

FICHE TRANSMISSION : TIKUN OLAM



Visite et Partage avec des Personnes Âgées Isolées

📌 Objectif de l'action :

Créer du lien social et apporter de la joie aux personnes âgées isolées en leur offrant du temps, de l'écoute et des moments de convivialité.

1. Pourquoi cette action est importante ?

- De nombreuses personnes âgées souffrent de solitude et ont peu d'interactions sociales.
- Un simple échange, un sourire ou un moment partagé peut illuminer leur journée et améliorer leur bien-être.
- Cette action renforce aussi notre sens de l'entraide et de la solidarité.

2. Organisation de l'activité

Étape 1 : Préparation en amont

- Identifier le lieu de visite : Maison de retraite, foyer logement, domicile de personnes isolées.
- Définir la durée et le programme : Une après-midi d'échange (ex. 2-3 heures).
- Se renseigner sur les besoins et préférences des résidents : Certains aiment parler, d'autres préfèrent écouter ou jouer à des jeux.

Étape 2 : Animation et déroulé de la visite

➔ Accueil et présentation

- Se présenter individuellement et expliquer brièvement notre démarche.
- Être souriant, chaleureux et bienveillant.

➡ Temps d'échange et d'écoute

- Laisser la parole aux personnes âgées, les encourager à partager leurs souvenirs, anecdotes, passions.
- Poser des questions ouvertes : "Quel est votre plus beau souvenir ?", "Quelle était votre activité préférée ?"
- Être attentif et valoriser leurs histoires.

➡ Activités interactives (au choix selon le public et les envies)

- 🎲 Jeux de société : Cartes, loto, dominos, échecs...
- 🎤 Chansons et musique : Chanter ensemble des airs connus ou jouer d'un instrument.
- 🎭 Sketchs ou lectures : Lire des contes, des poèmes ou des blagues.
- 🎨 Atelier créatif : Peinture, coloriage, écriture de cartes postales.
- 📷 Créer un album souvenir : Proposer de rassembler des photos et souvenirs.

➡ Moment convivial autour d'un goûter

- Partager un thé, un café, des biscuits ou des fruits pour prolonger l'échange en douceur.
- Faire en sorte que chacun se sente inclus et valorisé.

➡ Clôture de la rencontre

- Remercier chaleureusement les résidents et le personnel.
- Pourquoi pas laisser une trace : une carte, un petit dessin fait ensemble ou une photo souvenir.
- Demander si certains aimeraient recevoir d'autres visites à l'avenir.

3. Rôles et conseils pour les participants

🗣️ Les communicatifs → Engager les discussions et écouter attentivement.

🎨 Les créatifs → Animer les activités artistiques.

🎵 Les musicaux → Apporter une touche musicale.

🤡 Les animateurs → Lancer des jeux et des rires.

♦ À garder en tête :

- ✓ Faire preuve d'écoute et de patience.
- ✓ Respecter les sensibilités et les envies de chacun.
- ✓ Éviter les sujets trop sensibles (maladie, décès...).
- ✓ S'adapter au rythme des personnes âgées.

4. Matériel nécessaire (selon les activités choisies)

- Jeux de société
- Instruments de musique
- Livres, poèmes, textes à lire

- Matériel créatif (papier, crayons, pinceaux)
- Collations (à voir avec l'établissement)

5. Bilan et retour d'expérience

- Partager les ressentis et anecdotes après la visite.
- Identifier ce qui a bien fonctionné et ce qui peut être amélioré.
- Si possible, organiser d'autres rencontres régulières pour créer un vrai lien.

Message final :

Cette rencontre est avant tout un moment humain, où l'important est d'apporter du bonheur et de créer du lien. Nous avons tous quelque chose à apprendre des autres, et cette expérience est aussi enrichissante pour nous que pour eux !