

# Instance Régionale d'Éducation et de Promotion de la Santé

## Pays de la Loire



### « Les ateliers d'écriture », Expérimentation d'un outil en Education pour la Santé

Patrick Berry  
sociologue  
chargé de mission IREPS Pays de la Loire

# Qui sommes nous ?

33 personnes  
28,5 ETP



*Transférer un savoir faire*

**Publications**

presse  
professionnelle  
et grand public



**Ingénierie de projets  
Formation continue  
et universitaire**

**Interventions  
Colloques**

*Intervenir en  
Education  
pour la santé*



**Productions  
(DVD - outils  
guides)**



*Communiquer sur un savoir faire*

## Vous raconter une histoire?

Un lieu



Des  
personnages



Des  
mots

Si j'étais...  
Si j'étais une odeur d'enfance je serais...  
Si j'étais un son qui m'est familier je  
serais...  
Si j'étais une sensation sous les doigts je  
serais...  
Si j'étais un paysage d'hiver je serais...  
Si j'étais un goût gourmand je serais...



Un fil rouge:  
La Mémoire  
et les 5 sens

**Les ateliers d'écriture...  
Un mouvement foisonnant**

**Un lieu et un  
temps  
d'échanges, de  
rencontres**

**Animé**

**Autour de  
l'écriture**

**3 temps**

- ☛ Une mise en route...sorte « d'échauffement »
- ☛ Un temps d'écriture individuel ou collectif
- ☛ Un temps de lecture et de partage des textes

## QUELQUES PRINCIPES DES ATELIERS D'ÉCRITURE

Réhabilitation de la personne  
dans un cadre collectif

confidentialité

Liberté d'expression

Droit de ne pas écrire

Affirmation de chacun dans  
une position d'auteur

Droit à l'erreur et aux  
tâtonnements

Non-jugement

**Développement  
d'une compétence**

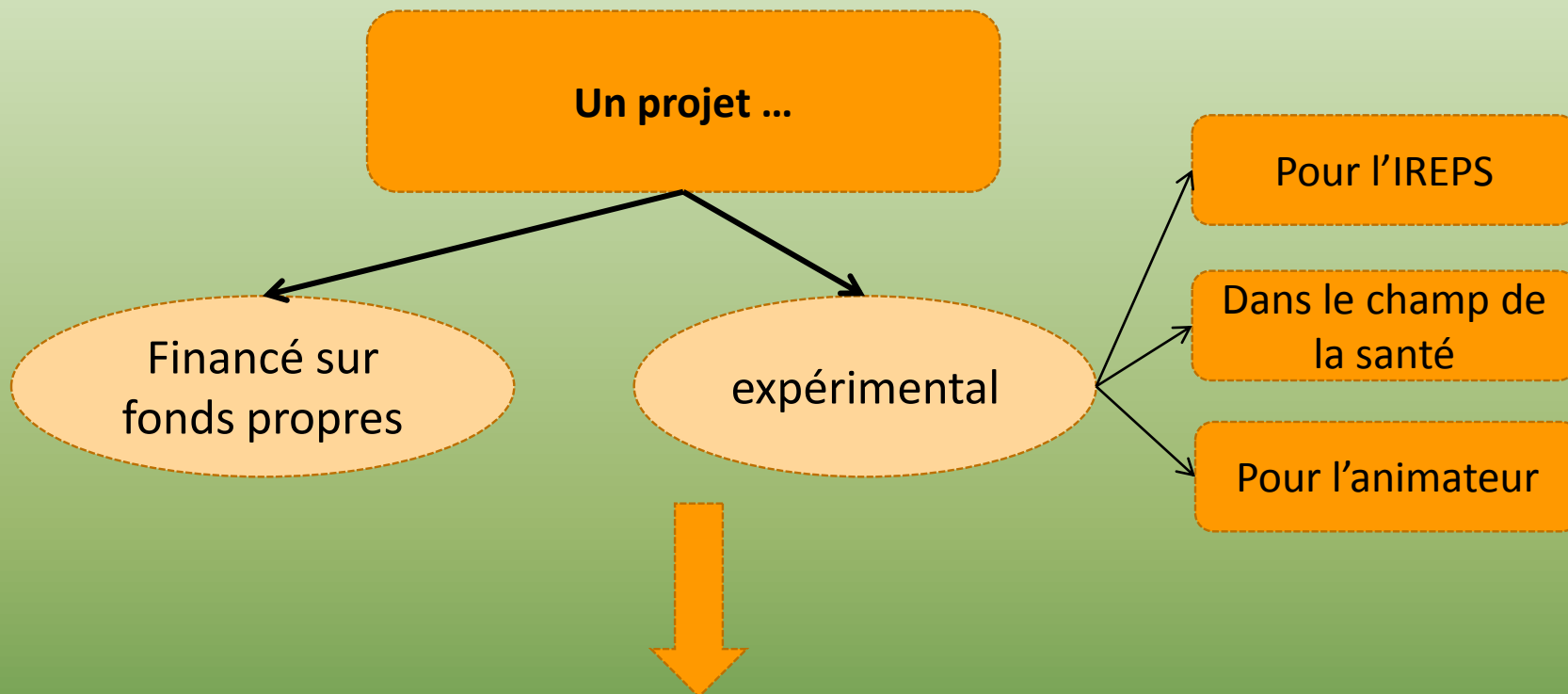
formation à l'animation  
d'ateliers  
d'écriture sur un an

