

# Covid, moral... Les seniors brioch

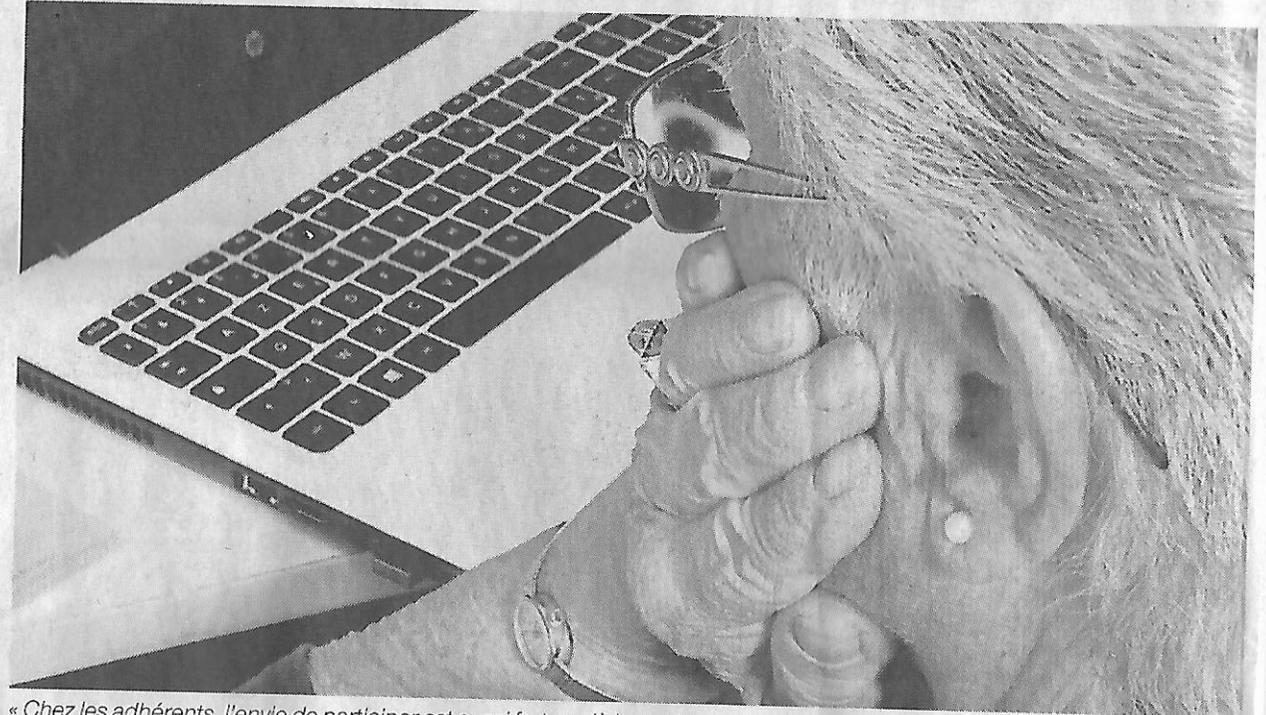
En cette cinquième vague épidémique, les adhérents de l'Office des retraités briochins continuent leurs activités, toujours en suivant un protocole sanitaire strict. D'autres ont dû arrêter.

## Témoignages

Des retraités ont « vraiment souffert, certains sont plus marqués que d'autres », constate Virginie Le Sage, directrice de l'Office des retraités briochins (ORB). C'était en juin 2021. À Saint-Brieuc, comme ailleurs, la (longue) crise sanitaire éprouve les seniors. En ce début d'année, « les gens ne vont pas plus mal, continue la responsable. Comme tout le monde, ils en ont assez de se restreindre, de moins sortir, de ne plus avoir les mêmes libertés qu'avant. Il y a un certain fatalisme. » Mais le besoin de vie sociale est visible et reprend le dessus : « Chez les adhérents, l'envie de participer est aussi forte qu'à la reprise en septembre. On continue de rester dynamique et d'être à l'écoute. »

