

# PRIX CHRONOS DE LITTÉRATURE

*Grandir, c'est vieillir... Vieillir, c'est grandir*

*Livret d'activités inter âges*



[www.prix-chronos.org](http://www.prix-chronos.org)

Avec le soutien du  
ministère de la Culture



# PRIX CHRONOS DE LITTÉRATURE

*Grandir, c'est vieillir... Vieillir, c'est grandir*



L'espérance de vie a augmenté de 30 ans au cours du XX<sup>e</sup> siècle ; c'est une chance mais aussi un défi !

Face aux enjeux individuels et collectifs de la révolution de la longévité, les solidarités entre les âges sont fondamentales. Elles sont fragiles et soumises à des pressions qui les menacent.

Mais elles peuvent se maintenir, se développer, grâce à une meilleure connaissance réciproque entre les générations, l'absence de discrimination liée à l'âge, la défense de toutes les générations et la découverte à tout âge que **grandir, c'est vieillir et vieillir, c'est grandir**.

**La solidarité entre les âges ne se décrète pas, elle se construit. C'est pourquoi l'Uniopss vous propose de participer au Prix Chronos de littérature**, dont l'objectif est de sensibiliser les enfants et les adultes à la problématique du vieillissement et du parcours de vie en utilisant le livre comme médiateur.

Avec six sélections de quatre ouvrages, les lecteurs de tous âges peuvent choisir un niveau de lecture. La mise en place du projet repose sur un travail de réflexion thématique et intergénérationnelle.

**Pour vous aider, nous vous proposons ce livret d'activités inter âges en complément de votre participation au Prix Chronos de littérature. Il s'agit de suggestions d'activités sur la thématique que vous pourrez aussi réaliser lors de rencontres intergénérationnelles et qui ont pour objectifs de faciliter la démarche de réflexion sur l'âge et le vieillissement, de créer des liens entre les âges.**

**Bonne participation à tous** et n'hésitez pas à consulter le site Internet du Prix : **[www.prix-chronos.org](http://www.prix-chronos.org)**

et à nous faire part de vos expériences et réalisations en contactant l'équipe d'animation en écrivant à **[prix-chronos@uniopss.asso.fr](mailto:prix-chronos@uniopss.asso.fr)**

## Sommaire

**3 - Trois débuts de phrases**

**6 - La ligne de vie**

**8 - Et avant la fin de ma vie...**

**10 - Lettre à...**

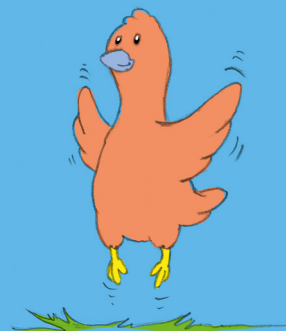
**12 - Un tableau : une histoire**

**14 - L'arbre généalogique**

**15 - Parcours de vie en pratique**

**16 - Pensez-y !**





# Trois débuts de phrases

*L'appréciation des possibles et les souhaits de chacun varient selon l'âge, l'environnement familial et social.*

## Objectifs

- > Appréhender les différentes étapes de l'existence
- > Enrichir la compréhension des actions des personnes selon leur âge
- > Découvrir les points communs et les différences entre les générations

## Participants



**Tout le monde peut participer !**  
(enfants, parents, personnes âgées, encadrants)

## Préparation et matériel

- > Photocopier le support pédagogique (page suivante) et le distribuer selon le nombre de participants
- > Stylos et crayons

## Déroulement

- > Demander à chaque participant de compléter les trois débuts de phrases présentés sur la feuille, très spontanément en 10 mn maximum, en précisant que toutes les réponses sont bonnes
- > Demander à chacun de remplir le questionnaire lorsque c'est opportun
- > Collecter les réponses
- > Ouvrir la discussion



## Suggestion

Un recueil des phrases obtenues accompagnées d'illustrations peut être réalisé par le groupe participant.

# Trois débuts de phrases

À COMPLÉTER LIBREMENT

**Peux-tu compléter, sans trop réfléchir, les trois débuts de phrases suivantes :**

J'ai le bon âge pour \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Je suis trop jeune pour \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Je suis trop âgé(e) pour \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

