GLOBAL

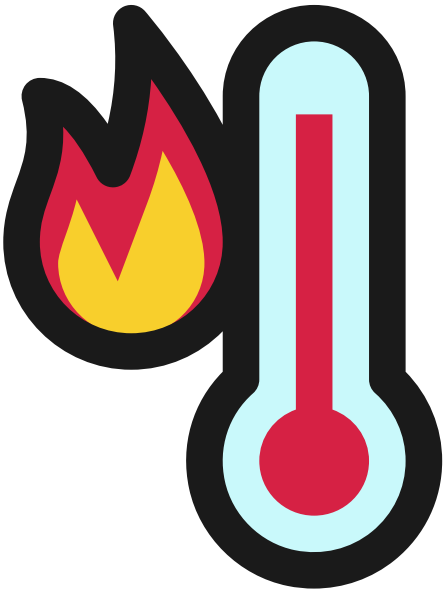
Bistrot Mémoire Rennais

" L'ÉTÉ S'RA CHAUD "

Cela ne vous a peut-être pas échappé dans la presse, plusieurs tribunes et mouvements citoyens tentent d'alerter les élus pour un sursaut politique à la hauteur des enjeux sociétaux auxquels il nous faut à présent faire face.
Tous les indicateurs sont au rouge si ce n'est noir...et aucun secteur n'est épargné faute de personnels et de moyens suffisants.

"De la côte d'Azur à Saint-Malo..."

Que ça soit à domicile, en EHPAD, dans les Hôpitaux, Services d'Urgences ou au restaurant... cet été il faudra faire preuve de patience pour trouver une place sur un brancard ou en terrasse, à condition que ces lieux soient ouverts bien sûr !
Pour cela, nous pourrons peut-être compter sur l'accueil des bénévoles de la protection civile comme au CHU de bordeaux ?



SOMMAIRE

Nouvelles recrues 2
Infos pratiques 3
Agenda 4
La mort, le deuil... Un tabou ? 5
Evasion 6
Concert solidaire 7

"Hé, Hé, Hé "

Et parce qu'il vaut mieux en rire qu'en pleurer on vous invite à réécouter le billet de Charline Vanhœnacker dans le 7/9 par (7h55 - 19 Mai 2022 -)
les " Hostos du coeur "
https://www.youtube.com/watch?v=5-e8H9soZqI
La bonne nouvelle, c'est qu'il nous reste encore une carte à jouer : les législatives qui se dérouleront le 12 et 19 juin 2022. Soit encore 12 jours pour alerter/interpeller les candidats notamment sur la question du grand-âge, des démences (dont la prévalence devrait doubler dans les années à venir) et des proches-aidants : dernière digue à tenir encore aujourd'hui avec le monde associatif...

Alors notre conseil "Summer Body" pour cet été : allez vous entraîner à marcher sur les galets pour mieux battre le pavé à la rentrée !



N'hésitez pas à contribuer à ce projet d'écriture à plusieurs, si vous souhaitez témoigner, partager des recettes, des lectures, n'hésitez pas à nous le faire savoir par mail contact@bistrotmemoirerennais.com ou par téléphone au 06 30 77 64 75.

NOUVELLES RECRUES



Louise

Je suis originaire de Nantes et je suis venue sur Rennes pour mes études de travailleuse sociale. J'ai finalement arrêté ces dernières, pour me lancer dans l'expérience du service civique. Je me sens bien avec le public des personnes âgées, et je souhaiterais devenir animatrice socio-culturelle par la suite.
J'aime dessiner, peindre et discuter de plein de sujets, notamment avec les personnes âgées qui ont de nombreuses années d'expériences. J'apprécie aussi la musique et le cinéma notamment les comédies musicales.
Au plaisir de créer du lien avec vous tous et toutes !



