

# **Présentation de notre expérience intersectorielle (St Cyr, Versailles, Rambouillet) / Bibliothèques Vivantes**

# ÇA VOUS DIRAIT D'ÉCOUTER UN LIVRE VIVANT ?

*Participez à notre bibliothèque  
vivante pour lutter contre les préjugés  
sur la santé mentale  
et provoquer la rencontre !*



Une bibliothèque pas comme les autres,  
où les livres sont des personnes  
qui partagent une facette de leur vie

# SOMMAIRE

Historique intersectoriel des Bibliothèques Vivantes

Catalogue des livres vivants

Retours d'expériences de livres vivants de St Cyr, Versailles, Rambouillet

Retours / questionnaires livres vivants et lecteurs pour 3 BV : Médiathèque Le Chesnay , IUT Rambouillet & IFSI Rambouillet

Questions organisationnelles

# Historique des bibliothèques vivantes

ANNEE	LIEU	VILLE	NOMBRE DE LIVRES VIVANTS
2023 octobre	Médiathèque Le Canal	Montigny-Le-Bretonneux	12
2024	1) Médiathèque Odette Dubarry	Buchelay	11
	2) Bibliothèque Universitaire Université de Saint Quentin en Yvelines	Guyancourt	11
	3) Bibliothèque Victor Hugo	Le Chesnay	5
	4) Médiathèque Le Canal	Montigny Le Bretonneux	7

# Historique des bibliothèques vivantes

ANNEE	LIEU	VILLE	NOMBRE DE LIVRES VIVANTS
2025	1) IUT	Rambouillet	7
	2) Usine à chapeaux	Rambouillet	4
	3) IFSI	Rambouillet	8
	4) Bibliothèque Victor Hugo	Le Chesnay	5

# « Catalogue » des 21 livres vivants (3 secteurs)

Livre vivant	Titre
Julia	Le diagnostic m'a sauvée
Ludovic	J'aime la vie que j'ai
Edwige	Transformer la boue en or
Carole	La dépression est une maladie, la guérison n'est pas une question de volonté
Romain	Adpression : vers le mieux-être
Aurore	A livre ouvert
Guillaume	J'ai un handicap et je travaille
Térésa	L'espérance plus forte que la schizophrénie
Stéphane	La démission, ou la fin d'un délire
Fabrice	J'ai fait de mes troubles schizophréniques une force
Gianni	Grosse fatigue, que fais-tu là ?
Noël	Mes proches : pilier de mon rétablissement des troubles bipolaire <sup>6</sup>

# « Catalogue » des 21 livres vivants

Livre vivant	Titre
Catherine	Libère ta parole sur la sexualité
Emma	De l'obscurité à la lumière
Patrick	C'est l'histoire d'un mec ordinaire
Nathalie	J'ai une bipolarité et je garde le sourire
Etienne	Mon handicap invisible
Thibault	Survivre
Emmanuel F	De l'ordinaire à l'asphyxie, jusqu'à la renaissance
Emmanuel L.	4 thèmes au choix : <ul style="list-style-type: none"><li>• Mon parcours avant la régulation</li><li>• Régulaton et reconstruction</li><li>• Stratégies de régulation</li><li>• Lutter contre la stigmatisation</li></ul>
Ysis	Les endurants
(Laurent (Abandon)	Le stigmate en réaction