**Qui suis-je ?**

☐ Enfant   ☐ Jeune   ☐ Parent   ☐ Grand-parent   ☐ Arrière-grand-parent

☐ Garçon   ☐ Fille

> J'ai \_\_\_\_\_ ans

> J'ai un ou plusieurs grands-parents   ☐ oui   ☐ non

> J'ai un ou plusieurs arrière-grands-parents   ☐ oui   ☐ non

> J'ai un ou plusieurs petits-enfants   ☐ oui   ☐ non

> J'ai un ou plusieurs arrière-petits-enfants   ☐ oui   ☐ non

- qui vivent en France   ☐ oui   ☐ non

- si non, dans quel pays ? \_\_\_\_\_

# Trois débuts de phrases

Variante

## Préparation et matériel

- > Des feuilles de 3 couleurs différentes comportant chacune l'un des trois débuts de phrases :
  - J'ai \_\_\_\_ ans, j'ai le bon âge pour \_\_\_\_\_
  - J'ai \_\_\_\_ ans, je suis trop jeune pour \_\_\_\_\_
  - J'ai \_\_\_\_ ans, je suis trop âgé(e) pour \_\_\_\_\_
- > 3 boîtes correspondant aux 3 couleurs des feuilles
- > Un mur d'affichage ou un panneau pour fixer les réponses des participants

## Déroulement

- > Demander aux participants de choisir une phrase, de la compléter et de la déposer dans la boîte de couleur correspondante
- > Afficher toutes les réponses sur le mur d'affichage ou le panneau
- > Réunir les participants autour du mur d'affichage ou du panneau pour la restitution des réponses
- > Demander à des volontaires du groupe de donner leur avis sur les phrases formulées en fonction de l'âge indiqué. L'auteur de la phrase peut se déclarer et expliquer sa réponse



# La ligne de vie

De la naissance à la mort, la ligne de vie se fait frise chronologique pour concrétiser le parcours de chacun.

## Objectifs

- > Se positionner dans l'espace-temps avec des repères précis
- > Libérer la parole autour d'événements vécus directement ou indirectement
- > Créer un support pour évoquer sa propre vie, ses projets, ses souhaits

## Participants



**Tout le monde peut participer !**  
(enfants, parents, personnes âgées, encadrants)

## Préparation et matériel

- > Une feuille avec le dessin de la ligne par participant
- > Feutres, marqueurs, crayons de couleur (support pédagogique page suivante)

## Déroulement

- > Demander à chaque participant de noter les principales étapes de leur propre existence en indiquant l'âge de ces étapes. *Par exemple : 6 ans / école, 60 ans / retraite, 70 ans / grand-mère...*
- > Suggérer à chaque participant d'ajouter les événements marquants passés et/ou à venir  
*Par exemple : 12 ans Jeux Olympiques Paris*
- > Inciter chaque participant à mentionner les projets qu'ils souhaitent concrétiser et à quel âge  
*Par exemple : 16 ans explorer un glacier*
- > Préciser que toutes les lignes de vie sont bonnes
- > Afficher les différentes frises ainsi réalisées et ouvrir la discussion



## Suggestion

Créer une « ligne de vie collective » en la faisant commencer à la date de naissance du plus âgé des participants et en invitant ensuite chacun, tour à tour, à donner un événement marquant de sa propre vie personnelle ou en société.

# La ligne de vie

Sur cette ligne qui représente la vie de la naissance à la mort,  
il s'agit de noter les principales étapes de l'existence en indiquant les âges de ces  
étapes.

**Naissance**

**Mort**

# Et avant la fin de ma vie...

## Préparation et matériel

- > Découper un grand panneau de 1 mètre sur 2 mètres dans un grand carton de récupération par exemple
- > Écrire le bandeau du titre : **ET AVANT LA FIN DE MA VIE...**
- > Tracer les cases d'un tableau géant sur le support et y coller les étiquettes telles que proposées sur la page suivante

## Déroulement

- > Afficher le panneau dans un espace visible
- > Laisser des stylos en libre-service
- > Inviter le public à inscrire librement ses souhaits et à renseigner son âge et son lieu de vie
- > Proposer un débat, une fois le tableau complété

## Participants

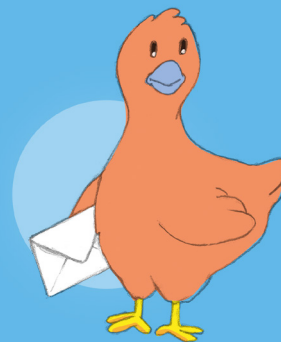


**Tout le monde peut participer !**  
(enfants, parents, personnes âgées, encadrants)



# Et avant la fin de ma vie...

<p><b><i>J'aimerais</i></b></p>     <p>Age : Ville :</p>	<p><b><i>J'aimerais</i></b></p>     <p>Age : Ville :</p>	<p><b><i>J'aimerais</i></b></p>     <p>Age : Ville :</p>
<p><b><i>J'aimerais</i></b></p>     <p>Age : Ville :</p>	<p><b><i>J'aimerais</i></b></p>     <p>Age : Ville :</p>	<p><b><i>J'aimerais</i></b></p>     <p>Age : Ville :</p>
<p><b><i>J'aimerais</i></b></p>     <p>Age : Ville :</p>	<p><b><i>J'aimerais</i></b></p>     <p>Age : Ville :</p>	<p><b><i>J'aimerais</i></b></p>     <p>Age : Ville :</p>
<p><b><i>J'aimerais</i></b></p>     <p>Age : Ville :</p>	<p><b><i>J'aimerais</i></b></p>     <p>Age : Ville :</p>	<p><b><i>J'aimerais</i></b></p>     <p>Age : Ville :</p>



## Lettre à...

La lecture des ouvrages du Prix Chronos, les discussions, les rencontres avec les personnes âgées dans les classes, les maisons de retraite, les bibliothèques... nourrissent la réflexion des enfants et les invitent à s'exprimer.

