reprises. Aujourd'hui, elle assiste régulièrement aux conseils municipaux, à la fin desquels elle n'hésite pas à poser ses questions. Oui, on peut être âgé·e et toujours impliqué·e dans la cité !

Germaine & Geneviève

On a pu voir dans les portraits précédents des exemples d'appartenance forts au territoire. Soit les personnes y habitent depuis fort longtemps, soit elles en sont natives. Un tel ancrage historique est source de facilités quant au fait de rester vivre à domicile. Le cas d'Yvonne — que nous appellerons Germaine, car c'est son choix, en hommage à sa grand-mère — est très probant de ce point de vue. À 89 ans, elle vit toujours à Soyans, dans la ferme familiale, dont son père a fait construire certains bâtiments et dont elle a donc connu les évolutions. Ce sont aujourd'hui son fils et son petit-fils qui dirigent l'exploitation agricole.

« J'ai la chance de pouvoir rester à domicile grâce à la présence de mon fils. La ferme est isolée, s'il n'était pas là, je ne pourrais pas rester. Avoir ma famille à proximité est un soutien tant physique que moral. »

Le fils de Germaine vit dans le même corps de ferme avec sa femme. Bien que très occupé par son travail, il voit ainsi sa mère quotidiennement. Germaine, par ailleurs, est bien accompagnée par des aides à domicile qui viennent régulièrement, et des amis lui rendent visite. C'est heureux, car elle ne conduit plus, depuis quelque temps, décision qu'elle a elle-même prise au vu de vertiges et d'une tendinite aux épaules.

Elle est pour ainsi dire une figure locale, ce qu'elle doit à sa grande mémoire et à sa manière de la faire partager. À ce titre, elle a d'ailleurs, à la demande de ses enfants, rédigé un petit livret qui raconte sa vie, telle qu'elle se déroulait « dans l'ancien temps ». Elle y narre l'entraide paysanne, les veillées, tout un panel de pratiques qui n'ont plus cours aujourd'hui. Elle est ainsi heureuse de pouvoir transmettre cela à ses petits et arrière-petits-enfants. On peut aussi retrouver son témoignage sur le site de TV Val-de-Drôme*, entreprise associative dont la vocation est de préserver la mémoire du patrimoine humain et culturel local.

Si ses autres enfants — 3 filles — lui rendent visite dès que leur vie familiale et leur travail le leur permettent, Germaine jouit par ailleurs des visites régulières d'une voisine et amie fort ancienne : Geneviève, dont le mari est de Soyans, ce qui fait qu'elle est venue y vivre. Les deux femmes, qui ont en partage l'expérience rurale de l'élevage — Geneviève avec vaches et chèvres, Germaine avec les brebis —, se sont rencontrées *via* certains de leurs enfants qui allaient dans la même école. Germaine apprécie énormément la présence de Geneviève :

« On ne passe pas une semaine sans se voir. Dans le temps, Geneviève passait à la ferme prendre des œufs des poules. Maintenant, elle m'emmène faire des courses, vient passer un moment à la maison. »

* <https://tvvaldedrome.com/germaine-aubert-une-memoire-paysanne-pour-soyans/>

Elles ont également en commun un lien particulier avec l'ADMR. En effet, toutes deux ont été au service de l'association. Germaine, par le passé, a été active — 12 ans au Conseil d'administration, notamment — à l'antenne de Divajeu ; quant à Geneviève, elle en a longtemps été trésorière bénévole, et elle continue de participer à la vie de l'association, notamment par l'accompagnement, la présence auprès des bénéficiaires. Elle a également été active pour la bibliothèque de Saoû, pour laquelle elle apportait des livres aux personnes isolées. L'aide fait décidément partie des appétences de Geneviève !

Germaine, qui a donc œuvré pour l'ADMR autrefois, en a aussi été bénéficiaire avec l'aide familiale lorsqu'elle a eu des enfants. Et, de nouveau aujourd'hui, l'association l'accompagne à domicile. Savoir aider, puis être aidée est une belle expérience. Le temps passe, et la roue tourne :

« J'ai connu Anne-Marie [une employée de longue date de l'ADMR, Ndlr] quand elle était toute petite. Je l'amenais à l'école ! Et je faisais du théâtre avec sa mère. Aujourd'hui, c'est elle qui s'occupe de moi une fois par semaine. »

Ayant donc connu les deux rôles — aider et être aidée — Germaine a un regard réfléchi sur ce qu'implique une telle relation :

« Il faut que la personne qui aide soit compétente et à l'écoute ; quant à la personne aidée, elle doit savoir se mettre à la place de celle qui l'aide. »

Si elle reçoit de l'accompagnement pour faire les courses et le ménage, elle reste relativement autonome, et aime bien « travailler », comme elle le dit, quelques heures par jour. C'est surtout le matin, car c'est elle qui prépare le déjeuner pour « les hommes », son fils et son petit-fils, ce qu'elle aime beaucoup faire... et qui constitue une aide appréciée par ses enfants, qui peuvent ainsi se remettre au travail, rassérénés par la bonne cuisine de Germaine ! Il n'est d'ailleurs pas rare que des amis de ceux-ci, qui la connaissent bien, viennent apprécier les talents culinaires de celle qui les avait déjà régalés jadis au retour d'une fête entre jeunes ! Par ailleurs, Germaine, quand elle le peut, est heureuse d'aller passer un après-midi au club de la Rimandoule.