# Retours d'expériences de Livres Vivants de St Cyr

- ▶ Romain (?)
- ▶ Carole
- ▶ Ludovic

# Retours d'expériences des Livres Vivants de Versailles

- ▶ Thibault
- ▶ Emmanuel

# Retours d'expériences de Livres Vivants de Rambouillet

- ▶ Catherine
- ▶ Fabrice

**BV 8 octobre 2025 Le Chesnay**

**Durée : 2 h**

**Retours / questionnaires**

**Livres vivants & Lecteurs**



## BV Bibliothèque Victor Hugo Le Chesnay **octobre 2025**

# **Retour expérientiel des 5 livres vivants BV**

## **8 octobre 2025 Bibliothèque Le Chesnay (Durée 2h)**

Questions	Réponses
<b>Nombre de lecteurs rencontrés</b>	De 2 à 4
<b>Expérience de livre</b>	Très bonne pour tous
<b>Impression / lecteur</b>	Lecteurs très intéressés pour tous
<b>Auto évaluation / description de son rôle de livre</b>	Bien décrite et claire pour la majorité
<b>Soutien du personnel de la BV</b>	Très utile pour la majorité
<b>Temps et horaires de travail</b>	Adaptés pour tous
<b>Bénéfices pour les lecteurs</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Mon expérience de la maladie</li><li>• Plus de sensibilité / santé mentale</li><li>• Meilleure connaissance de la maladie</li><li>• Très différent selon les lecteurs</li></ul>

Questions	Réponses
Bénéfices d'être lu	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Apporter de l'aide</li> <li>• Je sens que les mentalités évoluent</li> <li>• Voir que d'autres ont des maladies psychiques</li> <li>• Rencontrer. Etre compris. Prendre plaisir à endosser un rôle que je n'ai pas parfaitement défini.</li> </ul>
Questions les + fréquentes	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Qu'est ce que l'autisme ? Quels sont les symptômes ?</li> <li>• Est-ce que je suis le sujet du texte ? Avez-vous un lien avec la nature ?</li> </ul>

Questions	Réponses
<b>Le + difficile dans le rôle de livre</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Rien</li> <li>• Expliquer les symptômes de ma maladie</li> <li>• Incompréhension visible d'un lecteur</li> </ul>
<b>Conseils :</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Aux futurs livres vivants</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Parler de soi avec sincérité</li> <li>• Relire le texte quand on bute sur un mot ou le remplacer. Penser à améliorer le texte à cet endroit.</li> <li>• C'est une expérience intéressante</li> <li>• Soyez vous-même</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Aux organisateurs</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bien guider les lecteurs</li> <li>• Organisation parfaite</li> <li>• Bien parler de l'évènement avant</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Aux bibliothécaires</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Cela peut vous enrichir</li> <li>• Laisser une latitude aux lecteurs pour exprimer ce qu'ils souhaitent retirer de cette expérience</li> <li>• Organisation parfaite</li> </ul>

Questions	Réponses
<b>Conseils :</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Aux futurs lecteurs</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Vous apprendrez des choses</li> <li>• Ouverture d'esprit</li> <li>• Curiosité</li> <li>• Etre présent et s'approprier le récit</li> <li>• Ne pas hésiter à poser des questions</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Pour la présentation du catalogue</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Rien</li> <li>• Bien montrer les différents LV avec les résumés</li> </ul>
<b>Rejouer le rôle de livre vivant</b>	Oui pour tous
<b>Commentaires</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• aucun</li> </ul>

# Les lecteurs

- ▶ Chaque lecteur pouvait lire plusieurs livres vivants
- ▶ Lecteurs :
  - 20 (mais seulement 16 questionnaires remplis)
  - Tout venant dont certains ont bénéficié de la communication en amont de la BV
  - Personnes concernées par les troubles psychiques
  - Personnels de santé : psychiatre, IDE, étudiants éducateurs spécialisés

## 3 mots caractérisant votre expérience :

Douceur HUMILITÉ  
ÉVALUATIONS  
EMPATHIE ÉPREUVES  
ÉCOUTE PARCOURS  
SÉRIEUX BRAVO  
HISTOIRE COURAGE  
PARLER SOCIABILITÉ  
ÉCHANGE ADVERSITÉ ÉTAT  
ADVERSITÉ VIE  
TÉMOIGNER SUITE PARTAGE  
FORCES TÉNACITÉ

# Questionnaires des lecteurs (16)

Les impressions de la rencontre	Ce qui est retenu	Modification de la vision
<ul style="list-style-type: none"><li>• Beaucoup d'émotion</li><li>• Agréable, enrichissant, partage, hâte d'ouvrir un autre livre</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Sensibilité du récit</li><li>• Étonné, impressionné</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• non</li><li>• Pas vraiment étant moi-même concerné, mais sur la façon de vivre avec les symptômes : oui</li></ul>
<ul style="list-style-type: none"><li>• Très bon vécu</li><li>• Grande sérénité de mon interlocuteur</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Sa volonté de bien réaliser ce qu'il entreprend</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• non</li></ul>
<ul style="list-style-type: none"><li>• Le livre a besoin d'être interrogé</li><li>• Il faut être à l'initiative de la discussion</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• GEM de Versailles</li><li>• Sensibilité à l'autisme</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Non, un peu sur le trouble autistique</li></ul>

