

Quand les aînés prennent le micro et font des podcasts à l'Ehpad

Lutte contre l'isolement, contre le déclin cognitif, transmission entre générations... En créant une station de radio éphémère en Ehpad, l'association aixoise Echoes entend donner de la voix aux anciens et à leurs mémoires.

Michel, 93 ans, résident à l'Ehpad Roger-Duquesne, n'a pas manqué un seul atelier. Il s'est même révélé "une âme d'animateur". Au micro, quand on lui demande un souvenir d'enfance, il raconte spontanément l'époque où il partait à la chasse aux escargots, comment il faisait dégorguer les "petits Gris" et les "Bourognes" dans du sel, avant de les cuisiner avec ses parents. Claire raconte comment, plus jeune, son mari allait pêcher de nuit, caché sous les toiles avec ses amis pêcheurs, et ramenait parfois du homard piégé dans les toiles. Le micro est tendu par l'association Echoes, créée par deux jeunes aixoises, Barbara Rouveyrol et Natacha Cousin. Elles étaient dans la même classe, en master gestion de projets culturels, à l'institut de management public et gouvernance territoriale (IMPGT), mais ne se sont rencontrées "pour de vrai" qu'au sortir du premier confinement, en 2020. "Le confinement nous a beaucoup marqués, explique Barbara Rouveyrol, présidente d'Echoes. On avait suivi les cours en visio, la vie culturelle n'avait pas encore repris. Comme les profs nous poussaient à mener des projets, on a eu l'idée d'aller vers un public qui a rencontré de grosses difficultés, qui a été isolé pendant la crise, et on s'est naturellement tourné vers les personnes âgées qui avaient été privées de visites."

"La radio nous est vite venue à l'esprit, car c'est un outil qu'ils connaissent bien, un média avec lequel ils ont grandi, et en même temps qui revient à la mode avec les podcasts. On s'est dit qu'on pouvait créer des ponts entre les générations", souligne Barbara. Elles entendent parler de la radiobox : un studio radio à 4 micros léger, compact, rapide à installer, justement conçu par l'ONG MakingWaves pour "amener la parole dans des contextes d'exclusion ou de crise". Elles veulent partir de la réalité de la vie en Ehpad, sans se l'imaginer au préalable et sans en taire les difficultés, mais en s'efforçant d'en montrer aussi la beauté, et rencontrent rapidement l'équipe de l'Ehpad Roger-Duquesne.

"Ma première fois là-bas, ça a



Les souvenirs des résidents de l'Ehpad Roger-Duquesne ont été collectés et peuvent être écoutés dans le podcast "La boîte à souvenirs". Les aînés ont même été initiés au montage par des animatrices radio professionnelles. /PHOTO DR

été une grosse révélation, loin de l'image de mouvoir qu'on peut avoir en tête, confie Natacha Cousin, trésorière d'Echoes. J'ai été super touchée par ces individus, qui ont chacun leur personnalité et ne se réduisent pas à leur état de santé. Et puis même s'il y a peu d'intervenants extérieurs, il y a une vraie vie en collectivité qui est quand même assez joyeuse ! Si certains "ont un switch direct et leur parole se délie d'un coup", pour beaucoup, la prise du micro est d'abord intimidante. Les premiers ateliers servent à apprivoiser le matériel, briser la glace. Alice et Fanny, deux animatrices radio professionnelles de l'ONG Making Waves, habituées à travailler avec des publics empêchés (migrants, mineurs, chantiers de réinsertion...) viennent "guider les conversations, faire circuler les micros entre la quinzaine de participants, tout en gardant une certaine souplesse, parce qu'il y peut y avoir des débordements émotionnels nécessaires pour la

Cousin. Afin de collecter des souvenirs pour la série de podcasts "Boîte à souvenirs", des bonbons colorés sont distribués : rouge, le résident doit parler de ses racines ; jaune, un souvenir en lien avec son métier ; marron, un souvenir de vacances ; bleu, sa musique préférée. Petit à petit, les langues se libèrent : "Ils parlent de leur peur de la mort et de perdre les gens qu'ils aiment, de la souffrance. Certains racontent leurs traumas pour la première fois, alors qu'ils sont là depuis 5 ans, ce qui donne de la matière aux psys. Mais ça parle aussi beaucoup de nudité, de sexualité. Ils sortent des stéréotypes, sont pleins de pep's et d'humour !", assure Natacha. On a même assisté à des embrouilles, avec des insultes qui fusaient, mais ils se rabibochent toujours après ! De véritables amitiés naissent aussi : "Un résident nous a confié qu'il échangeait beaucoup de banalités aux repas, et que par les ateliers radio il a pu découvrir qu'une résidente avait énormément de points communs avec lui,

“ Les résidents parlent de leur peur de la mort et de perdre les gens qu'ils aiment, de la souffrance, mais aussi beaucoup de nudité et de sexualité ! Ils sortent des stéréotypes, sont pleins de pep's et d'humour. „

qu'elle pouvait même être très marrante !