« Si Geneviève peut m'amener... Autrement, je n'aime pas déranger. »

Lorsqu'elle est chez elle, elle stimule sa mémoire fameuse par de la lecture. Et il lui arrive, comme l'une des fois où nous lui avons rendu visite, de sortir d'un tiroir un vieux cahier d'écolière de l'année 1948-1949, en état de conservation remarquable, et de reprendre un des chants aimés de cette période, que probablement seul-e-s les plus âgé-e-s parmi les lecteur·rice-s de ce livre reconnaîtront : « Au lycée, papa, au lycée, papillon ».



RETROUVEZ AUSSI LES TÉMOIGNAGES
qui précèdent, dans l'émission

Les volets ouverts – vieillir chez soi à la campagne

sur Radio Saint-Ferréol.



Morceaux choisis

Ces citations d'ainé·e·s et d'aidant·e·s, orales et écrites, ont été collectées d'une part lors d'un « café-rencontre » organisé par les bénévoles de l'ADMR de Bourdeaux ; d'autre part, lors d'un atelier d'écriture mené à la bibliothèque de Saoû.

C'était comment « avant » ?

« Les jeunes apportaient de l'aide aux anciens : pour se laver, s'habiller... »

« Jeunes, on faisait avec nos aînés ce que font aujourd'hui les aides à domicile de l'ADMR. »

« Les belles-filles devaient supporter leurs belles-mères... »

« Il n'y avait pas d'EHPAD, on n'avait pas le choix. »

« À l'époque, ce n'était pas évident pour les adultes qui avaient leurs propres parents à la maison, mais ceux-ci gardaient les petits-enfants. »

« En milieu rural, les échanges conviviaux qui suivaient le travail agricole étaient aussi importants que le travail lui-même. »

C'est comment aujourd'hui ?

« Ici, à l'ADMR, on se découvre des connaissances communes, et même presque des liens de parenté ! Pensez, je viens de réaliser que madame assise à côté de moi est une cousine éloignée ! »

« À notre âge, on commence à chercher les EHPAD... »

« Je ne voudrais pas aller vivre chez mes enfants ! »

« La sociabilité est moins présente qu'avant. On ne discute plus dans les salles d'attente des médecins... »

« L'entraide est moins spontanée, il y a moins d'échanges informels... »

« La complémentarité de l'ADMR avec les aidants familiaux permet aux aîné·e·s de rester à domicile le plus tard possible. C'est un plus pour leurs enfants. »



C'est quoi être « vieux · vieille » ?

« C'est d'avoir mal un peu partout, être en réparation permanente ! »

« C'est parfois dur de ne pas être écouté·e, considéré·e par les jeunes. »

« C'est avoir et prendre le temps, mieux apprécier ce qui nous entoure. »

« Notre jeunesse s'est enfuie, mais nous aimons évoquer tous les bons moments passés avec des amis et dans le travail ; nous aimons aussi rencontrer des gens, faire des promenades. » (Marie-Jo)

« La présence des animaux familiers m'évite la solitude et m'occupe toute la journée. J'ai de l'aide depuis longtemps, on s'occupe de moi aujourd'hui encore. J'aime les jeux de cartes, les rencontres... Avec tout cela, je me sens moins seule, donc plus jeune. » (Ginette B.)

« Souvent, on se rend compte qu'on est "vieux" dans le regard de l'autre, comme la première fois que quelqu'un se lève pour vous dans le métro. » (Marjolaine)

C'est quoi aider et être aidé·e ?

« Nous sommes très aidé·e·s, notamment grâce aux services de l'ADMR au quotidien, cela nous permet de rester à domicile dans de bonnes conditions, et de recevoir nos petits-enfants et arrière-petits-enfants. Ma vieillesse est heureuse grâce à cela. » (Une mamie de Saoû)

« Aider, c'est une chose tellement naturelle et simple, que l'on fait sans y réfléchir. Rendre visite à une personne âgée, par exemple, lui apporte un vrai réconfort. » (Gene)

« Je remercie madame Poisson, assistante sociale de la CCVD, qui m'a beaucoup aidé dans mes démarches administratives, ce qui me permet aujourd'hui de me sentir bien, dégagé de ces tracas. » (Jacques)

« J'espère trouver la grâce de me faire aider quand le moment sera venu. Car, finalement, tout cela relève de la réciprocité et de l'évolution naturelle de la vie. » (Marjolaine)

