



Un fil qui nous relie : Dynamique communautaire au travers du tricot solidaire



Florence LE VOURECH
Psychologue
florence.levourch@chu-brest.fr

Vendredi 5 juin 2026

Atelier :

Nouvelles collaborations : vos expériences !



Interventions psychologiques et psychosociales en HDJ gériatrique

- Dans la continuité du projet VENISE (Vieillir ENsemble dans le maintien de son Identité et le Sentiment d'Exister) 2012-2016



Développement d'un projet à visée caritatif

- Woods (2012) :
 - perspective sociale,
 - Développement personnel,
 - rôle social valorisant.
- Moody et Phinney (2012)
 - projet social et engagé : rôle important pour le maintien du sentiment d'identité des personnes vieillissantes
- Pitkala et al.(2011)
 - Bienfait des activités socialement stimulantes : améliore la santé et le bien-être de la personne âgée.

Développement d'un projet à visée caritatif



s'appuie sur 3 composantes clés de la réappropriation de soi (Leamy et coll.2011)

- faire se réunir des personnes (sentiment d'appartenance à un groupe de pairs),
- dans une perspective caritative (sentiment d'utilité qui donne un sens à sa vie).
- en se basant sur leur expertise : le tricot (compétence, identité)

Et peut être aussi amener à changer le regard sur les personnes présentant des fragilités qu'elles soient cognitives, psychologiques, sociales....





Opération « petit bonnet-bonne action » KEZACO?

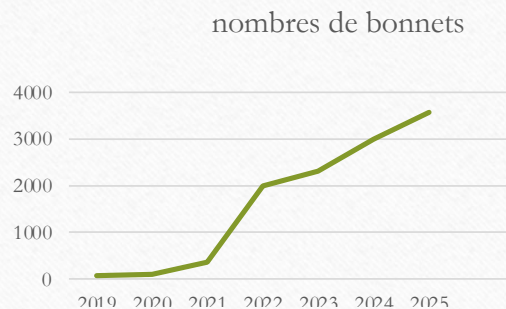
En 2025, l'opération a permis de financer 1 000 000 de portions de fruits et de légumes pour les repas organisés par les Petits Frères des pauvres avec les personnes âgées isolées, en sachant que le coût moyen d'une portion est estimé à 0,20€.

<https://vimeo.com/1016036976/6105bc396a?fl=pl&fe=sh>



Depuis 2019, quelques chiffres

- 29 bénévoles se sont relayés
- 9 bénévoles actuellement
- 15 étudiantes
- Un nombre croissant de bonnets



Dynamisme communautaire au travers du tricot solidaire



Les tricoteuses
des "travaux d'aiguilles solidaire »
du Foyer Laïque de Saint Marc



Les tricoteuses de l'association
« Loisirs solidarité des retraités »
de Brest



Les tricoteuses de
l'accueil de jour de
Ty Gwen (Brest)

Dynamisme communautaire au travers du tricot solidaire

Mitaines,
écharpes et
bonnets
pour les
maraudes de
la croix
rouge



Initiatives
des
tricoteuses
de Saint
Marc



FOYER LAÏQUE
DE SAINT-MARC
BREST



Brassières,
chaussons,
bonnets pour
le service de
néonatalogie
du CHU



Dynamisme communautaire au travers du tricot solidaire



Rencontre de Régis de Pompignan
1400 km en 80 jours pour fêter ses 80
ans à l'ORB



rencontre de Yves MOUSSAY,
adjoint de direction des Petits
Frères des Pauvres - Région
Ouest



Vernissage exposition tricot solidaire
Foyer Laïque de Saint Marc

Dynamisme communautaire au travers du tricot solidaire

Et Jacqueline



<https://www.letelegramme.fr/finistere/brest-29200/a-98-ans-presque-et-demi-cette-brestoise-tricote-de-petits-bonnets-au-profit-des-petits-freres-des-pauvres-video-6916794.php>

Lundi 2 janvier 2023

La bonne action des tricoteuses du CHRU

Un petit bonnet décore des bouteilles de jus de fruits Innocent. Il a été tricoté par les bénévoles du centre mémoire de ressources et de recherche du CHRU de Brest pour les Petits frères des pauvres.