# Questionnaires des lecteurs (16)

Les impressions de la rencontre	Ce qui est retenu	Modification de la vision
<ul style="list-style-type: none"><li>Besoin de libérer sa parole</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>Un texte autobiographique</li></ul>	
<ul style="list-style-type: none"><li>Bien, positif, m'a permis d'évacuer les soucis du quotidien</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>Planning du GEM</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>Oui, un peu. Cela m'a éclairci sur comment vaincre mes peurs</li></ul>
<ul style="list-style-type: none"><li>Très belle expérience humaine</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>Courage</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>Oui sur la possibilité d'évoquer sans tabou la maladie/le handicap</li></ul>
<ul style="list-style-type: none"><li>Un temps d'échange agréable de découverte de l'autre</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>Réflexion sur son rôle de parent pour aider ses enfants à être à l'aise avec leur sexualité</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>Cela concerne tout le monde et nous sommes proches des personnes concernées</li></ul>
<ul style="list-style-type: none"><li>Grand courage du Livre d'extérioriser sa problématique</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>Rester convaincu qu'avec de la ténacité, on peut s'en sortir avec de l'aide</li></ul>	Oui par l'accompagnement possible par le personnel soignant 20

# Questionnaires des lecteurs (16)

Les impressions de la rencontre	Ce qui est retenu	Modification de la vision
<ul style="list-style-type: none"><li>• Bonnes impressions</li></ul>		
<ul style="list-style-type: none"><li>• Je me suis sentie en confiance et apaisée par la voix de la conteuse</li><li>• Poser des questions et se poser était facile</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Les histoires sont toutes très différentes et enrichissantes</li><li>• Les aléas d'une vie fissurent et cassent, mais la reconstruction amène à une plus belle personnalité</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Le spectre de la souffrance est infini, et les personnes qui en sortent ont des choses à dire.</li></ul>
<ul style="list-style-type: none"><li>• Riche, très poignant</li><li>• Confirme mon choix professionnel (éducatrice spécialisée)</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• L'Etat doit encore faire des progrès pour changer le regard, la vision sur les troubles psychiques</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• J'avais déjà quelques connaissances</li></ul>

# Questionnaires des lecteurs (16)

Les impressions de la rencontre	Ce qui est retenu	Modification de la vision
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Excellente interactivité</li> <li>• Fluide</li> <li>• Sans difficultés</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Les recommandations de lecture du psychiatre Boris Cyrulnik</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pas tant que cela</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Récit très littéraire avec beaucoup de métaphores horticoles</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• La comparaison avec la nature</li> </ul>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Beaucoup d'émotions</li> <li>• Très émue</li> <li>• Un peu choquée mais contente d'avoir parlé</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Le parcours très difficile du LV, mais surtout sa force</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Oui, ca m'a permis de mieux comprendre les troubles psychiques et la difficulté réelle de les traverser</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Vécu agréable</li> <li>• Impressions de voyage</li> <li>• Déambulations exotiques</li> <li>• Ouverture d'esprit et de parole</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Écoute attentive ouverte à l'autre</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pouvoir aborder ce thème de façon plus simple, autant sur les explications que sur la compréhension</li> </ul>

# Questions

- ▶ Comment détecter chez les jeunes leur besoin de communiquer leurs problèmes ?
- ▶ Comment être plus battant dans la maladie