« La vie est un éternel recommencement : on naît, on s'occupe de nous, et puis on se met à aider, et puis on doit vous aider... Et puis ça recommence... » (Nicole)

L'histoire d'une aventure collective

Cette dernière partie vise à retracer le pan du projet qui a été mené par ARCHIPEL 427 et croisera donc en partie les pans menés par RSF et La Virgule point. Ensemble nous avons décidé d'inviter les gens à s'exprimer dans des domaines dont ils ne sont pas forcément familiers. Oser de nouvelles expériences est parfois un vrai défi, alors il m'a semblé intéressant d'en relever un moi aussi. C'est la raison pour laquelle j'ai eu envie de rédiger ce volet. L'idée ici est de vous proposer un récit de cette année vue de l'intérieur.

Dans la fleur de l'âge est un projet de territoire qui a impliqué un grand nombre de personnes et c'est grâce à chacune d'elles qu'il a pu se développer au fil des saisons. Ce texte vise donc à laisser une trace écrite de cette histoire dans sa globalité, car il nous est apparu essentiel de rappeler toutes ces contributions afin de les saluer. À l'image d'un jardin partagé, il est des idées qui sont très belles sur le papier, mais plus compliquées à réaliser en pratique et c'est ce qui va en faire le sel de cette aventure. Notre ambition de résonner dans des modes d'habitat divers et des lieux parfois éloignés fait que toutes les personnes impliquées n'ont pas (encore) pu observer ce jardin dans son ensemble. Aussi, ce recueil permettra à celles et ceux qui le souhaitent d'avoir un petit aperçu de ce qui s'est passé ailleurs, de ce qu'on y a planté et de ce qui a poussé sur un terrain parfois accidenté. Il suscitera peut-être même l'envie de se rencontrer.

À toutes les personnes qui ont œuvré, transpiré, osé, parlé, essayé, raté, recommencé durant les mois passés, j'ignore si vous vous rendez compte de ce que vous avez fait alors je vais l'écrire. *Vous avez été remarquables !* J'espère que vous en tirez de la fierté. Elle est amplement méritée. Quant aux personnes qui ont observé ce travail d'un peu plus loin, merci d'en avoir été les témoins. Nous en avons besoin. Toutes les places sont belles et aujourd'hui je me dis que ce projet aurait tout aussi bien pu s'appeler « *La force de l'âge* ». Quand le temps sera passé et que nous aurons commencé à oublier, nous pourrons saisir cet objet entre nos mains et nous souvenir de ce que nous avons fait ensemble toutes et tous. J'espère que cette histoire donnera envie à d'autres d'entreprendre ce type de démarche et que les pages qui suivent pourront peut-être donner des idées ou servir d'outils. Alors oui, c'est laborieux, mais, comme avec un jardin partagé, le plaisir est proportionnel à la difficulté et avec le recul c'est très satisfaisant d'avoir réussi à la surmonter en faisant corps.

La préparation de la terre

Tout a commencé avec Pauline Talin, alors chargée de projet à Radio Saint-Ferréol, Théo Fortunato, Julien Lescaux et moi dans les locaux de la radio. Quand nous nous sommes rencontré·e·s, les idées ont rapidement fusé. Chaque structure proposant son savoir-faire, nous avons rêvé en grand et avons vite remonté nos manches pour mettre les mains dedans. J'en ai reparlé il y a peu avec Pauline et elle en a dit que « *c'était fulgurant* ».

Si ce qu'on a fait ressemble assez à ce qu'on avait imaginé, le parcours s'est parfois révélé un peu caillouteux et il nous a fallu du temps pour obtenir un terreau riche. Heureusement, de nombreuses structures nous ont fait confiance. La Maison des Buis à Grâne et la Résidence locative des Jacamons à Chabrillan, ont vite répondu présentes, comme le Café-Bibliothèque l'ADMR de Bourdeaux et la bibliothèque de Saoû. En outre, les structures qui nous ont soutenus financièrement, la CFPPA et la CCVD, nous ont aussi apporté un accompagnement humain qui s'est avéré précieux à chaque étape.