**Appuie sur les  
bénéfices d'un**

**programme** sur la santé  
des séniors mis en place  
depuis 3 ans: « Des sens au  
sens »

**Ateliers d'écriture sur la  
Mémoire et les 5 sens  
UNE OPPORTUNITE...**

**Renforcement d'une  
dynamique** entre un  
territoire et « des gens »

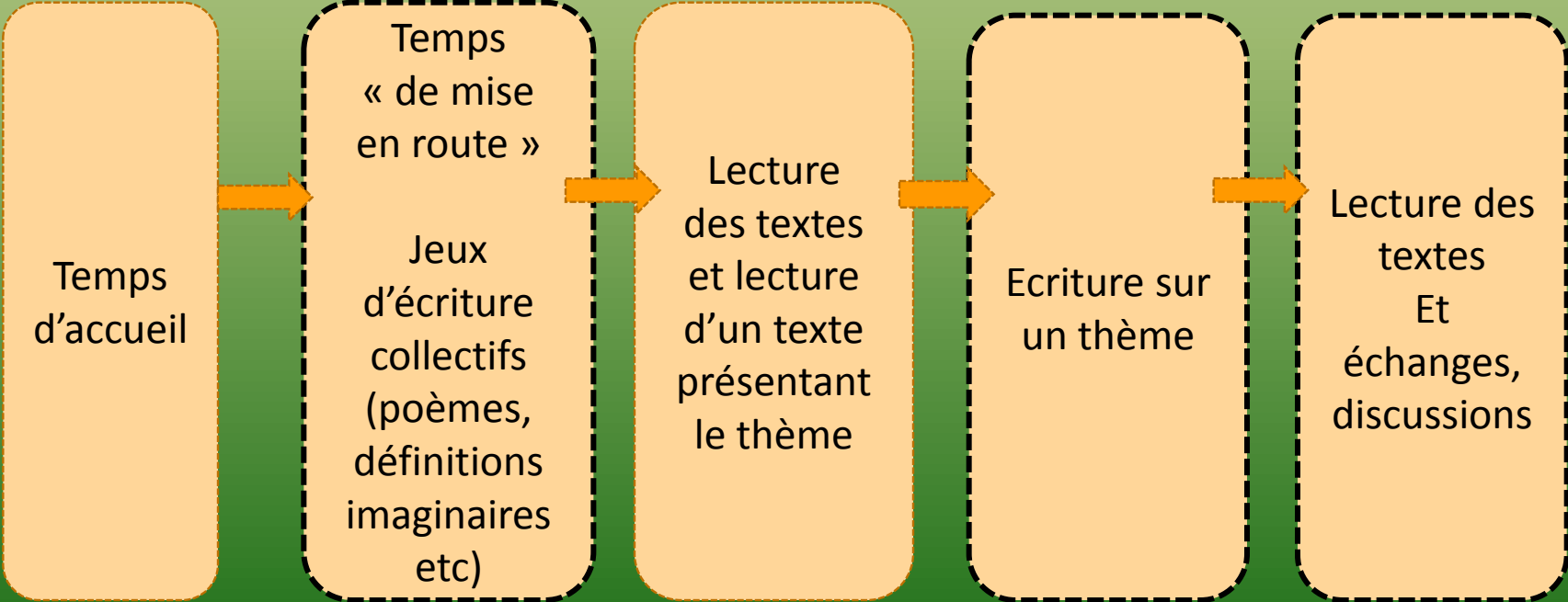


Avec un objectif général de promotion de la santé  
Et un objectif spécifique sur le renforcement de l'estime de soi des seniors  
participants à l'atelier