**Ginette : « J'ai peur d'être contaminée »**

« Je prends mon mal en patience. Certaines journées sont plus dures que d'autres. » Ginette, 81 ans, est d'un naturel chaleureux, mais ce fichu virus complique beaucoup son quotidien. « Après l'injection de la première dose du vaccin, j'ai développé le syndrome de Guillain-Barre, qui provoque une faiblesse musculaire. Ces effets secondaires importants ont duré presque trois mois, dit l'ancienne commerçante. Plus jeune, j'avais déjà été touchée par ce syndrome. J'avais été hospitalisée plusieurs mois. » Son médecin traitant a adressé un courrier au médecin-conseil de la CPAM (caisse primaire d'assurance maladie) pour expliquer la situation. « J'attends une réponse. »



« Chez les adhérents, l'envie de participer est aussi forte qu'à la reprise en septembre », remarque Virginie Le Sage, directrice de l'Office des retraités briochins.

PHOTO : ARCHIVES OUEST-FRANCE - THIERRY CREUX

Parce que sans passe sanitaire, qui devient un passe vaccinal, Ginette ne peut plus se rendre aux activités proposées par l'Office des retraités briochins. « Oh, je le fréquentais depuis longtemps, s'exclame-t-elle. Plus de dix ans ! »

**« J'ai dû m'adapter à cet état de fait »**

Elle parle aujourd'hui à l'imparfait. Le Scrabble et le tarot sont les deux loisirs qu'elle partageait d'ordinaire avec ses copines de l'ORB. Mais depuis octobre 2020, c'est en ligne qu'elle joue sur sa tablette numérique. La structure, fermée pendant

sept mois, a relancé ses activités en septembre dernier.

« Heureusement, mes amies m'appellent et vice-versa. Myriam, chargée de l'accueil à l'ORB, me téléphone régulièrement. On garde contact », relativise Ginette, qui ne sort plus beaucoup de chez elle. « J'ai peur d'être contaminée. On ne va plus chez les gens. Mon mari, vacciné, fait les courses. Il est très prudent. C'est une chance d'être à deux. J'ai dû m'adapter à cet état de fait. Au début, c'était très difficile », ne cache pas la retraitée, anxieuse. « Ce n'est pas ma vie d'avant. L'ORB me manque... Je sais m'occuper,

philosophe-t-elle. Je marche, tout en gardant mon masque. Je fais de la couture. »

Les relations familiales sont aussi perturbées par le Covid-19. « Notre fille vit à San Francisco. On devait y séjourner l'année dernière, mais on a dû annuler. Elle a prévu de venir nous voir en juin. » La situation sanitaire « inquiète » Ginette, se sentant « très isolée intérieurement ». Tandis qu'une nouvelle vague sévit, l'octogénaire espère une seule chose : « Pourvu que ça s'arrête ! »

Soizic QUÉRO.

## « Nous accueillons 950 retraités à l'association »



Virginie Le Sage, directrice de l'Office de retraités briochins et Myriam Cholet, chargée du secrétariat et de l'accueil.

1 PHOTO : QUEST-FRANCE

### Trois questions à...

**Virginie Le Sage**, directrice de l'Office des retraités briochins.

#### Quel est le nombre d'adhérents ?

Avant le Covid-19, nous en comptons 1 200. Cette année, nous sommes à 950 personnes. C'est plus que septembre 2020, car on enregistrait 850 adhésions. On avait déjà perdu des membres après le premier confinement. 2021 a été une année très compliquée. On a seulement pu rouvrir en juin. Malgré tout, on a essayé de maintenir le lien par visio. On proposait des activités trois heures par semaine : tai-chi bien-être, gym et anglais.

#### Avez-vous relancé toutes les activités ?

Chorale, aquagym, art floral, bridge, informatique, longe côte, marche douce, théâtre... L'ORB propose 36 activités. Trois n'ont pas pu reprendre : l'atelier d'écriture (le bénévole a arrêté) ; les rencontres mémoire (pour

raison de santé) ; le tennis de table, faute de salle. Lors des activités, on continue de s'adapter. Contrôle du passe sanitaire, port du masque, désinfection... On limite le nombre de personnes avec la règle des 4 m<sup>2</sup>. En gym, c'est 17 adhérents au maximum, au lieu de 25 avant. En danse, on dédouble les cours.