Restait encore à nettoyer le terrain en profondeur, ce qui prend du temps parce qu'il est grand. Plus il y a de personnes, plus ça implique de s'organiser et de bien se coordonner, surtout quand tout le monde ne se connaît pas. Même en anticipant, il y a toujours des aléas météo qui ne préviennent pas comme un souffle de vent dans l'agenda qui décale le calendrier imaginé pour le futur potager. Ainsi, malgré les réunions, il faut en permanence (ré) apprendre à se parler et adapter les outils de communication en fonction de chacun·e. Le vocabulaire aussi est à (re) calibrer ensemble. Il y a des mots derrière lesquels nous ne mettons pas toujours la même signification, ce qui peut créer des incompréhensions. Ça demande souvent de préciser et de reformuler sauf que parfois « *on* » oublie et « *on* » fatigue parce que ça entraîne des échanges plus longs. *Vous voyez ce que je veux dire ?* Évidemment, c'est plus facile de comprendre ce qui se jouait après coup. Il faut également un peu d'air à la terre. Ce point est essentiel à absolument tous les niveaux, car ce genre de problématique peut aussi bien se retrouver dans un binôme, en grande équipe, avec un partenaire ou bien avec le public. Nous nous rendons vite compte qu'il est indispensable de (re)définir ensemble le cadre et les termes de celui-ci, et ce, régulièrement. Un jardin a besoin d'eau, mais si le système d'arrosage est mal réglé ça risque de le noyer ou de le faire griller.

Pour ce projet par exemple, j'évite sciemment le mot « *spectacle* » pour ne pas exercer de pression sur un potentiel résultat attendu. Le terme « *restitution publique* » plus large et confortable invite à plus de liberté. En outre, il valorise mieux les temps de rencontres et de création artistique qui la précèdent. Ceux-ci sont souvent appelés « ateliers » dans l'usage. Un terme plus courant et moins effrayant. S'il m'arrive de l'utiliser en pratique, j'explique toujours aux différents partenaires, que ce ne sera pas des ateliers classiques. Je m'en suis éloignée, il y a de ça plusieurs années, pour adopter une forme qui correspond davantage à ce que je veux

et aime faire. Concrètement, je travaille plutôt à mettre activement en place un moment qui s'apparente plus à un laboratoire de création où la direction est semi-ouverte avec une conduction sur mesure. Il s'agit de créer un espace propice à la construction progressive d'un groupe complice où les personnes présentes sont assez en confiance pour se sentir libres de ressentir et d'écouter ce qui les traverse pour laisser émerger ce qui vient. Tout part de ce qu'elles sont et vivent. Exactement comme quand je monte une pièce. D'ailleurs, elles sont considérées exactement de la même manière que des artistes professionnel·le·s. ainsi, comme avec des boutures fragiles, ça nécessite impérativement une méthodologie précise et une veille constante. Il arrive que ça ne prenne pas et c'est naturel, mais nous assistons régulièrement à de profonds « *moments de grâce* » comme des étoiles filantes. *Une femme nous touchera en dansant avec son fauteuil roulant. Un homme se mettra à chanter pour lui.* Construire ce protocole m'a notamment servi à écrire *Les petites choses* au cours des deux dernières années dans des EHPAD. Une forme de théâtre de rue sous des airs de brocante à souvenirs dans laquelle je joue avec Emma Dufief, danseuse/comédienne. Nous travaillons ensemble très régulièrement depuis janvier 2024 et, au fil du temps, nous avons construit une manière de collaborer pleine de sens à force de pratiquer, d'échanger et de décortiquer ce que nous percevons toutes les deux.

Dans cette approche collective du projet, le théâtre, l'écriture et la danse sont comme des outils que nous apportons avec nous lors des rencontres ou plutôt comme des jouets pour permettre à chacune et chacun de débusquer ses envies, parfois enterrées, toujours en quête de plaisir. Grâce à RSF le terrain de jeu va s'agrandir avec les arts sonores pour, comme le dit Théo, « *tendre les micros à des personnes dont on entend que très peu la voix et partir de récits intimes pour donner à entendre une histoire plus collective* ». Autant vous dire qu'avec tout ça, nous ne nous sommes rien refusé au moment de semer ensemble.

Un automne pour semer les premières graines

Pour lancer cette série d'actions polymorphes sur la Vallée, nous avons choisi « *La semaine bleue* ». Sarah Jacquet, Julien, Emma et moi nous sommes retrouvés aux portes ouvertes de la Maison Cauzid à Livron. Après tant de préparatifs, c'était grisant de se retrouver sur le terrain pour marquer le début avec le reportage et l'émission de Sarah, les ateliers et enfin *Les petites choses* en avant-première dans le parc des Cèdres avec le Café-Bibliothèque. Emma et moi avons eu le plaisir d'y voir Julien, mais aussi cinq habitantes et habitants de la Résidence autonomie de Grâne accompagné.e-s par Embarkha Bougerra, leur référente à la résidence. *Surprise*. Ce jour-là, il faisait froid et il y avait du vent alors on avait prévu des couvertures. Je garderai toujours le souvenir du soutien indéfectible de ce public emmaillotté, imperturbable. Il y a également eu le démarrage des chroniques mensuelles sur « *Le charme de l'ancien* » à RSF dont l'objectif était de rendre le projet plus visible par d'autres générations et plus accessible pour celles et ceux qui vivaient plus loin. Un exercice difficile pour une débutante dans les arts sonores, mais chaleureusement accompagnée par Laure Bonhème, Sarah Kreines, Franz Velliet, Romain Mounier-Poulat, et Manu Bournay. De très belles collaborations, fruits de voyages nomades entre différentes émissions de RSF et enregistrements en tête à tête dans le studio.