### Objectifs

- > Susciter l'expression personnelle des sentiments, des remarques et du questionnement des lecteurs par l'écriture d'une lettre qui leur permettra de formaliser leur réflexion et de partager celle-ci
- > Favoriser un temps d'expression citoyenne, un temps de liberté d'expression sur des sujets qu'ils n'oseraient peut-être pas exprimer de vive voix dans le cadre de leur entourage habituel

### Participants



**Tout le monde peut participer !**  
(enfants, parents, personnes âgées, encadrants)

### Préparation et matériel

- > Donner à chaque participant une copie du support pédagogique (page suivante)

### Déroulement

- > Laisser les jeunes libres de choisir les destinataires âgés des lettres. Il peut s'agir des personnes âgées de leur famille ou de leur entourage ou de la société civile ou encore imaginaires
- > Proposer aux participants de déposer les lettres dans une boîte construite à cet effet
- > Partager la lecture des lettres en piochant au hasard dans la boîte



### Suggestion

Les personnes âgées peuvent elles aussi écrire leur « Lettre à... », en s'adressant à des jeunes de leur famille, de leur entourage, de la société civile ou encore imaginaires.

Il est également possible de mettre en place un échange épistolaire entre les différentes structures participant au projet.

Vous pouvez adresser l'ensemble des copies des lettres à : Prix Chronos de littérature/ Uniopss 15 rue Albert CS21306 75214 Paris Cedex 13. Ces messages nous seront particulièrement utiles pour notre étude du regard porté sur la vieillesse, le vieillissement et les relations intergénérationnelles.

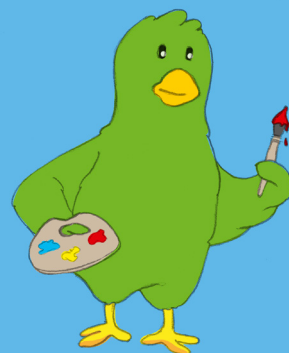
**Établissement :** \_\_\_\_\_

**Ville:** \_\_\_\_\_

**Prénom :** \_\_\_\_\_

**Age:** \_\_\_\_\_

Lettre à \_\_\_\_\_



# Un tableau : une histoire

L'illustration du temps qui passe et la représentation des générations qui s'entrecroisent et se succèdent sont des sujets retrouvés dans l'art pictural. Nous vous proposons ici le tableau, *Les âges de la vie* de Caspar David Friedrich (1774 – 1840).

Les historiens décrivent la toile comme étant la représentation de la famille du peintre. Personnages et navires se font écho, exprimant sous forme d'allégorie les différents âges de la vie (la vieillesse, la maturité et l'enfance). Une observation simple permet de s'attacher plus particulièrement à deux plans. Tout d'abord, les personnages sur la grève où un vieil homme semble porter un regard attentif et bienveillant sur des adultes et des enfants. Les navires ensuite, dont la position peut se lire ainsi : le plus ancien s'éloigne et montre la voie, pendant que deux autres, majestueux, veillent au bon départ des plus petits.

## Objectifs

- > Développer la lecture d'image
- > Évoquer le pouvoir narratif d'une œuvre d'art

## Participants



**Tout le monde peut participer !**  
(enfants, parents, personnes âgées, encadrants)

## Préparation et matériel

- > Photocopier la reproduction du tableau (support pédagogique en page suivante) ou la projeter pour que tous les participants puissent la découvrir
- > Disposer de feuilles de dessin
- > Feutres et matériel de peinture

## Déroulement

- > Demander aux participants tour à tour de décrire le tableau
- > Faire prendre conscience des différents détails qui évoquent l'âge des personnages
- > Mettre en relation les personnages, la façon dont ils sont positionnés sur la toile, et la disposition des navires sur la mer
- > Proposer aux participants d'imaginer l'histoire des personnages, la façon dont ils pourraient être reliés
- > Inviter les participants à représenter les âges de la vie par un dessin ou une peinture de leur choix
- > Monter une exposition avec les œuvres réalisées



