



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'attraper

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