Ensuite, ce sont les premières rencontres de création écriture/danse/théâtre avec les différents groupes. Le moment d'imprimer une routine consistant à débiter et terminer systématiquement par un tour de parole. Côté écriture, j'ai proposé l'usage libre de l'écrit aussi bien que de l'oral, de la même manière chaque personne pouvait partir de son vécu, comme de son imaginaire, sans avoir à préciser ou justifier ses choix. Chaque mois avait une thématique spécifique commune avec les temps d'expression plus orientés danse-théâtre proposés en parallèle (ouverts aux proches). Le premier mois, on est parti des prénoms et des patronymes, de leurs origines, de ce qu'on en savait comme de ce qu'on pouvait en déduire. Un bon moyen de briser la glace et de repérer des éléments susceptibles d'affiner les propositions par la suite pour qu'elles épousent au mieux la singularité de chacun.e. Comme dans toutes créations, je prends le plus de notes possibles dans un « *journal de bord* ». Ensuite on a travaillé avec *Les petites choses*. Comme c'est une petite brocante, ça permet d'arriver avec des objets chargés de souvenirs. « *Je me rappelle qu'on avait une valise comme ça quand j'étais petite et je l'utilisais comme luge quand il neigeait sur le haut Livron* », raconte Monique M. Côté danse-théâtre avec Emma, l'idée était d'approfondir cette thématique en jouant, et en nous mouvant avec les objets. Une 2 CV miniature glisse sur nos corps, on imite les grains de café dans leur moulin et pour reprendre le fil de la métaphore botanique, de premières graines ont commencé à pousser en douceur. « *Je ne pensais pas que je pouvais prendre autant de plaisir en faisant des mouvements* », nous dit Françoise A., et quand Marie Madeleine nous propose de l'appeler Mado, on se dit que c'est bien parti. Pour les rencontres suivantes, le

travail a porté sur les choses de l'amour, les paysages et les gros mots. Il y a du plaisir à pétrir les anecdotes, les idées, les corps et les grimaces.

Avec Sarah, on s'est vues en tête à tête dès septembre pour échanger sur ces pratiques, car nous savions que nous allions travailler en étroite collaboration avec les groupes, un peu comme Julien et Théo de l'autre côté de la Vallée en individuel. Emma et moi avons invité Sarah à venir comme participante au moins une fois dans chaque groupe pour qu'elle puisse rencontrer les gens en douceur et expérimenter ces temps de création de l'intérieur.

La fin de l'automne est vite arrivée et, avec elle, un peu de froid. L'heure des premiers bilans. *Qu'est-ce qui a du mal à croître ? Où mettre notre attention ?* Même si nous faisons le point chaque jour, faire l'impasse sur un vrai bilan c'est risquer de se planter. Concernant le nombre de participant·e·s, ça va, et au vu des retours, tout le monde semble satisfait. Par contre, il y a globalement très peu de proches. À Grâne, l'énergie est très vive. *Nous pourrions les inviter à participer aux restitutions.* C'est une démarche dont je rêve depuis longtemps sauf que la mise en place est souvent trop complexe, mais ici ça paraît faisable et l'idée a tout de suite été soutenue par l'équipe « *Dans la fleur de l'âge* », Embarkha et Nathalie Gilleron, directrice de la structure. À la Résidence des Jacamons, l'ambiance est plus timide. Avec Emma, nous sentons le travail plus fragile. Le groupe est plus petit et les personnalités un peu plus casanières. Il faut creuser. Grâce aux échanges avec Christine Jouve qui gère la résidence, on imagine ensemble une autre forme pour les rencontres 2025. Nous décidons d'intervenir quand il y aura Rachel et Carole, des assistantes maternelles, qui viennent chaque semaine avec les enfants qu'elles gardent. Petite anecdote : un jour, Françoise qui vit là-bas nous fait une surprise. À notre arrivée, elle est à sa fenêtre et nous fait signe d'approcher pour nous offrir une carte qu'elle a faite pour nous et des papillotes, mais « *Chut, c'est un secret* ». Alors on retourne à l'entrée principale, on frappe et on se dit bonjour devant Christine en faisant comme si on ne s'était pas vues. *On joue la comédie ensemble, complicité dans les regards.*