● Coiffer une bouteille de jus de fruits d'un petit bonnet tricoté en laine, l'idée peut paraître saugrenue. Mais il s'agit d'une bonne action. Pour chaque bouteille coiffée d'un bonnet acheté, l'entreprise Innocent reverse 20 centimes à l'association Petits frères des pauvres, qui lutte contre l'isolement des personnes âgées.

Un atelier tricot né en 2019

Deux lundis par mois, un atelier tricot est organisé par le Centre mémoire de ressources et de recherche (CMRR) au CHRU (centre hospitalier régional universitaire) de Brest. Des bénévoles se rencontrent, afin de tricoter pour cette opération « Petit bonnet, bonne action ».

« Dans le cadre des consultations mémoire, nous rencontrons de nombreuses personnes qui avancent en âge et qui rencontrent des fragilités qui peuvent être sociales, affectives, physiques ou cognitives », explique Florence Le Vourc'h, psychologue et fondatrice de l'atelier.

« Les études montrent la nécessité, pour les soins aux personnes, de s'inscrire dans un rétablissement, une réappropriation de soi



Huit tricoteuses bénévoles ont confectionné 2 000 bonnets en 2022.

en tenant compte de l'importance de l'engagement social ». C'est ainsi qu'est né l'atelier tricot au sein du CHRU de Brest, fin 2019.

Huit patientes bénévoles motivées

« Les personnes que nous rencontrons sont d'une génération de tricoteuses. L'idée était alors toute trouvée : faire se réunir ces personnes pour créer un lien social, en se basant sur leur expertise du tricot, dans une perspective caritative pour un sentiment d'utilité », précise Florence Le Vourc'h. Au départ, quatre patientes-bénévoles étaient associées au projet. Au final, une vingtaine de tricoteuses sont intervenues depuis 2019. Actuellement, elles sont huit bénévoles régulières à venir tous les quinze jours à l'hôpital pour tricoter les bonnets, discuter, boire un café. Des stagiaires psychologues sont également souvent présentes, ce qui permet de

développer le lien intergénérationnel.

2 000 bonnets en 2022

« Tout le monde peut participer à cette opération, en tricotant ou en déposant des pelotes inutilisées au secrétariat du CMRR, consultation D, sur le site de la Cavale-Blanche. Les bénévoles seront ravies de les tricoter », ajoute Florence Le Vourc'h.

En 2020, 70 bonnets ont été confectionnés pour une commercialisation sur les bouteilles de jus de fruits Innocent, puis 362 bonnets en 2021 et 2 000 bonnets en 2022.

Yves Moussay, le représentant des Petits frères des pauvres, venu à Brest réceptionner les bonnets, a invité les tricoteuses bénévoles à atteindre 2 023 bonnets cette année. De la laine est récupérée auprès d'associations comme « Tricotons solidaire », du Foyer laïque de Saint-Marc.

Témoignages

- Merci à Brigitte, Lucienne, Jeannine et Andrée



Un fil qui nous relie : Merci

- À Françoise, Marie-Louise, Josée, Andrée H., Germaine, Marie-Thérèse L., Eliane, Brigitte C., Marie LB, Lucienne, Ginette, Jeannine, Andrée L., Marie Pr., Thérèse, Marie Pl., Marie-Thérèse F, Claudine, Josie, Michelle, Marie O., Marie B, Brigitte T, Nathalie B, Louise K, Monique, Rachelle, Valérie, Carole....



Merci à Ginette
notre
photographe



Un fil qui nous relie :

Dynamique communautaire au
travers du tricot solidaire



Merci pour votre attention

Références bibliographiques

- Leamy, M., Bird, V., Le Boutillier, C., Williams, J., & Slade, M. (2011). A conceptual framework for personal recovery in mental health: systematic review and narrative synthesis. *British Journal of Psychiatry*, 199, 445-452
- Moody, E., & Phinney, A. (2012). A community-engaged art program for older people: Fostering social inclusion. *Canadian Journal on Aging / La Revue Canadienne du Vieillissement*, 31, 55-64
- Pitkala, K. H., Routasalo, P., Kautiainen, H., Sintonen, H., & Tilvis, R.S. (2011). Effects of socially stimulating group intervention on lonely, older people's cognition : A randomized, controlled trial. *American Journal of Geriatric Psychiatry*, 19, 654-663
- Woods, B., (2012). Well-being and dementia - how can it be achieved? *Quality in Ageing and Older Adults*, 13, 205-211.