



Groupe de parole « Le goût de vivre »

Rencontre avec Eliane Lacroix et Françoise Lavelle

Comment est né ce groupe ?

Eliane Le groupe est né en 2012. Lors d'une réunion OLD'UP, Laure Brandt (décédée récemment) m'a demandé de créer avec elle un groupe de parole dans le 15^e arrondissement. C'est parti de là, d'un quartier parisien et d'une petite dizaine de personnes qui avaient envie de se retrouver pour parler. Nous avons appris à nous connaître, nous avons échangé sur ce qui nous intéresse, ce qui nous rend heureux, ce qui nous aide à vivre. D'où l'intitulé du groupe : le goût de vivre. Nous sommes d'accord sur le fait qu'il faut vivre et non pas seulement exister. Nous agissons, nous nous positionnons dans nos élans, nos goûts, nos histoires. J'ai co-animé le groupe avec Laure Brandt jusqu'à sa mort. Françoise était présente et active dès le début, elle s'occupait de prévenir les participants des prochaines dates (je suis un peu fâchée avec l'ordinateur !) et m'aidait à préparer les réunions. C'est donc tout naturellement qu'elle a pris la suite de Laure pour co-animer le groupe.

Comment se passent les séances ?

Françoise Au début de chaque réunion, j'ai pris l'habitude de donner des nouvelles de OLD'UP. Comme je suis Secrétaire générale de l'association, je suis au courant de tout ce qui se dit au CA et lors des Réunions Générales, rendez-vous auxquels certains ne viennent jamais. Cette petite introduction rituelle permet aux participants de se sentir vraiment appartenir à OLD'UP et pas seulement à notre groupe de parole. C'est important.

Eliane Puis nous lançons le thème de la réunion, qui a été décidé lors de la réunion précédente. La parole se prend très librement, chacun parle quand il veut, sans couper la parole de l'autre. Il ne s'agit pas d'une discussion théorique sur un sujet donné, mais plutôt d'un partage d'expériences autour du thème du jour. Nous parlons de nous, de notre vie, de notre quotidien. C'est personnel et concret. Parfois un participant apporte un livre ou un poème qui l'a intéressé.

Françoise Nous essayons de varier les formes d'animation. Aucune réunion ne ressemble à la précédente. A la fin, nous nous mettons d'accord sur le thème suivant. Soit il découle naturellement

de la réunion du jour, soit quelqu'un propose un sujet qui lui tient à cœur. Tout se passe de manière très fluide, dans un grand respect les uns des autres.

Pouvez-vous nous citer en exemple quelques thèmes ?

Eliane Nous avons abordé la question des relations au sens large : avec ses amis, sa famille, mais aussi avec la nature, l'art... Autres sujets : comment lâcher prise ; l'espoir et l'espérance (en essayant de bien faire la différence entre les deux) ; les épices de la vie ; la place des écrans dans nos vies ; l'art de ralentir...

Françoise Le sujet de la prochaine réunion est « le beau qui nous fait du bien ». Nous avons demandé à chaque participant de venir avec quelque chose de beau (un livre, une photo, un objet...) qui lui apporte du plaisir, du bien-être.

Quelle est l'ambiance des réunions ?

Françoise Excellente ! Nous avons vraiment du plaisir à nous retrouver et nous rions beaucoup ! Deux fois par an, au moment de Noël et des vacances d'été, nous organisons un petit pot. Chacun apporte quelque chose et on partage. La réunion ce jour-là se termine un peu plus tôt pour laisser place à ce petit moment de convivialité. D'autres fois, nous nous retrouvons au restaurant avant la réunion qui commence à 14h30.

Où se passent les réunions ?

Eliane A la Maison des Associations du 15^e, près de la porte de la Plaine. C'est un quartier un peu excentrique, mais le lieu est très agréable.

Et quels sont les participants ?

Françoise Nous recrutons maintenant au-delà du 15^e arrondissement ! Il y a un noyau de fidèles qui ne manquent quasiment aucune réunion, et puis des personnes qui viennent ponctuellement. Certaines parce qu'elles viennent d'arriver à OLD'UP et qu'elles essaient plusieurs groupes, d'autres parce que l'intitulé les attire. Des absences peuvent aussi s'expliquer par des problèmes de santé, ou bien des séjours en province... Mais l'effectif croît régulièrement : nous sommes maintenant une quinzaine.

C'est difficile d'animer un groupe de parole ?

Eliane J'ai l'habitude d'animer des groupes, j'ai longtemps été conseillère pédagogique. Puis j'ai géré un centre de formation pour de futurs éducateurs de jeunes enfants.

Françoise Moi j'étais psychologue pour jeunes enfants. Et Eliane m'a embauchée dans son centre de formation – centre dont on a récemment fêté les 50 ans. Nous nous connaissons depuis très longtemps !

Qu'apporte le groupe aux participants ?

Eliane Nous avons vu un jour arriver une personne en très mauvais état, à la suite d'un deuil. Et nous l'avons vu littéralement renaître, ce qui nous a beaucoup touchées. Aujourd'hui, cette personne participe à plusieurs groupes OLD'UP. C'est important de parler librement, de respecter la parole de l'autre. Réfléchir collectivement sur ce qu'on vit nous aide à mieux vivre. Le groupe nous permet de créer des relations avec des personnes que l'on ne connaissait pas et qui ont d'autres attentes.

Françoise Participer à un groupe de parole, c'est aussi participer à la grande aventure de OLD'UP.

Comment êtes-vous arrivées à OLD'UP ?

Eliane Je connaissais Marie-Thérèse Lunven. Un jour elle m'a dit « Viens déjeuner avec des amies, je fais partie d'une association, je t'en parlerai... » J'ai répondu que je n'avais pas le temps mais je suis allée au déjeuner. J'y ai fait la connaissance de Nancy de la Perrière, qui animait un groupe OLD'UP sur le temps. Cela m'a intéressée, je suis allée voir... Au bout de quelque temps, Nancy m'a demandé de reprendre ce groupe, « Le temps qui nous construit ». C'est comme ça que tout a commencé !

Françoise C'est Eliane qui m'a entraînée à OLD'UP, quand elle a créé le groupe pour le 15^e arrondissement. Je suis très investie ! En tant que secrétaire générale de OLD'UP, je m'occupe des plannings et des adhérents, ce qui me permet de connaître tout le monde. Et je participe à la réflexion sur le colloque de novembre prochain. C'est une très bonne initiative qui va nous faire connaître autrement. OLD'UP grandit et se développe, il y a beaucoup de nouveaux, plus jeunes, qui ont des idées et prennent des responsabilités. Tous ces projets, ça nous donne le goût de vivre !

Juin 2023