Des rappeurs à l'Ehpad

Après cinq ateliers, un premier épisode pilote sort de la table de montage en mai 2022. Mais impossible de le diffuser : "C'était la croix et la bannière pour obtenir les autorisations des tuteurs légaux, ce qu'on n'avait pas anticipé, explique Natacha. Pour les tuteurs, montrer leurs parents dans un état diminué peut être sensible émotionnellement. Heureusement on est à la radio, c'est quand même plus simple qu'avec l'image." En 2023, alors que Barbara est devenue chargée de communication à plein temps pour l'association Aix'Qui? (qui organise Class'Eurock et le festival TPA), et Natacha, chargée d'administration et de production pour la compagnie de théâtre marseillaise L'entreprise, elles décident de poursuivre et de faire grandir l'aventure associative. D'autres bénévoles les rejoignent, et grâce à leur nouveau réseau, des partenariats sont noués avec Aix'Qui? et le

Le calendrier des podcasts

Tous les podcasts peuvent être écoutés sur les plates-formes habituelles (Spotify, Deezer, Apple...) : La boîte à souvenirs ou sur association-echoes2.wordpress.com. 25 ateliers ont été organisés en 2023, grâce à un deuxième crowdfunding et à l'appel à projet du Département "Ensemble en Provence".

MAI

Trois épisodes "Boîte à souvenirs" ont été diffusés.

JUILLET

Les deux épisodes musicaux "Syka et Lejy, les princes du rap" et "Le rêve de la sirène", en partenariat avec l'association Aix'Qui? et le 6MIC, sont mis en ligne.

NOVEMBRE

Des ateliers sont organisés à Marseille dans la Maison du Bel-Âge du Panier.

DÉCEMBRE

Une enquête policière fictive, avec intrigue et bruitages, vient d'être montée après quatre mois d'enregistrement à l'Ehpad Roger-Duquesne et sera diffusée en janvier.

JANVIER 2024

Enregistrement d'un épisode avec le pianiste Frédéric Isoletta, en partenariat avec le Grand Théâtre de Provence.

6Mic. Elles font ainsi venir à l'Ehpad les rappeurs du Jas de Bouffan Syka & Lejy (lauréats Class'Eurock 2023) et la chanteuse marseillaise de *Call the Mermaids* (artiste repérée au 6MIC), qui donnent chacun un showcase de 20 minutes et se font interviewer par les résidents ! Deux nouveaux podcasts sont ainsi diffusés : "C'était un choc des générations, mais certains connaissaient Kerry James ou Orelsan ! Beaucoup ne comprenaient pas pourquoi Morgane avait choisi de chanter en anglais, mais ça a donné des confrontations très riches." Et puis parfois, la musique crée des délices magiques : "Une participante souffrant d'Alzheimer répétait toujours les mêmes choses, déconnectées de la conversation, se souvient Natacha Cousin. Soudain lors d'un atelier musical, elle s'est mise à chanter plein de chansons d'époque par cœur. C'était hyper émouvant... L'équipe de l'Ehpad était choquée, ils se sont dit qu'il fallait intégrer la musique aux soins."

Malik TEFFAHI-RICHARD



Barbara Rouveyrol, présidente, et Natacha Cousin, trésorière, de l'association Echoes. /PHOTO LUCAS BOUILLER

En 2024, Echoes diffuse un épisode marseillais dans le Panier, une fiction policière, s'associe au GTP et cherche des bénévoles

Pour l'année qui vient, Barbara Rouveyrol et Natacha Cousin entendent bien faire grossir encore Echoes, à l'heure où, d'après un rapport du Comité consultatif national d'éthique sur les personnes âgées, les trois quarts des seniors vivant en Ehpad auraient préféré ne jamais y entrer, 40% d'entre eux souffrent d'un syndrome dépressif, et 10% développent des idées suicidaires... L'association vient de finir de monter des épisodes à la Maison du Bel-Âge du Panier, à Marseille : "C'est incroyable ! promet Natacha Cousin. Ils évoquent des enjeux comme la transformation du quartier causée par Airbnb. Certains nous disent : 'Quand je vois des Parigots, je fais des bombes à eau !' On a aussi fait venir des figures iconiques du quartier, comme l'épicier."

“ Quand je vois des Parigots, je fais des bombes à eau ! „

L'autre gros podcast qui devrait être diffusé courant janvier, c'est "Disparition à l'Ehpad", le résultat de dix ateliers de travail : "On a demandé aux résidents de Roger-Duquesne qu'on connaît maintenant bien s'ils étaient prêts à aller plus loin, et l'idée a émergé de faire une fiction sonore, car ils étaient très friands des feuilletons policiers radiophoniques dans leur jeunesse. Ils ont pu se promener dans les couloirs, ont eu accès à la salle d'archives, et ont dû improviser avec l'aide des

animatrices pour enquêter sur la disparition fictive d'une certaine Sandra. Ils ont eu aussi le droit à une petite initiation au montage."

Nouveau partenariat avec le GTP

Autre projet d'envergure, un partenariat

avec le Grand théâtre de Provence dans le cadre de ses actions de médiation culturelle. Entre janvier et mars, pendant cinq séances, le pianiste classique Frédéric Isoletta viendra ainsi échanger avec les résidents de l'Ehpad Roger-Duquesne, autour du pouvoir de la musique, des mélodies qui leur tiennent à cœur, et pourront chanter leurs souvenirs. Le résultat sonore, mêlant discussions, interviews et musique, fera l'objet d'un podcast enregistré et monté par l'association. Une sortie à un concert du GTP sera aussi organisée avec les résidents.

Enfin, l'association signale son envie d'organiser des ateliers dans d'autres Ehpad du territoire. Elle lance en parallèle un appel à bénévoles pour toute personne disponible en journée pour animer des ateliers de 2 heures.

Écrivez à : association.echoes@gmail.com

M. T.-R.