**BV IFSI Rambouillet**  
**Durée : 2 h**  
**Retours / questionnaires**  
**Livres vivants et Lecteurs**

# **Retour expérientiel des 7 livres vivants BV IFSI**

## **Rambouillet juillet 2025 (Durée 2h)**

Questions	Réponses
<b>Nombre de lecteurs rencontrés</b>	De 4 à 8
<b>Expérience de livre</b>	Très bonne pour tous
<b>Impression / lecteur</b>	Lecteurs très intéressés pour tous
<b>Auto évaluation / description de son rôle de livre</b>	Bien décrite et très claire pour tous
<b>Soutien du personnel de la BV</b>	Très utile pour tous
<b>Temps et horaires de travail</b>	Parfaitement adaptés pour tous
<b>Bénéfices pour les lecteurs</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• La psychiatrie vue de l'intérieur</li><li>• Destigmatisation</li><li>• Une vision plus personnelle du handicap</li><li>• Une meilleure connaissance de la maladie</li><li>• Un éclairage sur ma maladie</li><li>• Une meilleure connaissance du déclenchement de problèmes de santé mentale, et de ses améliorations</li><li>• Familiarisation</li><li>• Espoir</li></ul>

Questions	Réponses
<b>Bénéfices d'être lu</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Très sympa</li> <li>• Plaisir de partager et de témoigner</li> <li>• Très bon accueil</li> <li>• Écoute bienveillante et encouragements</li> <li>• A clarifier ma conscience de ce qui m'arrive et de là où j'en suis</li> <li>• Déstigmatiser</li> <li>• Ca me fait du bien de m'être exprimer</li> <li>• Rencontrer des gens concernés et partager avec eux</li> <li>• Bon retour de l'image de soi. Bienfaits d'être réellement écouté</li> <li>• Renforcement de l'estime de soi</li> </ul>
<b>Questions les + fréquentes</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Quelle est votre maladie? Avez-vous un métier ?</li> <li>• Les traitements vous ont-ils aidé ?</li> <li>• Quels impacts votre handicap peut il avoir dans votre vie ?</li> <li>• Sur la schizophrénie et comment la combattre ?</li> <li>• En combien de temps se voient les améliorations ?</li> <li>• Quand ont commencé les troubles ?</li> <li>• Quel est l'impact du THC sur la maladie ?</li> </ul>

Questions	Réponses
<b>Le + difficile dans le rôle de livre</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Commencer à parler, finir brutalement sur demande du gardien du temps, ne pas parler trop pour respecter la durée</li> <li>• Essayer de décrire précisément ce que je ressentais</li> <li>• Transmettre un texte vivant</li> </ul>
<b>Conseils :</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Aux futurs livres vivants</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bien travailler le texte en amont de façon à en être satisfait lorsqu'on le présente</li> <li>• Expérience intéressante</li> <li>• Soyez vous-même et n'ayez pas peur de vous exprimer</li> <li>• Être ouvert et sincère</li> <li>• Oser raconter</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Aux organisateurs</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• D'en parler avant</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Aux bibliothécaires</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• C'est bien d'encourager à espacer un peu les lectures et de proposer une boisson</li> <li>• Continuer à faire la pub de l'écoute bienveillante envers les différents publics handicapés</li> </ul>

Questions	Réponses
<b>Conseils :</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aux futurs lecteurs</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Être ouvert</li> <li>• Être curieux</li> <li>• Ne pas hésiter à poser des questions</li> <li>• Oser écouter</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pour la présentation du catalogue</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Images / dessins / panneau</li> </ul>
<b>Rejouer le rôle de livre vivant</b>	Oui pour tous
<b>Commentaires</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• aucun</li> </ul>

# Les lecteurs

- ▶ Chaque lecteur pouvait lire plusieurs livres vivants
- ▶ 59 lecteurs :
  - Etudiants en soins infirmiers et étudiants aides-soignants
  - Formatrice de l'IFSI

# 3 mots caractérisant votre expérience :

persévérance  
détresse  
enfermant  
intense  
communication  
bloque  
addiction  
libération  
intelligence  
altruisme  
préjugé  
espoir  
écoute  
lutte  
partage  
renouveau  
soulagement  
agréable  
témoignage  
joyeux  
dépression  
suicide  
évolution  
projets  
rebondir  
vécu  
insertion  
effort  
regard  
acteur  
aide  
échec  
isolement  
combat  
volonté  
vie  
sens  
caractère  
avancer  
échange