Sara

Je suis originaire d'Espagne. Cela fait deux mois que je suis arrivée à Rennes. Je suis venue en France pour faire des études de soins infirmiers. Je suis passionnée par la musique coréenne, les arts martiaux et l'apprentissage de nouvelles langues. Il y a 4 ans dans mon lycée, j'ai fait un service civique dans un hôpital pour personnes âgées et j'ai trouvé cette expérience très intéressante. Je n'ai pas eu l'occasion de grandir avec mes grands-parents et pouvoir partager du temps avec ces personnes, m'a apporté beaucoup de plaisir.
Pour cette raison, j'ai voulu faire ce service civique au Bistrot Mémoire Rennais

Nos missions au sein du BMR :

- Apporter soutien et joie aux personnes atteintes de maladies neuro évolutives,
- Renforcer le lien inter-générationnel et accompagner les personnes individuellement pour créer de la convivialité,
- Maintenir le lien et prévenir l'isolement,
- Participer à la mise en place et à l'animation de temps collectifs et d'événements,
- Participer à la création de contenus des différents supports média diffusés par le BMR,
- Rencontrer les acteurs du territoire pour faire connaître l'association et trouver des partenaires pour y organiser des événements .

Service Civique
Solidarité
Seniors

INFOS PRATIQUES

Bien vieillir à Rennes
À vous la parole !

Dans la cadre de la démarche "Rennes Ville Amie des aînés", la ville de Rennes organise des ateliers participatifs pour recueillir la parole des aînés.es rennais.es pour construire la ville de demain et tenir compte des enjeux du vieillissement de la population.
Les aînés, retraités, seniors, personnes âgées, sont invités à faire part de leurs besoins, leurs envies, leurs idées, autour des 8 thématiques de la démarche Ville Amie des Aînés les **7 et 8 juin à la Mairie de quartier Sud Gare**, 1 place de la Communauté.

En parallèle un atelier avec les aidants (familiaux) est également organisé le **jeudi 16 juin de 14h00 à 16h30 au Centre communal d'action sociale (CCAS)**, 1 rue du Griffon à Rennes
Inscriptions et renseignements :
Tél : 02 23 62 20 00
mail : politique.gerontologique@ccasrennes.fr



Le CLIC de Rennes vient à votre rencontre

Vous avez 60 ans et plus ? Vous aidez un proche âgé ?

Le Centre Local d'Information et de Coordination (CLIC) vous propose des rencontres dans vos quartiers.

Le CLIC est un lieu d'accueil, d'écoute, d'information, de conseil et de soutien aux personnes âgées et à leur famille. Celui de Rennes est situé à la Maison des Aînés et des Aidants, **34 place du Colombier**.

Depuis le mois de mai, le CLIC rennais devient nomade et propose des rencontres au plus proche des usagers.
Retrouvez ci- dessous les dates et lieux pour le mois de juin :
- Mardi 7 juin de 14h à 15h30, dans le **quartier de Maurepas**, dans les locaux du **Pôle associatif de la Marbaudais** (32 rue de la Marbaudais);
- Vendredi 17 juin de 14h à 15h30, dans le **quartier de Cleunay**, à la **Maison Héloise-les 3 maisons** (13 rue de Redon).

Pour tout renseignement:
02 23 62 21 40 ou clic@ccasrennes.fr

AGENDA JUIN



BISTROT MEMOIRE
RENNAIS

Une rencontre tous les mercredis après-midis au salon My (Bouvier) et dans d'autres lieux près de chez vous !

Certaines rencontres nécessitent une inscription. Elle se fait via l'adresse **contact@bistrotmemoirerennais.com** ou par téléphone au **06 30 77 64 75.** Pour les autres rencontres, l'entrée est libre et ouverte à tous.

