



## FIGHE « LIVRE DE VIE » N°5 => LA VIE PROFESSIONNELLE

### QUELQUES CONSEILS :

- Avant de démarrer l'activité, **proposez-la à votre proche** : surtout, **ne la lui imposez pas**.

Si cela ne le tente pas une première fois, n'hésitez pas à l'y inviter plus tard dans la journée ou dans la semaine !

- Pendant toute l'activité, veillez à **donner des objets à manipuler à votre proche** (un morceau de tissu, le livre, un objet...) : il faut qu'il n'ait à aucun moment les mains vides ! Manipuler apaise et facilite la concentration, disait Maria Montessori !

- **Asseyez-vous du côté dominant** de votre proche (celui qui est le plus valide).

- Soyez patient, **ne bousculez pas votre proche**, respectez les silences, répétez ce qu'il vous a dit, pour montrer que vous l'écoutez activement. **Valorisez** votre proche en réagissant avec enthousiasme et en affirmant que ce qu'il raconte est sensé.

- **Clôturez l'activité en 3 temps** : d'abord, remerciez votre proche ; puis, demandez-lui s'il a apprécié cette activité ; enfin, demandez-lui s'il aimerait recommencer !

### PRÉPARATION EN AMONT :

- Réunissez un maximum d'éléments pour stimuler les **souvenirs** et les **5 sens** de votre proche : objets liés **à sa vie professionnelle**... Soyez inventif !

- Vous pouvez aussi **imprimer** ce feuillet et en **découper** les images, pour **mobiliser** les souvenirs de votre proche.

- Si vous en avez la possibilité, utilisez du matériel d'enregistrement, ou un carnet neuf et un stylo, pour noter les récits de votre proche.



## ASTUCE HELPY :

Afin d'animer votre atelier "Livre de vie" avec votre proche et de mobiliser sa mémoire, vous pouvez imprimer ce feuillet et découper les images évocatrices pour votre histoire commune.



## DÉROULÉ DE L'ATELIER :

- 1. Dites à votre proche que vous aimeriez bien recueillir le récit de sa vie** afin que vous puissiez le garder pour toujours, pour vous et vos enfants. **Rappelez-lui les premiers épisodes de cet atelier**, où vous avez évoqué son enfance et son adolescence, puis le mariage et l'union. Le cas échéant, **montrez-lui le bloc-note sur lequel vous avez retranscrit ses paroles**, ou l'album dans lequel vous avez recopié son histoire... **Dites-lui qu'aujourd'hui**, vous souhaiteriez qu'**il vous raconte ses souvenirs de sa vie professionnelle, son métier, ses collègues, sa carrière... Demandez-lui s'il est d'accord.**
- 2. Invitez-le à s'asseoir à vos côtés**, dans un canapé. **Installez-vous de son côté dominant.**
- 3. Présentez** au fur et à mesure à votre proche **les objets** que vous avez réunis au préalable, ou **imprimés dans le feuillet** mis à votre disposition par Helpy.
- 4. Commencez par** évoquer d'abord **les premiers temps au travail, les débuts de carrière, l'apprentissage du métier.**
- 5. Puis, parlez de** la période **des premiers succès, des amitiés au travail, de la consolidation d'une carrière.**



## DÉROULÉ DE L'ATELIER (SUITE) :

**6. Demandez à votre proche s'il a des photographies** ou des objets à vous montrer, qui sont **en lien avec son récit.**

**7. Soyez toujours à l'écoute de votre proche,** n'hésitez pas à interrompre l'atelier à tout moment, s'il se fatigue.

Vous pourrez éventuellement reprendre la conversation plus tard.

**8. À la fin, remerciez votre proche, demandez-lui si cette activité lui a plu** et s'il souhaite continuer une prochaine fois !

**9.** Vous pouvez conclure avec ces trois belles **chansons françaises** :

- “ **Le poinçonneur des Lilas** ” de **Serge Gainsbourg** (lien sur notre article de blog)
- “ **Il est cinq heures, Paris s'éveille** ” de **Jacques Dutronc** (lien sur notre article de blog)
- “ **Le travail, c'est la santé** ” d'**Henri Salvador** (lien sur le blog et à la fin de cette fiche)

# FEUILLET HELPY POUR ANIMER L'ATELIER

**Vous pouvez découper les photos qui sont évocatrices pour votre proche.**















# FINISSONS EN CHANSON !

“LE TRAVAIL C'EST LA SANTÉ” - Henri Salvador

*Le travail c'est la santé*

*Rien faire c'est la conserver*

*Les prisonniers du boulot*

*N'font pas de vieux os*

*Ces gens qui courent au grand galop*

*En auto, métro ou vélo*

*Vont-ils voir un film rigolo*

*Mais non, ils vont à leur boulot*

*Le travail c'est la santé*

*Rien faire c'est la conserver*

*Les prisonniers du boulot*

*N'font pas de vieux os*

*Ils bossent 11 mois pour les vacances*

*Et sont crevés quand elles  
commencent*

*Un mois plus tard, ils sont costauds*

*Mais faut reprendre le boulot*

*Allez tous ensemble !*

*Le travail c'est la santé*

*Rien faire c'est la conserver*

*Les prisonniers du boulot*

*N'font pas de vieux os*

*Dire qu'il y a des gens en pagaille*

*Qui cour' nt sans cesse après le travail,  
faut être fou*

*Moi le travail me court après*

*Il n'est pas près de m'rattraper*

*Le travail c'est la santé, tu parles*

*Rien faire c'est la conserver*

*Les prisonniers du boulot*

*N'font pas de vieux os*

*Maintenant dans le plus petit village*

*Les gens travaillent comme des  
sauvages, j'les ai vus*

*Pour se payer tout le confort*

*Quand ils ont tout, ben ils sont morts*

*Le travail c'est la santé*

*Rien faire c'est la conserver*

*Les prisonniers du boulot*

*N'font pas de vieux os*

*Allez, encore une fois bande  
de fainéants, là !*



*Le travail c'est la santé*

*Rien faire c'est la conserver*

*Les prisonniers du boulot*

*N'font pas de vieux os*

*Allez, encore un effort !*

*Le travail c'est la santé*

*Rien faire c'est la conserver*

*Les prisonniers du boulot*

*N'font pas de vieux os.*

ÉCOUTER  
LA CHANSON