Un premier hiver à traverser

La période des fêtes nous offre un moment de répit, ou presque, car au retour tout est un peu ralenti. Entre les maladies, les déménagements, les changements de poste, la fatigue et la météo, le collectif s'est rétréci à tous les niveaux. Ce à quoi il faut ajouter les difficultés à trouver des espaces-temps de diffusion pour les restitutions. Cet élan d'énergie amoindri nous affaiblit. Nous savons que c'est un passage obligé. Les creux font partie du jeu. Ça nous met un coup au moral. Trois têtes au premier atelier de l'année, c'est rude, comme le départ de Pauline vers d'autres horizons. Le premier « atelier intergénérationnel » a tout d'un bide. C'est dur comme une terre gelée. Heureusement, c'est le moment où le collectif a du bon, car on y trouve de quoi se réchauffer le cœur quand il fait froid. Un jour, Odette nous confie que « *La vieillesse ce n'est pas ce que j'imaginai. Le plus pénible c'est de perdre les gens qu'on aime. Alors les petites distractions deviennent très suffisantes et très importantes.* » Une bonne raison de s'accrocher, de se rappeler qu'on bosse beaucoup et qu'on s'applique, ce qui porte déjà des fruits. Il y a aussi de nouvelles personnes qui rejoignent les groupes comme Jean, Bertrand, Monique B et Michel, un profil de diesel peu loquace, mais bigrement philosophe. On peut aussi se reposer sur « les solides » comme Roseline aussi franche qu'élégante, Guy et son humour à toute épreuve, Marius qui n'est pas en reste dans le domaine avec son fameux « *Non, ça va pas aujourd'hui... Mais nan, je rigole. Je vous ai bien eus* », le rire plus que joyeux de Françoise C, la présence solaire de Nicole, André qui danse sans s'économiser quand il fait face à l'adversité et Mado, la reine de l'assiduité, toujours là, en avance, chaussée de baskets, équipée tantôt d'une bouteille d'eau tantôt d'un ancien pot de confiture rempli de pastilles Vichy. Presque à chaque rencontre, son téléphone sonnera et elle répondra, toujours, en disant systématiquement, « *Allo, je suis occupée là, je te rappellerai* », sans jamais laisser la parole à son interlocuteur-riche. J'aimerais avoir l'espace d'en présenter bien d'autres.

Quelques personnes ont cessé de participer pour diverses raisons. J'ai rencontré l'une d'elles il y a peu. « *Désolée, ça tombait mal et puis après j'ai oublié, mais depuis qu'on s'est vues, j'écris des choses dans mon cahier de temps en temps.* » Renée n'est pas la seule à aimer les cahiers. Nicole, elle, a même fabriqué le sien elle-même. Nous évoquons ça en groupe et décidons de continuer à *danser sous la pluie* avec notre parapluie de prédilection : l'humour. C'est le moment de réadapter le jeu des chaises musicales versions danse/théâtre (je tairai le nom des tricheur-euse-s). Il y a du bon à s'acharner. Aux Jacamons, on a fini par arriver à notre objectif avec le groupe dont les membres vont de 1 an à 95 ans. On a fini en apogée en montant un conte le dernier jour pendant lequel on a planté une vraie bouture qui est restée là-bas. La satisfaction d'après n'aurait pas été si grande si on n'avait pas ramé avant.

À Grâne, les ateliers radio de Sarah étaient sur le point de démarrer. Comme Théo et Julien avaient déjà bien avancé sur leurs matières, nous nous sommes dit que ce serait intéressant de trouver une forme de complémentarité. Quand Sarah m'a demandé comment je voyais les

restitutions, je n'ai pas su répondre. On était à mi-chemin j'avais peur de me planter, mais si elle pensait qu'on en avait besoin, c'était important pour moi de trouver une réponse. Elle a eu raison de me poser cette question, car ça m'a fait prendre conscience que le sujet était là depuis le début, dans les notes, dans les échanges, un peu comme une évidence. *Et si on questionnait l'injonction à la performance ? D'où viennent la honte de rater, de vieillir, le devoir de réussir, la culpabilité à ne pas y arriver ? Pourquoi s'imposer ça ? Est-ce qu'on en a conscience ? Est-ce qu'on en mesure les conséquences ? C'est quoi le beau ? Qui décide ce qui est bien fait ou pas ? Et si on s'en fichait ? Qui décide de ce qu'est « une mauvaise herbe » ?*

Ça a débloqué beaucoup de choses et on s'est beaucoup amusé avec le groupe sur les trois ateliers radio. On a mélangé les disciplines pour se coordonner. On a beaucoup été dans la fiction et le jeu. En atelier d'écriture, on préparait des textes ou des citations à enregistrer. Puis quand elle captait, on surjouait, on chantait, on improvisait beaucoup aussi, on se moquait de nous-mêmes. Tous ces moments m'ont donné de l'énergie, car ça apportait un sens logique à notre démarche. Les virages devenaient plus doux à négocier. *Des difficultés dans la stratégie de communication ? Et si on prenait le dessin d'Odette comme visuel. Les hommes ne sont pas venus ce matin ? Super, on va faire une rencontre en mixité choisie sur la thématique de la féminité. Au final, il y sera question de parentalité, de sexualité, de religion et de politique.* Bref, on a bricolé et c'était doux. Le soleil est revenu sur notre lopin de terre et les personnes qui nous ont rejointes ont proposé des apports très nourrissants. En plus, on a trouvé de nouveaux partenaires prêts à accueillir les restitutions et/ou à nous aider à les penser dans de bonnes conditions comme la Maison Mère et Mémoire de Grâne. Sans parler des nouveaux membres de RSF comme Eva Seite et Philippe Sibelle qui ont plongé directement dans le potager. *Pote âgé.*

Je dédie ce jeu de mots un brin douteux à Guy.