Mercredi 01/06 15h -17h	**"Exerçons notre mémoire en s'amusant"** avec Nicole, Bénévole au BMR	RDV Salon de thé **MY** (Bouvier) 89B Mail François Mitterrand Arrêt de bus C4 Chèques Postaux
Mercredi 08/06 15h-17h	**"Poursuivons l'entretien de notre mémoire grâce à la musique "** avec Renaud Gaillard, coordinateur d'animation à l'OPAR	RDV Salon de thé **MY** (Bouvier) 89B Mail François Mitterrand Arrêt de bus C4 Chèques Postaux
Mardi 14/06 10h -11h30	**"Accueillons l'été en chanson et en musique malagasy"** avec Princia et Fiaro, venues de Madagascar	RDV **Espace social commun de Villejean** Métro Kennedy
Mercredi 15/06 13h45 -16h	**"Pas sommeil. La fête dans tous ses états"** visite de l'exposition temporaire avec Solen Rouillard, médiatrice culturelle Inscription obligatoire	RDV **Musée des Beaux-arts** 20 Quai Emile Zola Arrêt de bus Musée des Beaux-arts/Métro République
Mercredi 22/06 12h	**"Partageons un repas ensemble"** avec l'association du BMR Inscription obligatoire (réservé aux adhérents)	RDV Restaurant **Le Knock** 48 Rue de Saint-Brieuc Arrêt de bus C4 Marbeuf
Vendredi 24/06 14h -16h	**"La musique comme thérapie ! "** avec Halina Jonczy, animatrice, et Amandine Besnard, psychologue Places limitées	RDV **Maison des aînés et des aidants** Dalle Colombier Métro Charles de Gaulle
Mercredi 29/06 15h-17h	**"Héberger un étudiant chez soi, pourquoi pas "** avec Anne-Marie Catheline de l'association "Maison en ville"	RDV Salon de thé **MY** (Bouvier) 89B Mail François Mitterrand Arrêt de bus C4 Chèques Postaux

MY by Thierry Bouvier

BISTROT Le KNOCK

MUSÉE DES BEAUX-ARTS DE RENNES

MAISON DES AÎNÉS ET DES AIDANTS DE RENNES

CENTRES SOCIAUX RENNAIS Les habitants en action VILLEJEAN

RETOUR D'EXPÉRIENCE



"La mort, le deuil... Tabou ? "

Retour sur cette rencontre du 4/05/2022
par Frédéric, Bénévole

Il y a certains sujets pour lesquels nous avons toujours un doute, sur l'accueil qu'il leur sera fait, au sein de nos moments conviviaux au Bistrot Mémoire Rennais.
Il y a quelques semaines, nous avons abordé celui du deuil. Animé par deux représentantes du collectif "Vivre son deuil en Bretagne", avec en appui nos salariées psychologue, animatrice et nos bénévoles, ce moment délicat et presque "tabou" nous a proposé une lecture ouverte du sujet.

Chaque participant a su trouver les mots pour exprimer expériences et questionnements. Des propos parfois rudes mais aussi souvent apaisés. Des propos qui résonnent en chacun de nous comme simplement des moments de vie ; L'expression des diversités dans notre façon de réagir face au deuil ; Mais aussi l'expression d'interrogations vis à vis de nos représentations.

Alors que nous pouvions nous attendre à un silence, ce fût au contraire une longue évasion, où chacun a pu prendre la parole et la porter vers les autres participants, sans jugement et avec beaucoup de respect.

FÉDÉRATION EUROPÉENNE
Vivre Son Deuil



Ce fût un beau moment parce que nous nous sommes sentis un groupe qui raisonnions ensemble, qui partagions nos émotions et nos histoires personnelles.
La régularité de nos moments conviviaux les mercredis après-midi, la régularité de présence de chacun et l'inclusivité de toutes et tous ont permis cette qualité d'échange.

Merci tout particulièrement à Mmes Legall Huguette, présidente de l'association JALMALV, et Carré Felix Brigitte, membre de l'association Jonathan Pierres Vivantes (JPV), qui nous ont guidés dans ces échanges.

Contacts:

FÉDÉRATION JALMALV
JUSQU'À LA MORT ACCOMPAGNER LA VIE

jalmalv35@hotmail.fr
02 23 25 29 90
06 69 94 39 96

Jonathan Pierres Vivantes

jpviv35@gmail.com
07 67 79 04 35

Nos 4 rencontres chez Christine Desille à Domagné



L'Accueil Paysan 35 est une association regroupant des agriculteurs soucieux de partager la culture paysanne au travers de leur métier : vente de produits , accueil social, accueil touristique et pédagogique, auberge, lieux agri – culturels.... Ainsi, en mars, nous avons passé 4 après-midis chez Christine Desille à Domagné !

