

Sénior



Astéroïde

Sénior



Astéroïde

Sénior



Astéroïde

Sénior



Astéroïde

Sénior



Astéroïde

Sénior



Astéroïde



Une chute...

Notre personnage se réveille dans une chambre d'hôpital. Une infirmière explique « Tout va bien, vous êtes à l'hôpital, vous avez chuté et vous vous êtes cogné la tête. On a fait tous les examens et tout va bien, nous vous gardons sous surveillance pendant 24h mais nous ne sommes pas inquiets. Votre famille a été prévenue et arrive. »



Témoin d'un accident...

Un scooter percute un piéton juste devant notre personnage. Le scooter prend la fuite laissant sur la route le piéton inconscient. Plusieurs personnes se sont rassemblées autour du blessé, une personne appelle les secours, tout va très vite...



Un décès...

Notre personnage vient d'apprendre le décès d'un ami, Pierre. Ils ne s'étaient pas revus depuis quelques années mais se donnait des nouvelles régulièrement. La femme de Pierre était sous le choc.



Un repas de famille qui dégénère...

Le repas avait déjà mal commencé, tout le monde était tendu. Mais là, cela a été trop loin ! Notre personnage s'en veut un peu d'avoir dit ce qu'il pensait mais après tout, pourquoi toujours se taire quand on n'est pas d'accord ? Résultat, ils sont partis fâchés... Notre personnage est contrarié, il va falloir rappeler ce soir pour essayer d'arranger les choses avec les enfants...



Une rupture...

Notre personnage raccroche après une dispute avec une amie très proche. Cette dispute violente et agressive marque la fin de quelque chose : ce ne sera pas possible d'oublier de sitôt ces mots si durs...



Un malaise...

Notre personnage est dans la rue, quand tout à coup, il sent une douleur intense dans la poitrine qui l'oblige à s'asseoir. Une personne s'arrête à côté et lui propose d'appeler les pompiers. Quelques minutes plus tard, la douleur est passée, notre personnage est dans le camion de pompier, direction les urgences pour des examens...

Sénior



Ressources

Sénior



Ressources

Sénior



Ressources

Sénior



Ressources

Sénior



Ressources

Sénior



Ressources



Un couple d'amis complice...

Notre personnage reçoit la visite d'un couple d'amis très cher, Dominique et Marie-Jo. Leur amitié n'est pas si ancienne mais ça a tout de suite fonctionné entre eux. Ils ont toujours des choses à se raconter, ils ont pu partir en Week-end ensemble, cela se passait toujours très bien. Maintenant, ils ne voyagent plus, mais ils continuent de se voir au moins une fois par mois, et c'est toujours un moment très agréable.



Des proches...

C'est l'anniversaire de notre personnage qui a reçu plein d'appels de ses proches. Même s'ils ne se voient pas tout le temps, ils ne l'oublient pas. Ça fait toujours du bien !



Une action...

C'est décidé : demain notre personnage va en parler ! Il faut demander sinon, rien ne se passera. Cela fait des mois que notre personnage y pense, c'est sûr que cela fera du bien mais à chaque fois, il y avait une « bonne raison » pour ne pas agir.



De la solidarité...

Notre personnage referme la porte après le passage de cette association qui vient de s'installer et qui propose à des personnes âgées de participer à des actions intergénérationnelles : Le projet consiste à construire ensemble, enfants d'une école et seniors volontaires, des nichoirs à oiseaux. Ce sont de petits gestes mais cela fait du bien de voir cette solidarité.



Un conseil utile...

Cela faisait des mois que ces dossiers n'avançaient pas : les droits de succession, un vrai casse-tête, même des années après les décès des conjoint.es, les choses n'étaient pas complètement réglées et pour notre personnage, c'était toujours un caillou dans la chaussure. Ce notaire a enfin trouvé la solution, et ça va être simple et rapide ! Enfin, une bonne chose de faite.



Le verre à moitié plein....