Un printemps pour éclore

Avec le printemps, les bilans bourgeonnent et les au revoir démarrent. L'heure de fêter chaque « dernière rencontre » comme il se doit en se projetant sur la suite. Inviter les membres du groupe de Grâne à s'investir dans les restitutions s'est fait en douceur. Un appartement de la résidence a été mis à notre disposition où on a installé un studio pour Sarah et Théo. Après qu'on ait dégagé des blocs thématiques ensemble, ils ont œuvré à la constitution d'une bande-son croisant captations de témoignages et de temps collectifs, pendant qu'en parallèle Emma et moi avons investi le séjour pour travailler avec les habitant·e·s qui le souhaitent, sur la dramaturgie, les décors et les costumes en s'axant sur les grands moments qu'on avait déjà traversés de manière à en extraire l'essence. C'était aussi l'occasion de réfléchir ensemble sur comment réaliser les envies exprimées. Il a fallu se retrouver régulièrement avec Sarah et Théo pour tester des choses ensemble. On a cherché des contrastes entre le son et le corps, réenregistré des bouts, testé, repris. Bref, on a tout donné pendant cette semaine et on a pu goûter le plaisir d'une construction collective sur la base d'une complicité inscrite dans la durée. Le jeudi, on a organisé une répétition générale à laquelle sont venues Eva, Pauline, Embarkha et Sabrina, assistante de direction à la Maison des Buis. Parmi ce premier public, Catherine, une habitante/assistante à la mise en scène. Sur scène justement ce jour-là, il y avait Nicole, Mado, Guy, Michel, Emma et moi. Enfin en régie son : Roseline, Sarah et Théo. *Résultat : un jardin délirant avec du rire, des larmes et de la sueur.* C'était tellement génial à vivre et beau, hallucinant, juste, drôle, touchant. Je dis ça avec toute la subjectivité et l'admiration qui me remplissent devant la générosité de cette performance collective qui a mêlé concert de rock, recette de cuisine, duel de western, apéro, dancing, combat, cascade, tango, homme-sandwich et chorale arythmique.

Le lendemain d'un tel chef-d'œuvre, tout le monde était épuisé d'une belle fatigue. Ce jour-là, Sarah me dira qu'elle ne s'était pas imaginé qu'on s'amuserait autant, qu'elle trouvait l'endroit lumineux et que ça faisait du bien de savoir qu'il existait des lieux comme ça. Avec ce qui nous restait d'énergie, nous avons fait une boum déguisée pour célébrer notre carré de verdure. Avec Roseline, on s'est aussi avoué timidement qu'on avait envie de se tutoyer. Vincent, un habitant avec qui j'ai papoté à table pendant six mois, est (enfin) venu se joindre à nous pour parler de musique et de danse parce qu'il a dansé longtemps et beaucoup. Un vent de nostalgie a plané surtout quand tout a été rangé et qu'il est l'heure de rentrer. Alors on fait traîner. Avant de partir, Nicole nous dira : « *C'est vraiment intéressant de faire tout ça avec vous et de comprendre comment on fait de l'intérieur.* » Après, impossible d'échapper à la sensation de vide qui succède souvent aux grands moments de joie. Ça donne envie de prendre racine. Ça donne envie d'une pépinière, une pépinière de séquoias.

