

# Être jusqu'au bout

La résidence du Septier d'Or, « *c'est chez eux.* » Eux, ce sont les résident(e)s : ici, pas de patients. On ne médicamente qu'en cas de besoin, et on ne sédative jamais sous prétexte de facilité. Les ancien(ne)s sont des citoyen(ne)s avant tout, avec leurs besoins certes, avec leurs histoires et leurs envies surtout. Dans l'écosystème du Septier d'Or, à Treize-Septiers, appartements

et maisonnettes sont entourés de chantiers de réinsertion, d'un tiers-lieu et de services d'aide. Toute une population s'y croise et s'entraide, et tout est fait par, pour et autour du résident. Ainsi, autonomie et dignité y règnent : habitants, personnel et familles y vieillissent. D'ailleurs, « *du cuisinier à la secrétaire* », personne ne ferme la porte au résident qui y toque. Marielle et Christelle, respectivement responsable de la vie so-

ciale et directrice adjointe de la résidence, parlent avec passion de leurs trois méthodes : Validation, Montessori et Humanitude. Car de ces piliers résulte le succès du lieu : « *On ne fait pas de l'occupational* » dit Marielle ; c'est simplement un lieu de vie. « *Le résident est au cœur de tout, il est acteur jusqu'à sa mort.* » Une philosophie faite principe de l'Humanitude : « *Debout jusqu'au bout.* »

La parole, le regard et le toucher sont les trois autres piliers de cette méthode, à laquelle tout le personnel est formé. La Validation, 14 personnes en ont acquis le Niveau 1 au moins, après 10 mois de formation. Dans cette pratique, l'empathie est de mise, notamment auprès de personnes désorientées : « *On rejoint la personne là où elle est. Il faut écouter sa vérité, et comprendre l'émotion.* » Et ça marche, même s'il « *n'y a pas d'obligation de résultat.* » Physique-



ment comme psychologiquement, les aidants perçoivent une réduction des angoisses, un apaisement des rapports, et une augmentation des interactions - verbales ou non. « *C'est flagrant.* » De fait, jeunes et moins jeunes rayonnent. Lors de la fête des anniversaires du mois, les sourires sont complices, les yeux pétillent. « *On ne vient pas travailler ici par hasard.* »

Pour demain, Christelle souhaite une démocratisation de ces méthodes : « *Ce n'est pas d'un EHPAD fermé dont on aura besoin, mais d'un lieu de ressources, de répit.* » Et surtout, ne pas parler du manque de moyens : « *ceux qui s'arrêtent sur leurs contraintes vont mourir.* » Oui, car l'empathie, « *c'est du bon sens !* »

## Mémé part en vadrouille



« La clef de la longévité c'est peut-être de toujours et encore avoir des premières fois. »

À l'annonce de la mort imminente de sa grand-mère, Fiona décide qu'il en sera autrement. Cette nécessité d'une autre fin démarre à la Faute-sur-Mer en Vendée, quand elle décide de ramener sa grand-mère chez elle. Après 6 mois, Fiona propose à celle-ci rétablie de partir ensemble pour un voyage en camping-car qui leur permet de s'appropriiser.

Après un test de 40 jours, la décision est prise : les deux femmes partent ensemble pour un road trip intergénérationnel dans le Sud de l'Europe, parcourant la France, l'Espagne et le Portugal tout en menant une vie d'ascète avec environ 1 000 € par mois car pour Fiona « *rien n'est impossible à qui le veut.* » Alors que les médecins ne lui donnaient que quelques jours à vivre, Dominique s'éteint

finalement le 29 juin 2020, après 3 ans de voyage et avec une grande lumière de vie retrouvée.

Dans les années qui suivent, Fiona réalise ses trois promesses faites à Dominique : écrire un récit de leur aventure, qui sera publié sous le titre *101 ans mémé part en vadrouille* en novembre 2021 ; retourner dans le village natal de Dominique ; et voyager dans tous les pays finissant en « -ie », comme l'Italie.

Puis, en mai 2022 Fiona démarre un véritable marathon de 550 conférences dans différents établissements Français allant du lycée à l'EHPAD... Un compte-rendu est même déposé à l'Assemblée Nationale en juin 2023 pour faire évoluer les mentalités, encourager l'intergénérationnel et apporter de

vraies solutions aux réalités de la vieillesse.

De nouveau sur la route, avec ses parents toujours là, elle réalise un tour d'Europe. Ensemble, ils cherchent des solutions pour mieux accompagner la fin de vie. Ses parents s'expriment : « *il faut comprendre pour pouvoir changer, d'où la confrontation à la réalité d'autres pays.* » Pour eux, il n'y a pas de fin en soi : c'est toujours une prochaine fois ! Fiona approuve : « *Quand on est dans de bonnes conditions avec des perspectives, alors on peut croquer la vie jusqu'au bout même avec un dentier !* »

Fiona et sa grand-mère se sont lancées dans un périple de **15 000 KM** - au cours duquel sa grand-mère a fêté ses 102 ans, puis ses 103 ans ! qui a duré 104 semaines à travers la France, l'Italie, l'Espagne, le Portugal.