# Questionnaires des lecteurs

Les impressions de la rencontre	Ce qui est retenu	Modification de la vision
• Résilience des patients	• Façon de raconter son histoire	• Nous avons une vision du trouble psychique véhiculée par la TV, le cinéma. On se rend compte que cela ne reflète pas la réalité
• Agréable car le livre par sa parole démontre une force de caractère	• Ne pas rester sur ses doutes et ses préoccupations : parler, écouter et échanger.	• Oui, la parole peut être un outil nous permettant d'évoluer.
• Détermination	• Courage de s'en sortir	• non
• Très belle histoire, bien racontée	• Le rôle primordial de l'entourage	• non
• Moment très intéressant : j'ai pu apprendre beaucoup sur la vie d'une personne après le diagnostic de la maladie	• La bipolarité choque moins que la schizophrénie. Les 2 maladies sont mal comprises en général.	• Oui. J'ai pris connaissance d'une autre facette de la schizophrénie hors des hallucinations

# Questionnaires des lecteurs

Les impressions de la rencontre	Ce qui est retenu	Modification de la vision
• Très émouvant. Très belle rencontre.	• la joie de vivre	Complètement. Avant, je voyais les troubles psychiques ou les personnes atteintes comme dangereuses alors que ce n'est pas du tout le cas.
• Très intéressant. Cela m'a permis de mieux comprendre la schizophrénie.	• On peut guérir des troubles psychiatriques et vivre une vie normale.	• Oui, je comprend que c'est une maladie qu'on peut guérir et qu'on peut mener une vie normale.
• Enrichissant, touchant.	• Faire de la pathologie une force.	• Non
• Sérieux	• Mégalomanie	• non
• Bel échange. Force de caractère.	• La persévérance face aux difficultés.	• oui
• Très bien raconté. Il ne faut pas caser les personnes atteintes psychologiquement.	• Trouver les ressources pour se construire et vivre avec sa pathologie.	Non, car j'ai déjà fait un stage en <sup>32</sup> CMP.

# Questionnaires des lecteurs

Les impressions de la rencontre	Ce qui est retenu	Modification de la vision
<ul style="list-style-type: none"><li>• Femme forte. Très belle personne. Un grand merci à tous.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Impressionné de la facilité avec laquelle les personnes nous racontent leur expérience.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Oui, je pense que j'aurai une approche différente.</li></ul>
<ul style="list-style-type: none"><li>• Enrichissant, courage de la personne, bienveillance</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• L'approche et l'échange enrichissant.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Oui : se rendre compte de l'impact de la maladie, et se demander quelle approche avoir.</li></ul>
<ul style="list-style-type: none"><li>• Résilience, courage, combativité</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Lorsqu'on le décide, on peut vivre avec sa maladie.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Oui : on peut aider une personne qui souffre par la présence et l'écouter sans la juger.</li></ul>
<ul style="list-style-type: none"><li>• Extrêmement intéressant</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Authenticité, cœur ouvert.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Non, a confirmer mon point de vue.</li></ul>

# Questionnaires des lecteurs

Les impressions de la rencontre	Ce qui est retenu	Modification de la vision
<ul style="list-style-type: none"><li>• Bonne impression.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• La difficulté du chemin parcouru, la manière dont il a été traversé, la force de caractère.</li><li>• Les difficultés rencontrées quand les autres ne sont pas sensibilisé. Malgré le trouble psychique, cela peut être grâce à lui que l'avenir peut être bénéfique.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Non car je n'avais pas d'à priori</li></ul>
<ul style="list-style-type: none"><li>• Très positif, intéressant.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Il n'y a pas de fatalité.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Non, je connaissais déjà ce problème : alcoolisme.</li></ul>
<ul style="list-style-type: none"><li>• Très bon moment</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• La passion, la sensibilité, la culpabilité.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Non</li></ul>
<ul style="list-style-type: none"><li>• Une très belle expérience</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• La facilité de partager l'expérience</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Complètement <small>34</small></li></ul>