Les jours qui ont suivi, nous avons échangé des photos, nous nous sommes rappelé à quel point « on a bien rigolé » et nous avons préparé la petite tournée de cinq dates prévues en mai et juin dans la Vallée. « *Il va falloir qu'on répète* », insiste bien Nicole. Ensuite, l'heure est venue d'écrire ces quelques pages. J'avais beau savoir ce que j'avais envie de dire, je n'y arrivais pas. Alors, j'ai continué de bricoler sur les décors, fait des listes d'accessoires à ne pas oublier, remis au propre le déroulé des scènes et j'ai imaginé la prochaine chronique. Cette fois, fini de tourner autour du pot, ce sera sur cette semaine de résidence à la résidence pour qu'on puisse la réécouter. La vérité, c'est que je ne veux pas que ça finisse. J'ai peur que terminer ce travail d'écriture ne signe la fermeture du jardin. La cinquantaine d'actions auxquelles j'ai participé ont laissé une trace en moi. C'est comme ça que j'ai fini à la résidence avec mon ordinateur, mon journal, ma trousse et mes feuilles de brouillon. Pendant trois jours, encouragée par ce groupe dans lequel je me sens vraiment bien, c'est au sein de ce collectif que j'ai réussi à trouver la force de me lancer dans l'écriture. Ça fait du bien de jouer au scrabble sans compter les points autour d'un Earl Grey en mangeant de la brioche. J'avais besoin de finir en douceur à coups de pastilles Vichy. Avec un peu de recul, j'ai réalisé qu'à la manière dont ces personnes se soutiennent mutuellement au quotidien, elles sont elles-mêmes aidantes. Et cette évidence, je ne l'avais pas vue jusque-là, comme si l'âge et/ou le mode d'habitation avaient fait barrage. Il faut du temps pour apprendre à jardiner. Quant à notre petite tournée, nous ne savons pas comment ça va se passer, car les membres du groupe ne seront pas obligés de venir le jour J s'ils n'en ont pas envie et les structures qui vont nous accueillir le savent. Il ne faut pas que le groupe joue pour nous faire plaisir. Si une personne est fatiguée ou si, au moment d'entrer en scène, elle ne veut pas jouer, on s'en accommodera. Le public comprendra. Ces restitutions ne sont pas les premières ni les dernières fleurs du jardin partagé. Voilà des mois déjà qu'on en cueille. Ces restitutions seront plutôt comme des repousses, un peu comme ce recueil. Quand celui-ci sortira, la tournée sera terminée. Heureusement, il restera une chronique pour en parler.

Remerciements

À tous les membres de cette épopée dans le désordre et sans aucune distinction d'âge, de rôle, de poste, de mission, de place, de volume d'intervention ou de mode de contribution :

Marius, Denise, Romain, Michel Fr, Julie, Florence, Sarah J, Denise, Camilla, Pauline, Lise, Eva, Guy, Léna, Mélanie, Mario, Vincent, Nathalie, Stéphanie, Isabelle C, Colette, Claudie, Franz, Sarah K, Rachel, Suzie, Germaine, Nicole S, Clothilde, Roseline, Pascale, Magalie, Coline, Danielle, Alain, Philippe, Viola, Jean, Yvonne, Fanny, Mado, Paul, Geneviève, Yvonne, Michel Fa, Christine, Jacques, Camille, Pascal, Mario, Carole, Odette, Monique B, Emma, Françoise A, Philippe, Jean, Yves, Margarita, Emmanuel, Stéphane, Agathe, Julien L, Eslin, Catherine W, Manu, René, Bernard P, André, Isabelle J, Anaïs, Gérard, Marjolaine, André, Anne Marie, Nicole P, Gabriel, Gilbert, Jennie A, Arlette, Madeleine, Embarkha, Fernande, Jean G, Marie Thérèse, Catherine, Théo, Julien C, Serge, Françoise C, Jeanine, Robert, Myriam, Sélene, Ginette, Monique M, Julie, Renée, Marie-Jo, Nicole W, David, Léontine, Anne Charlotte, Marjorie, Alma, Elisabeth, Maria, Laure, Sarah D, Michèle, Anne Laure, Bernadette, Tomas, Édouard, Marie, spectateur·rice·s, partenaires, acteur·rice·s, complices, participant·e·s, familles, ami·e·s, voisin·e·s, bénévoles, conseiller·e·s, intervenant·e·s, financeur·euse·s, contribuables, merci.

Ce recueil porte un peu de chacun·e de nous.

Table des matières

Avant-propos	5
Portraits croisés d'ainé·e·s et de leurs aidant·e·s	9
Colette & Fanny	11
Jacques & Rachel	15
Mario et Margarita & Paul et Philippe	19
Michel & Anaïs et Emmanuel	21
Denise & Eslin	25
Germaine & Geneviève	29
Morceaux choisis	31
L'histoire d'une aventure collective	33
La préparation de la terre	35
Un automne pour semer les premières graines	37
Un premier hiver à traverser	39
Un printemps pour éclore	41
Remerciements	43



Pour aller plus loin dans l'écoute,
vous pouvez également retrouver, sur Radio Saint-Ferréol :



Les chroniques de Marjorie
« Le charme de l'ancien »



« J'habite ici »
Reportage à la maison Cauzid de Livron,
à l'occasion de la Semaine bleue,
avec des habitant·e·s et des aidant·e·s



« C'est quoi, être vieux, être vieille ? »
Plateau-radio avec Madeleine Melquiond,
autrice de *À ceux qui nous parlent comme à des enfants,*
Voyage en septuagénie, et Marjorie Houllé-Veyssière
de la Compagnie ARCHIPEL 427



***"Laissez-vous porter par l'évènement, suivez le mouvement, laissez tomber un peu vos principes et vos idées et vous ne serez que plus heureux de tout ça, au bout de quelques mois...
Même si c'est difficile au début, il faut le faire et accepter de le faire."
Michel, Maison des Buis de Grâne***