# Les 7 ateliers d'écriture sur La Mémoire et les 5 sens...

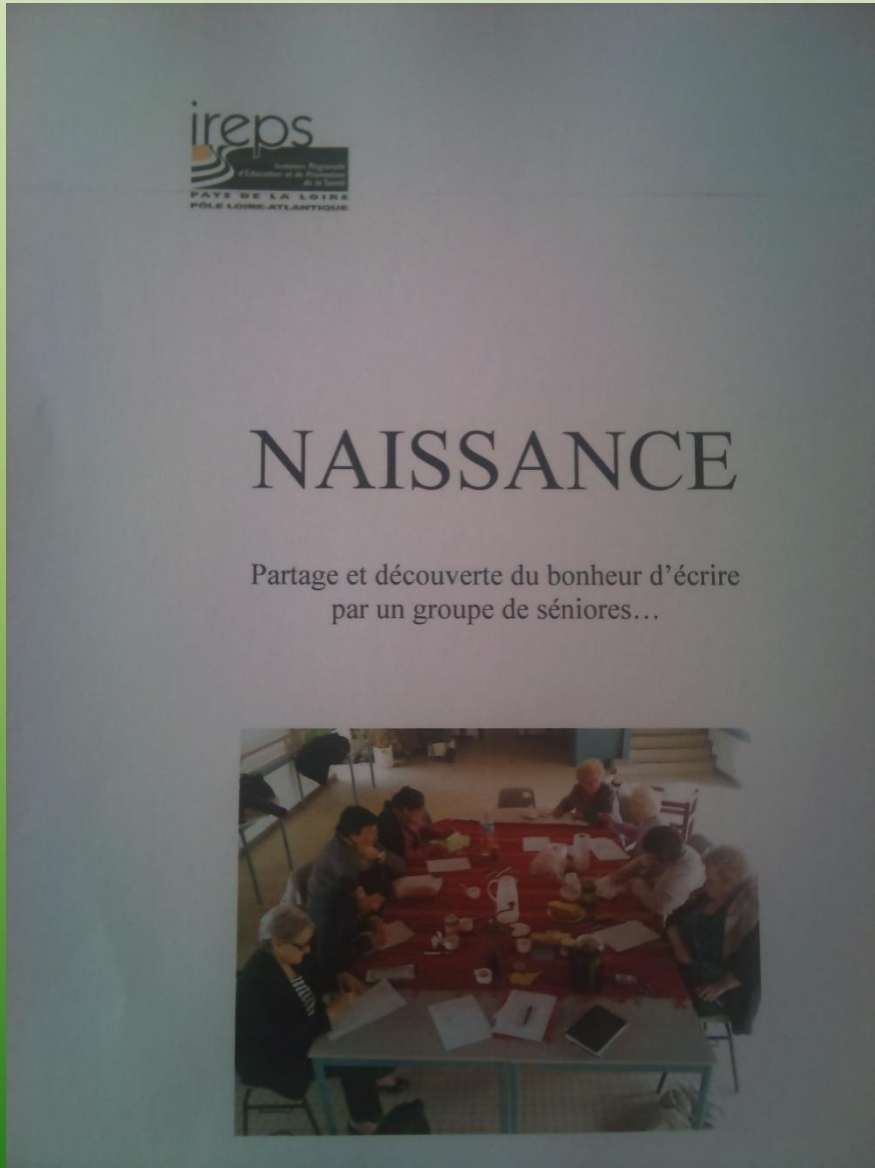
3h

13 participantes de  
65 à 82 ans



THEMES DES ATELIERS	DESRIPTIF
Des sensations de printemps	Ecrire sur le réel à partir de ses perceptions du printemps
Un souvenir d'enfance	Ecrire sur l'enfance à partir de la mémoire des sens
La trajet du matin	Ecrire sur le trajet du matin à partir de l'observation et des sens
Un rêve	Ecrire à partir du souvenir d'un rêve, ou bien de l'invention d'un rêve à partir des sens
Lettre à ma mémoire	Ecrire à sa mémoire comme à une compagne
Un voyage en 5 sens	Ecrire un voyage réel ou imaginaire à partir des sens
Un évènement marquant du monde	Ecrire sur un évènement marquant du monde à partir des sensations ressenties lorsqu'il est arrivé

**Un recueil de textes à destination du groupe seulement**



## Activation et/ou réactivation de la mémoire et des sens

Des éléments sur le bien être

Des éléments sur la santé sociale

Des éléments sur  
la santé mentale

Des éléments relevant des  
compétences psycho-sociales

**Evaluation:  
Et la santé  
dans tout ça?**

**9 entretiens semi-directif**  
(sur 13 participantes)  
Réalisés par A. Le Penec, DU  
Promotion de la santé, Education pour  
la santé et Education thérapeutique-  
Nantes

## Ateliers d'écriture et Santé sociale

*« On a ressenti du bien-être à être toutes ensemble »*

permet le lien social

*« ça nous a permis de nous voir et de nous apprécier »*

**Le groupe**

Est vécu comme facteur de reconnaissance

*« Très vite le tour de table s'est fait et tout le monde a lu »*

Permet une identification collective

*« avec les autres on avait exactement les mêmes souvenirs. Ça nous réunit d'une certaine façon »*