# Questionnaires des lecteurs

Les impressions de la rencontre	Ce qui est retenu	Modification de la vision
• Enrichissant. Force	• Force de vie	• non
• Très enrichissant, totalement authentique	• Positivité et sagesse du livre vivant.	• non
• Timide	• Bipolarité et schizophrénie	• Non, j'ai déjà une vision positive de ces pathologies.
• Échanges très agréables	• Authenticité	• Complètement
• Enrichissante	• Volonté d'aller de l'avant	Non car j'ai fait un stage au CDJ de Versailles
• Très bien, très enrichissant		
• Très bel entretien avec le pair aidant, bel échange	• On apprend à vivre avec la maladie, connaître ses limites et on peut se fondre dans la masse	Non
• Très intéressant	• Importance de parler	Non
• Courage, détermination	• Courageux	Oui

# Questionnaires des lecteurs

Les impressions de la rencontre	Ce qui est retenu	Modification de la vision
• Très beau moment	• Des sujets qui restent encore difficiles à aborder dans certaines familles	• Non
• Intéressé par la vision de l'autisme du Livre, très positive et optimiste	• Les TSA sont peu connus et tout le monde a souvent des idées reçues et stéréotypes négatifs	• J'en ai appris plus sur la vie avec un TSA
• Rencontre positive aidante dans la prise en charge des patients	• La force de s'en sortir et de valoriser un parcours pour aider les autres	• Non, car je connais les différents parcours
• Voyager, enrichissant	• Courage	• Oui
• Plaisante	• Bonne humeur	Non
	• Libérer la parole sur n'importe quel sujet	36

## Deuxième format de questionnaire aux Lecteurs :

Majorité d'énormément satisfaits /

- ▶ Idée de la bibliothèque Vivante
- ▶ Le catalogue
- ▶ Les services des bibliothécaires

Expérience la plus importante lors de l'échange	Apports de l'expérience
L'apprentissage sur les traumatismes psychiques	La relation familiale peut être toxique
Apprendre, découvrir et être à l'écoute	Malgré les pathologies, les troubles, la vie continue on en ressort plus fort.
J'ai senti que le Livre était content d'être là.	
Ecoute active	Malgré un trouble mental, es patients peuvent avoir une vie normale
Un apaisement de pouvoir libérer cette parole. Livre Vivant formidable avec une sagesse impressionnante	
	Ne pas hésiter à en parler
L'expérience la plus importante était tout à la fois l'histoire pour la découverte et les questions-réponses pour la compréhension	J'ai appris l'importance, le ressenti que d'avoir un soutien continu de ses proches

# Questionnaires des lecteurs (59)

Expérience la plus importante lors de l'échange	Ce qui est retenu
On a l'impression d'avoir vécu l'expérience ou l'histoire	
LV très sincère dans son récit et très touchant	<ul style="list-style-type: none"> <li>• J'ai appris qu'il était possible de faire des crises anxieuses</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Quand on est accompagné, on peut s'en sortir et aller beaucoup mieux</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ne pas hésiter à en parler</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Authenticité +++ L'idée du partage est très intéressante</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Expérience de vie, témoignage ce que j'apprends de l'autre et de moi</li> <li>• Même si ce n'est pas l'objectif principal, le partage de son expérience de vie a un effet thérapeutique dans la prise de conscience et dans la poursuite d'un cheminement personnel</li> <li>• Cette démarche contribue à œuvrer pour une approche plus humaniste de la différence, de l'accompagnement, de la souffrance, de la maladie.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Rebondir d'une difficulté, en faire une force. Source d'insertion sociale</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• La force de vie, l'élan vital, stratégie d'adaptation. Le LV dit « au CMP, on ne parle plus de ma maladie, on allait visiter des musées, des expos... »</li> <li>• Prise en soins significative, prioriser la personne</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• L'écoute est au centre, le partage aussi</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Un grand merci pour tous ces partages</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• L'évolution du LV</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Les patients peuvent mener une vie normale malgré leur pathologie</li> </ul>

