



## **Ateliers d'expression OLD'UP « Bulles de mémoire » et « Brins de mémoire » Entretien avec Claude Caillart**

***Claude Caillart a créé et anime deux ateliers d'écriture pour OLD'UP : « Bulles de mémoire » en 2017 puis « Brins de mémoire » en 2022. Il raconte cette expérience.***

*Comment avez-vous l'idée de créer un atelier d'écriture à OLD'UP ?*

Je suis arrivé à OLD'UP un peu par hasard, après avoir lu le compte-rendu du colloque « Comment l'esprit vient aux vieux », qui s'est tenu en 2015. En 2016, j'ai participé à un groupe de parole, juste pour voir. J'ai trouvé ça plutôt bien. Lors d'une réunion générale, j'ai suggéré de créer un atelier d'écriture : l'idée a été accueillie favorablement. Elle a d'ailleurs été suivie d'effet rapidement puisqu'un premier atelier d'écriture a vu le jour. Il était assez ambitieux et ne s'adressait pas particulièrement aux débutants qui, de ce fait, n'y trouvaient pas leur place. Il m'est alors apparu que ce premier atelier pouvait être utilement complété par un second : cette fois, je me suis lancé !

*Quel était l'objectif de cet atelier et comment a-t-il démarré ?*

J'ai intitulé l'atelier « Bulles de mémoire » avec quelques objectifs simples : se souvenir – oser l'écriture – avoir le courage de lire son texte à voix haute – accepter de le corriger pour une éventuelle publication. Il a démarré en octobre 2017. L'information a circulé de manière informelle, les participants se sont inscrits petit à petit et nous avons rapidement atteint le quota que je m'étais fixé, à savoir 10 personnes. Sachant qu'il y a toujours quelques absents, nous sommes entre 6 et 8 à chaque session, ce qui est largement suffisant. Ce serait impossible d'animer un atelier de ce type pour 12 ou 13 personnes : trop fatigant et probablement contre-productif.

*Appliquez-vous une méthode ?*

Ma méthode s'appuie sur la validation des acquis de l'expérience ! Dans mon passé professionnel, j'ai fait du coaching, des bilans de compétence, rencontré des gens de qui j'ai appris comment on raconte une histoire. Pour la conception du plan et la rédaction, je m'appuie sur une méthode attestée dite « SOAR » (Situation, Occasion/Opportunité, Action, Résultat/Ressenti positif) qui peut

naturellement être adaptée avec souplesse. L'idée de départ est simple : les participants apprennent ensemble à **écrire et partager** des souvenirs marquants. Il est important de choisir, dans nos souvenirs, ceux que l'on souhaite partager : plaisants, tendres, confortables, plutôt que le contraire. Les souvenirs malheureux, déplaisants, durs, inconfortables, peuvent rester enfouis dans nos mémoires ! Nous allons chercher à faire remonter à la surface d'une feuille de papier, doucement, des "bulles de mémoire".

### *Comment se passent les séances concrètement ?*

Nous nous réunissons tous les mois chez Geneviève Autonne qui est une hôtesse merveilleuse et indispensable. Elle accueille les participants, les met à l'aise, propose un verre d'eau à qui veut... Elle prévoit toujours des stocks de papier et des crayons pour ceux qui auraient oublié leur matériel ! Nous attendons les retardataires en évoquant la séance précédente, chacun sort ses affaires, s'installe confortablement... Puis je propose un thème, que personne ne connaît à l'avance (sauf moi !). Par exemple, récemment : « Chacun sa place, une place pour les jeunes tout en gardant la mienne ». Ou bien « Devoir monter sur une estrade pour y prendre la parole et s'en sortir ». Dans le même ordre d'idée : « D'un accident, une réussite ». Ou encore « Une soirée dansante inattendue ». Nous faisons un petit tour de table, chacun creuse dans ses souvenirs. Certains disent qu'ils n'ont rien à dire sur le sujet. Je lance alors quelques pistes pour débloquer la situation... Ensuite, pendant une quarantaine de minutes, chacun écrit son texte (moi y compris) en silence, très sérieusement. Quand tout le monde a terminé, on lit les textes à tour de rôle et on commente. Il s'agit de donner une appréciation bienveillante, de dire ce qu'on a aimé, moins aimé. Il faut faire avec les appareils auditifs défaillants, ceux qui parlent tout bas et que les autres entendent mal, ceux qui disent abruptement qu'ils n'ont rien compris... Je dois parfois faire preuve d'un peu de patience !

### *Que deviennent ces textes ?*

Les textes circulent, dans tous les sens, à l'entrée et à la sortie. Parfois ils arrivent avec le courrier postal, ou par internet. Certains sont publiés sur le site internet de OLD'UP... Ou alors ils sont lus à l'extérieur, devant enfants et petits-enfants par exemple. Personnellement, j'aime bien les formes brèves, en quelques lignes.

### *Vous venez d'ouvrir un deuxième atelier...*

Nous avons trop de succès ! Nous venons effectivement, en septembre, d'ouvrir un deuxième atelier intitulé « Brins de mémoire » dédoublant ainsi le groupe initial (ce qui n'est pas allé sans quelques difficultés, les habitués étant réticents à l'idée de se séparer...). Ce nouveau groupe, qui fonctionne de la même manière que le précédent, se réunit chez Chantal Julienne qui nous accueille très gentiment chez elle. Je le répète : ce rôle d'accueil est très important. Mon binôme pour ce second groupe est Isabelle Stram. Elle pourra me remplacer en cas d'absence, ce qui arrive parfois vu mes autres fonctions à OLD'UP, où je suis notamment chargée du développement territorial.

*Avez-vous atteint vos objectifs ?*

Nos objectifs sont relativement modestes. Nous ne cherchons pas la quantité mais plutôt la pertinence, et que chacun fournisse un travail et un effort à sa mesure. Nous observons parfois des progrès remarquables : des personnes osent prendre la parole, s'expriment à voix haute, tapent du poing sur la table ! C'est l'effet OLD'UP !