## Ateliers d'écriture et Santé mentale

« j'avais pas confiance [...] ça s'est fait petit à petit [...] et on a réussi à faire quelque chose »

### 2 pistes de lecture

#### Sentiment d'efficacité personnel

Mémoire  
Et 5 sens

écriture

« Tout à coup on se réalise, on fait quelque chose qu'on aurait pas cru possible de faire »

#### Estime de Soi

Moi/aux  
autres

Moi/moi-  
même

« je me sentais inférieure [...] je me sens mieux. Ça fait du bien vous savez »

« ça m'a donné de l'assurance »

## Ateliers d'écriture et compétences psycho-sociales

COMPETENCES	ILLUSTRATIONS
Développer une pensée créatrice	Ecriture comme processus créatif Inégalités/Imagination - maîtrise de la langue- aisance physique à écrire.
Développer une communication efficace	« <i>chacune disait son point de vue</i> » Echanges sur les textes/contenu et forme
Développer la conscience de soi	« <i>j'ai pris foi en moi</i> » En lien avec les processus psycho-cognitif et psycho-sociaux de l'écriture
Développer de l'empathie pour les autres	« <i>ça nous a fait écouter ce que les autres ont à dire</i> » Relation d'aide dans l'écriture

## Des questionnements...

### ...relatifs au projet même

- ☛ La constitution du groupe
- ☛ La participation des « gens »
- ☛ Les dispositifs d'entraide
- ☛ L'appropriation des apprentissages
- ☛ La pérennité des liens
- ☛ La dynamique de territoire

### ...relatifs à l'Éducation pour la santé

- ☛ Entre éducation sanitaire et animation socio-culturelle...ou Art thérapie et éducation populaire
- ☛ Éducation pour la santé: Parole et Ecrit
- ☛ Entre dispositif centré sur l'individu (récit de vie) et dispositif centré sur mémoire et dynamiques collectives