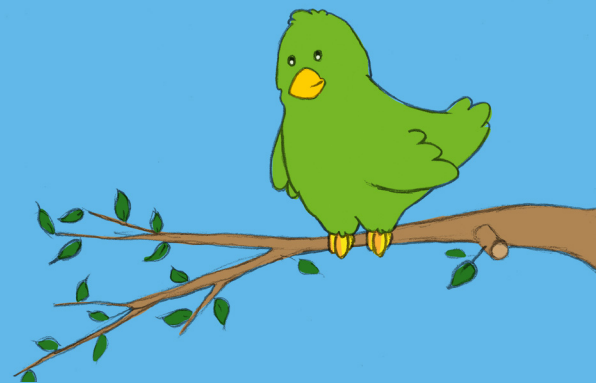
## Suggestion

# Un tableau : une histoire

LES ÂGES DE LA VIE - CASPAR DAVID FRIEDRICH (1774 – 1840)







# L'arbre généalogique

Une représentation graphique du groupe familial, du plus ancien au plus jeune.

## Objectifs

- > Visualiser l'imbrication des générations au sein d'un groupe familial
- > Prendre conscience de l'importance des racines qui permettent à l'arbre de grandir et lui donnent sa force

## Participants



**Tout le monde peut participer !**  
(enfants, parents, personnes âgées, encadrants)

## Matériel

- > Des feuilles blanches
- > Des feutres de couleur
- > 1 réserve de « post-it » petit format avec des couleurs différentes (optionnel)

## Déroulement

- > Mettre à disposition des participants des feutres et des « post-it »
- > Reconstituer la généalogie de sa famille en utilisant éventuellement des post-it pour noter des noms ou des petits dessins représentant les membres de la famille
- > Dessiner son arbre en commençant par le tronc en bas de la feuille et en ajoutant les branches nécessaires à la composition de la famille. Des ramifications peuvent exister à différents niveaux (pour faire figurer tout le monde dans le cas de familles recomposées ou de nommer oncles et tantes selon les souhaits)
- > Exposer les arbres pour avoir une vue d'ensemble



## Suggestion

14

Choisir un album sur le thème de la famille et proposer aux participants qui le souhaitent de créer leur arbre avec les informations données dans l'histoire.



# Parcours de vie en pratique

L'observation du cycle des saisons et de la nature permet d'approcher la notion de parcours de vie avec les plus jeunes. Naissance, premier âge, maturité, vieillesse s'appréhendent plus facilement lorsqu'il s'agit d'une plante que l'on voit évoluer.

## Objectifs

- > Découvrir le cycle de la vie
- > Prendre conscience des conséquences de l'action et de l'attention sur le bon développement de la vie

## Participants



**Tout le monde peut participer !**  
(enfants, parents, personnes âgées, encadrants)

## Préparation et matériel

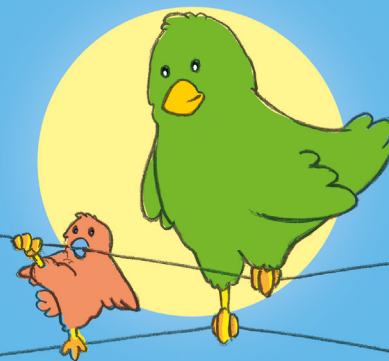
- > Un petit récipient
- > Coton
- > Haricots

## Déroulement

- > Rincer les graines avec les participants
- > Disposer le coton humidifié au fond du récipient, ajouter les graines
- > Veiller à maintenir l'humidité du coton jour après jour
- > Observer l'évolution : quelques jours suffisent à la graine pour germer
- > Inciter les participants à réfléchir sur les parallèles avec le cycle du temps (saisons) et de la vie d'un homme

# PRIX CHRONOS DE LITTÉRATURE

Grandir, c'est vieillir... Vieillir, c'est grandir



## Pensez-y !

Le travail des lecteurs des ouvrages du Prix Chronos, enfants, adolescents, accompagnateurs, personnes âgées, mérite d'être connu et partagé auprès du public.

### Quelques idées pour poursuivre :

- 📖 L'heure du conte autour des albums
- 📖 La théâtralisation des histoires
- 📖 La création d'une émission de critiques
- 📖 La mise en place d'ateliers d'écriture
- 📖 La création d'un recueil d'écrits
- 📖 La décoration d'un lieu collectif
- 📖 Le montage d'une exposition
- 📖 La création d'un jardin
- 📖 ...

### Vos réalisations peuvent aider les autres !

Vous pouvez adresser vos réalisations à :  
Prix Chronos de littérature/Uniopss  
15 rue Albert CS21306 75214  
Paris Cedex 13  
ou [prix-chronos@uniopss.asso.fr](mailto:prix-chronos@uniopss.asso.fr).

Ces messages nous seront particulièrement utiles pour faire évoluer les activités que nous proposons à tous.

## Les partenaires du Prix Chronos de littérature