Lors de ces accueils, les membres de l'association ont pu profiter de moments de détente dans un endroit bucolique. Entre les balades dans le verger, la fabrication de tartes maison, le semage dans le potager, le chant et la danse, les moments de découverte , d'amusement et de partage ne manquaient pas. Un beau moment de "pause et de répit", tant pour les aidants que pour les personnes aidées.
Une des participantes témoigne : "Christine est passionnée et passionnante. Et surtout, elle a la joie très communicative. Après une visite du verger, la découverte de variétés de pommes un peu oubliées, nous nous sommes réchauffés avec une séance de Do In, une tarte aux pommes et surtout un moment partagé de chansons. Christine a pris sa guitare et nous avons voyagé ensemble sur un rafiot craquant au pays des merveilles ..."
Ce qui est également important dans cette démarche Accueil Paysan, c'est le changement de regard des accueillants sur la maladie. Christine Desille nous confie :
" Pendant les accueils, je ne savais pas qui était aidant ou aidé. Je me suis laissée porter par ce que l'on me donnait à voir.
J'ai eu beaucoup de plaisir et autant d'émotions à partager ces moments exceptionnels : le bonheur de Nadia au soleil, les gestes de Renée qui retrouvait des sensations de cuisinière, la joie de Giovanni quand nous chantions... Chaque séance m'a tellement apportée.
Pour les années à venir, il est évident que nos lieux peuvent apporter beaucoup pour favoriser le lien social, la dynamique de groupe, le faire avec et le partage".

À VOS AGENDAS : vous pourrez à nouveau partir à la campagne en juillet !
Nous vous donnerons plus d'information dans notre prochaine édition.

MERCI

Lorsque le chant devient solidaire

Concert au profit du BMR par les Choeurs du Lundi

Par un radieux dimanche de mars, à l'église Saint Paul de Rennes, les Choeurs du Lundi, chorale de l'OPAR, sous la direction du Chef de Coeur Pierre Gauthier, nous a offert un voyage musical à travers différentes époques, styles, et pays.
Le concert a débuté par un discours de Jacques Ferlicot , président du BMR, remerciant l'OPAR , les choeurs du Lundi et la chorale Chantepie Chante de soutenir notre association pour qu'elle puisse poursuivre ses actions.



La chorale a interprété un large de répertoire allant de Verdi à Brassens en passant par la compagnie créole, un chant liturgique orthodoxe et un traditionnel d'Amazonie.
Nous avons terminé sur moment de partage en reprenant en choeur "L'oiseau et l'enfant". Chanson que les moins de 40 ans ne peuvent pas connaitre ! Victoire de la France à l'Eurovision en 1977 !
Ce concert caritatif au bénéfice du BMR a permis de collecter 800 € auxquels se sont ajoutés les 300 € versés par Chantepie Chante .qui n'ont pas pu être présents au concert.



Vendredi 13 mai, le président du BMR, Jacques Ferlicot, s'est vu remettre le chèque de l'OPAR. Ce don va nous permettre de faire l'acquisition d'équipements audio et visio bien utiles pour favoriser l'expression des personnes malades et ai si mieux lutter contre l'isolement.



La chorale créée en 2003 par Eve GONI, Chef de Choeur et animatrice de l'Opar, en partenariat avec la Maison de retraite Saint-Cyr à Rennes, a pour but initial d'animer et de faire chanter les résidents. Par la suite, la chorale, aujourd'hui dirigée par Pierre Gauthier, s'est diversifiée et améliorée pour devenir « Les Choeurs du Lundi ».
Pour intégrer la chorale, aucune connaissance musicale, ni maîtrise du solfège n'est exigée, il faut juste aimer chanter, être à l'écoute du chef de choeur et savoir profiter de l'enseignement proposé pour progresser dans le chant.

L'Association Bistrot Mémoire Rennais propose une démarche « GlobAL » d'accompagnement pour les personnes touchées par des troubles neuro-évolutifs (maladie d'Alzheimer ou maladies apparentées) et leurs aidants.
Plusieurs actions sont proposées pour partager et enrichir les savoirs « Dire, Faire et Être » et ainsi préserver la place et le rôle de chacun dans la cité.
Depuis 2004, nous faisons le pari qu'il est possible de « mieux vivre » avec la maladie à condition que l'environnement humain et matériel soit mieux adapté.

Si vous aussi, vous souhaitez vous engager pour une société plus inclusive : rejoignez-nous !

Bistrot Mémoire Rennais

Espace Santé Olivier Sabouraud

7 rue de Normandie - 35000 Rennes

02 99 59 51 23

www.bistrotmemoirerennais.com

contact@bistrotmemoirerennais.com

@bmemoire35