



# CRIUGM-IUGM

## Écrire sa vie! Contre l'isolement par l'écriture autobiographique

### DÉFINITION DU PROJET

En pleine première vague de la pandémie de COVID-19, au printemps 2020, la grande communicatrice Janette Bertrand, depuis chez elle et avec la complicité de l'IUGM, invite les personnes âgées en confinement à participer à des ateliers sur l'écriture autobiographique.

Le projet «Écrire sa vie!», véritable innovation sociale, a ainsi guidé des milliers de personnes dans la rédaction de leur histoire de vie et de leurs mémoires. Des capsules vidéo ont été créées avec l'écrivaine et actrice alors âgée de 95 ans par le Programme AvantÂge de l'IUGM pour faciliter le processus d'écriture.

Ce projet spécial a permis à de nombreuses personnes d'affronter la solitude, car elles ont consulté leurs proches et retissé certains liens pour leur travail de mémoire et d'écriture. Il a aussi contribué à jeter un œil rempli d'expériences sur différentes périodes de notre histoire tout en laissant aux enfants et aux petits-enfants un témoin inestimable de la vie de leurs parents et grands-parents.

### PUBLIC CIBLE

Les aîné-e-s du Québec ainsi que leurs enfants, leurs petits-enfants et leurs arrière-petits-enfants

### RÉALISATIONS

- Neuf capsules de conseils et d'accompagnement à l'écriture, par Janette Bertrand
- Huit épisodes de partage d'extraits coups de cœur, par Janette Bertrand, diffusés sur MATv
- Quelque 2 000 récits de vies reçus, par autant de personnes âgées
- Transmission dans plusieurs réseaux de résidences pour personnes âgées

### TRANSFERT DE CONNAISSANCES

### ÉQUIPE ET COLLABORATIONS

- Janette Bertrand, grande communicatrice
- Programme AvantÂge : David Lussier, gériatre, IUGM; Frédérique Laurier et Maude Sussest, DEUR

### RETOMBÉES

- Lauréat du premier prix d'histoire du Gouverneur général 2021, décerné par la Société Histoire Canada
- Entrée dans la collection permanente du Musée de la civilisation de Québec sous le volet « Documentez la pandémie »
- Plus de 150 000 vues sur la page Internet du projet depuis 2020
- Près de 260 000 visionnements des capsules d'accompagnement et des extraits coups de cœur
- Bris de l'isolement de dizaines de milliers de personnes âgées
- Exercice de mémoire et de socialisation
- Rayonnement de nos centres de recherche

### ÉTAT D'AVANCEMENT

L'appel aux récits est terminé depuis le 16 août 2020, mais l'aventure de l'écriture se poursuit! Les textes autobiographiques continuent à nous être envoyés.

Production par le Musée de la civilisation de Québec d'un balado de cinq épisodes dont la diffusion est prévue pour le printemps 2023, avec la participation de chercheur-euse-s du CRIUGM et du CREMIS.