

## Cosy Story

2018 - fiche modifiée le 09 janvier 2020

Outil ludique pour aborder l'histoire de vie avec les aînés.

<b>Support</b>	Kit pédagogique
<b>Âge du public</b>	A partir de 65 ans
<b>Thèmes associés à cet outil</b>	Vivre ensemble, Vieillesse, Expression de soi
<b>Obtention</b>	Acquisition En centre de prêt
<b>Participants</b>	Inconnu
<b>Prix</b>	50,00 €



### Sur l'outil

#### Description selon l'éditeur

#### Matériel :

Dans un sac en tissu :

- Carnet de l'animateur, Mode d'emploi
- Carnet du participant "Histoire de vie"
- Set de cartes, 6 thématiques :
  - Entourage
  - Activités
  - Lieu de vie
  - Philosophie
  - Vie pratique
  - Divers
- Dé

#### Concept :

[Cosy Story](#) est un outil ludique qui permet d'aborder avec les aînés des questions autour de 6 thématiques de vie et de compléter un carnet personnel d'histoire de vie. L'ensemble se parcourt en quelques séances, en tête-à-tête ou en petit groupe, avec ses proches ou les aînés que l'on fréquente, et aussi entre générations.

Destiné à toute personne ou organisme désireux de donner la parole aux aînés. Une formation est proposée aux collaborateurs, volontaires, aidants proches... à l'utilisation de l'outil.

#### Objectifs

- Pour les aînés : Passer un bon moment ensemble, raconter quelques moments de son histoire, créer du lien, réaliser un carnet personnalisé qui facilite la transmission et la considération, laisser émerger quelques souhaits, s'interroger sur l'envie ou non de les réaliser...
- Pour la famille, les professionnels, les volontaires, les aidants proches : enrichir les relations humaines, approfondir la connaissance et la considération des aînés, être à l'écoute des besoins des participants, créer un support qui facilite la communication avec l'entourage, susciter chez les participants l'envie d'être acteur de sa vie, favoriser bien-être, autonomie, réalisation de soi, lien social.

#### Bon à savoir

Une formation de 3h30 est proposée pour votre institution (8 à 15 personnes), afin de sensibiliser chacun à aborder l'histoire de vie et à apprivoiser l'outil pour mener ensuite des séances de manière autonome.

Les ateliers de partage d'histoire de vie peuvent également être animés par les soins de COSY-asbl, pour vos bénéficiaires ou proches aînés, au sein de votre organisation.

## Où trouver l'outil

### Chez l'éditeur :

Cosy Care  
Chantal Dehon  
Avenue de la Tenderie 29  
1170 - Bruxelles  
Belgique  
+32 (0)493 065 945 - [contact@cosycare.be](mailto:contact@cosycare.be)  
<https://www.cosycare.be> - <http://www.cosystory.be>

### Dans les centres de prêt :

Centre liégeois de promotion de la santé  
+32 (0)4 279.50.52 - [promotion.sante@clps.be](mailto:promotion.sante@clps.be)  
<http://www.clps.be>

Centre Bruxellois de Promotion de la santé  
+32 (0)2 639 66 88 - [info@cbps.be](mailto:info@cbps.be)  
<https://cedosb.be>

Centre local de promotion de la santé de Mons-Soignies  
+32 (0)64 84 25 25 - [clps.documentation@yahoo.com](mailto:clps.documentation@yahoo.com)  
<http://www.clps-mons-soignies.be>

Centre local de promotion de la santé en province de Luxembourg  
+32 (0)84 31 05 04 - [clps.lux@skynet.be](mailto:clps.lux@skynet.be)  
<http://www.clps-lux.be>

Cultures&Santé asbl  
+32 (0)2 558 88 10 - [info@cultures-sante.be](mailto:info@cultures-sante.be)  
<http://www.cultures-sante.be>  
Catalogue : <https://www.cultures-sante.be/outils-ressources>

Centre Local de Promotion de la Santé de Charleroi-Thuin  
071/ 33 02 29 - [secretariat@clpsct.org](mailto:secretariat@clpsct.org)  
<http://www.clpsct.org>

## L'avis de PIPSa

---

### Appréciation globale :

Cet outil de développement personnel pour les aînés comble un manque dans l'éventail des outils pour ce public : il facilite la parole autour de choses dont on ne parle pas, rarement ou trop peu et qui permettent de valoriser un vécu, des expériences de vie. Alternant légèreté et profondeur, il facilite les échanges autour des besoins et souhaits qui animent les aînés et permet de réfléchir à la manière de les réaliser au mieux.

Les différents modules, indépendants les uns des autres, permettent de parcourir différents éléments du passé – et de l'avenir. Il est destiné à tous les aînés, interculturalité comprise, dans leurs différents lieux de vie : associations, clubs, maisons de repos (dans lesquelles il gagnerait à faire l'objet d'un projet institutionnel) et même en famille. Le carnet personnel permet de garder des traces, de revenir en arrière, de communiquer avec son entourage ou les professionnels de soins.

Les aspects relatifs à la vie sociale, amoureuse ou la famille ne sont pas abordés. Ce choix oriente le groupe sur le bon moment à passer ensemble et évite certaines difficultés liées à l'expression des aspects relationnels et affectifs du vécu.

La dynamique d'utilisation crée du lien entre les personnes : un cadre sécurisant doit cependant être posé par l'utilisateur dont le rôle principal sera de faire circuler la parole et d'écouter le vécu émotionnel. Pour faciliter le positionnement de l'utilisateur et accompagner au mieux les personnes lors de l'évocation de thématiques sensibles, le promoteur propose une formation à l'outil.

### Objectifs :

- Partager des moments de son histoire, les expériences de vie/vécus
- Valoriser le passé des personnes
- Faciliter la communication avec l'entourage
- Passer un bon moment

**Public cible :**

Adulte et aînés

**Utilisation conseillée :**

- Suivre les recommandations du promoteur : le guide est bien structuré, se lit facilement et fournit toutes les informations nécessaires
- pour un utilisateur formé à l'écoute et à l'animation de groupes

**Critères d'évaluation :**

Cohérent ★★★★★  
Attractif ★★★★★  
Interactif ★★★★★  
Soutenant pour l'utilisateur ★★★★★  
Soutenant pour la prom. de la santé ★★★★★

**Temps de préparation :****Points forts :**

Simplicité d'utilisation, bienveillance du cadre, léger (appropriation - animation)

**Sujets abordés :**

Relations, plaisir/déplaisir, évocation des expériences de vie

**Complémentarité :**

[Des récits et des vies, Je me souviens de ...](#)

**Date de l'avis :** 15 octobre 2019

<https://www.pipsa.be/outils/export-2139614118/cosy-story.html?export>

27-07-2024 07:02