Notre personnage a toujours eu cette capacité à voir les choses sous leurs meilleurs jours, comme on dit « voir le verre à moitié plein » ! Ce n'est pas tous les jours possibles, mais ce trait de caractère a souvent été aidant, dans les moments les plus difficiles mais aussi pour profiter pleinement des meilleurs instants. Aujourd'hui, notre personnage y pense et se félicite d'avoir entretenu cette qualité.

Sénior



Obstacles

Sénior



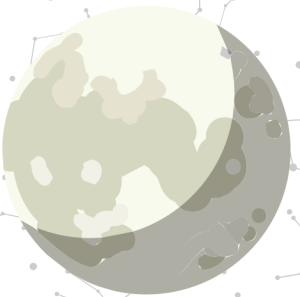
Obstacles

Sénior



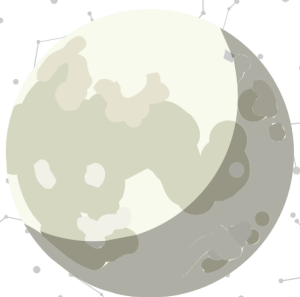
Obstacles

Sénior



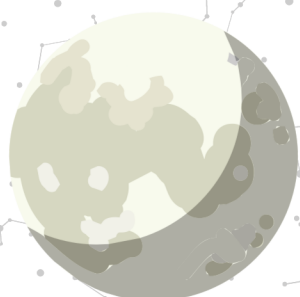
Obstacles

Sénior



Obstacles

Sénior



Obstacles



L'auto-persuasion...

Notre personnage est très fatigué, des préoccupations tournent sans cesse en boucle dans sa tête, plusieurs contrariétés le traversent, mais...Il se répète «ça va aller», «ça va aller», «je vais repartir», «c'est passager»...



Un mal-être qui s'installe ? ...

Cela fait un moment que notre personnage vit une période compliquée : des moments où ça va, d'autres pas du tout. Mais les moments où ça va (sans nœuds à l'estomac, sans mauvaise nuit) sont de plus en plus rares. C'est de plus en plus difficile à gérer tout seul, mais bon, on ne parle pas de ces choses-là...



L'état du Monde...

Les nouvelles sont dramatiques, notre Monde ne tourne plus rond, il y a des jours où on n'y pense pas et puis, il y en a d'autres où on s'inquiète...



Une société...

C'est difficile de se sentir à sa place dans cette société de jeunes où tout va vite et où les seniors n'ont plus leur place. Pourtant, notre personnage a encore beaucoup à apporter mais c'est comme si personne ne l'entendait.



Une remarque de trop...

Ce n'est pas la première fois que notre personnage entend une remarque désagréable sur son âge mais là, il n'a pas réussi à répondre quelque chose et...personne n'a réagi autour, C'est rageant...



La situation financière...

Les fins de mois ont toujours été un peu serrés, surtout depuis la retraite, mais les nouvelles dépenses de ce mois-ci ont été plus élevées que prévues...C'est de plus en plus difficile de maintenir un budget à l'équilibre.

Sénior



Etoile filante

Sénior



Etoile filante

Sénior



Etoile filante

Sénior



Etoile filante

Sénior



Etoile filante

Sénior



Etoile filante



Une nouvelle activité...

Notre personnage va reprendre le théâtre qu'il faisait étant jeune. Cela lui plaisait beaucoup ! Mais aujourd'hui, c'est un peu intimidant, sans connaître personne, ni le groupe, ni la personne qui anime l'atelier...



Un rendez-vous

La décision est prise : Notre personnage va appeler pour prendre ce rendez-vous si redouté.



Une nouvelle rencontre...

On est sur un nuage ! Cela fait plusieurs fois que notre personnage a rencontré cette personne et ils sont de plus en plus attirés l'un vers l'autre. Serait-il possible qu'une nouvelle histoire d'amour commence ?



Une confiance...

Notre personnage discute avec un ami, Léopold. Ces derniers temps, Léopold ne va pas bien, il est tout le temps déprimé. Il a décidé de consulter un psychologue.



