

# La voix pour éviter l'isolement

Cadre de vie & Transports

**La lecture à voix haute crée du lien avec les personnes âgées ou isolées. Malgré le confinement, ce lien reste possible par téléphone ou appel vidéo. L'auteure et bibliothérapeute Régine Detambel, et la comédienne Sophie Bezard prêtent leur voix et racontent leurs expériences.**



À l'origine du réseau Lire et Relier et de ses « coronalecteurs », on trouve Régine Detambel, auteure et bibliothérapeute. Avec une idée simple : mettre en place dans toute la France un réseau de lecteurs (comédien.ne.s, bibliothécaires, journalistes, psychologues...) pour créer un lien avec les personnes isolées, quel que soit leur âge, en leur proposant des lectures à voix haute via le téléphone ou Skype. Une lecture et surtout des échanges après lecture pour apaiser les angoisses et redonner du lien social.

## Donner des moments de bonheur

Sophie Bezard, comédienne à Bois-le-Roi, a rejoint le réseau dès le début du confinement. « *Les quatre personnes avec qui je suis en lien une à deux fois par semaine sont hébergées en Ehpad (Etablissement hospitalier pour les personnes âgées dépendantes)* », explique-t-elle. « *Une d'entre elles est atteinte d'Alzheimer et a été un grand lecteur. Chaque échange dure de 20 à 30 minutes. Parfois j'aborde les grandes œuvres, parfois l'auteur de prédilection de la personne qui écoute. J'aime aussi leur faire découvrir des ouvrages que j'apprécie comme le dernier Eric Pessan, Photos de famille, composé de courts textes.* »

## « Je suis sensible à la question du lien »

« *Chaque échange est singulier et dépend de la lecture choisie mais aussi de l'humeur de la personne, se confie Sophie Bezard. Les personnes peuvent être très fatiguées ou très à l'écoute. La voix, la lecture, l'échange. On touche à une fibre vivante et sensible. J'en ressors souvent très émue. Ce qui différencie la démarche initiée par Régine Detambel c'est que la lecture est un prétexte. On est là pour créer du lien, c'est ce que j'apprécie et qui fait que je me sens utile.* »



Sophie Bezard, comédienne à Bois-le-Roi © Sarah Robine

Pour rejoindre le réseau, rendez-vous sur le site [detambel.com](http://detambel.com) (onglet contact).