#### Quel est l'état d'esprit des bénévoles « animateurs », ceux qui aident ?

Ils sont une trentaine. Ils sont revenus et sont motivés. On s'attendait à ce qu'il y ait une baisse d'énergie. Mais l'envie de partager est toujours là. La dernière rentrée s'est déroulée sous le signe de l'incertitude. En septembre prochain, on espère faire progresser l'effectif. D'ici là, nous allons mener une réflexion pour évaluer s'il y a des besoins particuliers, s'il faut un accompagnement plus individuel...

Recueilli par  
S.Q.

## « Je préfère aller vers les autres, je me sens moins seul »

Patrick, 70 ans, Gisèle, 67 ans et Nicole, 78 ans, témoignent également de leur expérience.

### Patrick : « Je ne m'apitoie pas sur mon sort »

« J'ai contracté le virus à Noël », témoigne Patrick, 70 ans. Deux jours de fièvre et une fatigue « prononcée » pendant une semaine pour le Briochin, au parcours vaccinal complet. Il fait partie des « petites mains » de l'association, en plus de siéger au conseil d'administration.

Le moral ? « Ça va, dans la mesure où je ne ressens pas plus la crise que ça », répond Patrick, adepte de la gym et de la danse bretonne. Des activités pratiquées dans d'autres associations. « Je veux me rendre utile. Je préfère aller vers les autres, je me sens moins seul », avoue le septuagénaire, regrettant la pause forcée des festoû-noz. Une semaine sur deux, il accueille son fils en situation de handicap. « Je ne m'apitoie pas sur mon sort. Il faut s'adapter pour faire face au virus. Cette crise a permis de se rapprocher de certaines personnes, mais a parfois provoqué aussi de l'éloignement ».



« Une méfiance s'est installée chez les plus âgés. Les plus de 80 ans ont du mal à revenir », remarque Nicole.

PHOTO : QUEST-FRANCE / MARC OLLIVIER

### Gisèle : « Angoissant de ne pas pouvoir se projeter »

« Physiquement, j'ai mis six mois à m'en remettre », raconte Gisèle, touchée par le Covid en décembre 2020. La Briochine de 67 ans suit des cours de yoga à l'ORB. « Les séances par visio ont été appréciables pendant la fermeture. » Le redémarrage des activités, en septembre, lui a fait du bien. « Si je n'y participe pas, je suis

toute seule. Les journées peuvent être longues. Il faut que je voie du monde. J'ai besoin de parler. C'est essentiel de rencontrer d'autres personnes », poursuit la sexagénaire, qui va au cinéma.

Gym et rando sont aussi à son programme. Elle ressent « une tension globale chez les gens. On est dans l'incertitude constante. Est-ce que ça va refermer ou pas ? C'est angois-

sant de ne pas pouvoir se projeter ». Son souhait pour 2022 ? « Je veux être optimiste et j'espère qu'on pourra reprendre une vie normale. »

**Nicole : « Une méfiance s'est installée chez les plus âgés »**  
« Mes enfants habitent loin. Je vis seule », commence Nicole, 78 ans. Durant le confinement strict, « j'ai connu une solitude épouvantable ». L'animatrice des conversations bretonnes a vécu une reprise « extraordinaire » en septembre. « C'est le paradis aujourd'hui par rapport à ce qu'on a connu depuis le début de l'épidémie et le malaise profond que cela a entraîné. Ce n'est plus possible de revivre ça. »

Pendant la fermeture de l'ORB, le manque était grand. Nicole est une retraitée dynamique. Une activité chaque jour, c'est son rythme : gym, Pilates, anglais. « Les gens avaient un besoin intense de se retrouver. Une méfiance s'est installée chez les plus âgés. Les plus de 80 ans ont du mal à revenir. La bise a disparu. On sent une peur de se toucher. Les gestes barrières continueront. »

S.Q.