Un atelier sur le bien-être

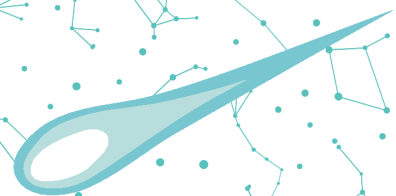
Ce matin notre personnage a suivi un atelier sur le bien-être et le bien vieillir. On y a parlé de santé mentale et du lien entre notre santé mentale et notre santé physique, qui sont indissociables.



Une nouvelle compétence

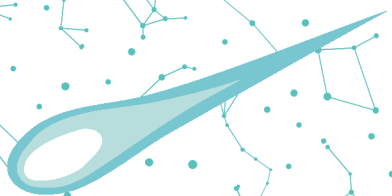
Aujourd'hui, notre personnage a appris à utiliser l'ordinateur pour discuter à distance avec ses proches, en se voyant via une caméra. C'est sa petite-fille qui lui a montré.

Sénior



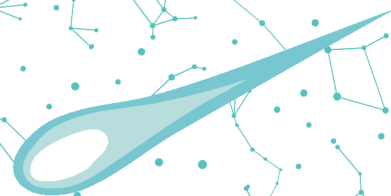
Comète

Sénior



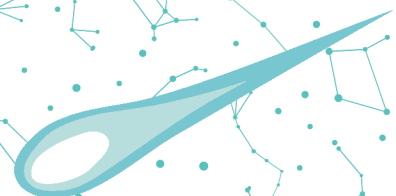
Comète

Sénior



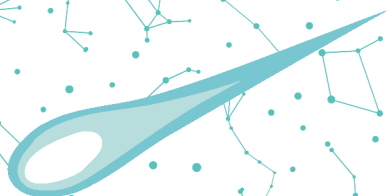
Comète

Sénior



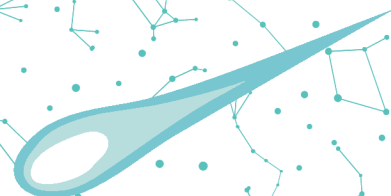
Comète

Sénior



Comète

Sénior



Comète



Un secret de famille...

Notre personnage s'est décidé à parler de cette histoire de famille difficile : cela fait trop longtemps que son fils lui demande de parler de cette tante, mais les mots n'étaient pas simples à trouver. Maintenant que tout le monde sait, est-ce que ça va changer quelque chose ?



Un divorce...

Son fils vient de lui annoncer une mauvaise nouvelle : il divorce. Notre personnage n'avait pas idée que cela allait si mal dans leur couple. Son fils avait l'air tellement triste au téléphone. Comment cela va se passer pour les enfants ?



Un handicap à accompagner...

Notre personnage arrive à la sortie de l'hôpital : sa sœur sort aujourd'hui, en fauteuil roulant et désormais pour toute sa vie... Elle va avoir besoin de beaucoup d'aide et notre personnage est sa seule famille. Ça va bouleverser tellement de choses autour d'elle, comment l'accompagner au mieux ? Quelle organisation mettre en place, quelles aides solliciter ? Quelle place avoir à ses côtés ? Comment en parler ?



Un problème de santé ...

Notre personnage a subi très récemment une opération très compliquée du genou. Après des semaines d'accompagnement, la mobilisation de sa jambe reste bloquée, on lui apprend que la récupération de toute sa mobilité sera impossible...



Un deuil...

Aujourd'hui c'était leur anniversaire de mariage... Même si cela fait plusieurs années, la douleur de cette perte est toujours là. Comment combler ce vide laissé... ?



Un trouble qui s'installe...

Cela faisait plusieurs semaines que les signes augmentaient et Nicole, l'amie de notre personnage ne voulait pas le voir : ne plus savoir pourquoi on est venu dans une pièce, oublier le prénom des enfants, les clés sans cesse perdue et puis cette nuit où elle s'est retrouvée au milieu du couloir sans se rappeler pourquoi, ni comment cela été arrivé... ? Le médecin lui a confirmé, il s'agit d'un début d'Alzheimer. Ce qui arrive à Nicole, notre personnage le redoute aussi beaucoup.