# Questionnaires des lecteurs (59)

Expérience la plus importante lors de l'échange	Ce qui est retenu
Le courage du LV pour raconter son histoire	
Ecoute, concentration, non jugement	
<ul style="list-style-type: none"><li>• Agréable, émouvante</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Je le savais mais ce qui ressort du MV c'est l'importance d'être reconnu comme une personne, de vivre malgré la pathologie, d'utiliser la pathologie comme une ressource, une stratégie d'adaptation</li></ul>
<ul style="list-style-type: none"><li>• Facilité avec laquelle le LV raconte son histoire, son besoin d'aider les autres</li></ul>	
<ul style="list-style-type: none"><li>• Histoire de vie, parcours très intéressant</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Impressionné du parcours de tous</li></ul>
<ul style="list-style-type: none"><li>• Ressenti par rapport au vécu du LV</li></ul>	
<ul style="list-style-type: none"><li>• Deuxième parcours de l'auteur, comment il a pu sortir du trouble et trouver un équilibre</li></ul>	

# Questions / Commentaires

- ▶ Oui, les cours m'apporteront peut être les réponses
- ▶ Autisme et TCA
- ▶ Elargir le projet à d'autres services/structures
- ▶ Plus de Livres Vivants

# Retour sur la bibliothèque vivante

IUT de Rambouillet

Jeudi 13 février 2025



BV IUT de Rambouillet Février 2025





# Retour des lecteurs

Total de 34 lecteurs ce jour là.

30 lecteurs ont pu répondre au questionnaire proposé.

4 lecteurs ont du aller en cours sans avoir le temps de répondre

7 livres étaient présents ce jour-là

6 livres ont pu répondre au questionnaire

- ▶ 32 étudiants n'avaient jamais entendu parler de Bibliothèque vivante auparavant
- ▶ 2 en avaient entendu parler à un forum sur la santé mentale
- ▶ Chaque livre a été emprunté par 3 à 8 lecteurs

# Appréciation de l'idée de la BV

1 - pas du tout 5- énormément

- ▶ 24 ont répondu avec une note de 5/5
- ▶ 4 personnes ont répondu avec une note de 4/5
- ▶ 1 personne a répondu avec une note de 6/5 !
- ▶ 1 personne a répondu avec une note de 2/5

*« c'est très intéressant de rencontrer des gens qui parlent de la santé mentale sans tabou et en le positivant »*

*« c'est très interactif »*

*« les personnes écoutées sont très intéressantes mais le livre n'est pas le bon vecteur de leurs histoires »*

# Appréciation de la sélection de livres présentés

1 - pas du tout 5- énormément

- ▶ 23 lecteurs ont mis une note à 5
- ▶ 7 lecteurs ont mis une note à 4

*« le temps était trop court et nous avons malheureusement été coupés au milieu de l'échange » « c'était trop court ! »*

*« j'ai apprécié l'interaction avec la personne qui racontait l'histoire »*

*« J'ai découvert ce qu'était la bipolarité au quotidien »*

*« C'était très touchant, j'ai adoré le côté partage d'expérience de vie »*

*« J'ai appris que la santé mentale n'est pas une faiblesse »*

*« J'ai appris que certaines émotions sont enfouies au point où on ne les voit plus, puis « noyées » on en sort plus sensible »*

*« La joie de la personne fière de son parcours à la fin du récit »*

# Recommandations des lecteurs ?

- ▶ 30 lecteurs / 30 questionnaires remplis recommanderaient les B.V à d'autres lecteurs

*« Je recommanderais la B.V pour ceux qui n'ont pas conscience que cela touche beaucoup de personnes »*

*« Les troubles psychiques ne sont pas assez discutés en société et donc souvent mal compris des gens, donc c'était super d'en discuter »*

*« C'était une expérience très enrichissante »*

*« Cela permet de s'ouvrir l'esprit et la sensibilisation »*

# Les sujets que les lecteurs aimeraient aborder

- ▶ Les troubles de l'attention (TDA - TDAH)
- ▶ Les troubles de la personnalité
- ▶ L'obésité
- ▶ Tout handicap

# Retour des livres

3 livres ont été lus par 3 lecteurs

1 livre à été lu par 7 lecteurs

2 livres ont été lus part 8 lecteurs

Les livres ont accepté de prendre des petits groupes d'étudiants, et ce jusqu'à 5 personnes sans que cela pose problème, bien que ce ne soit pas le cadre proposé par la B.V

- ▶ Est-ce une bonne expérience ?  
(1 très mauvaise, 5 très bonne)

4 livres sur 5 ont mis une note à 5

2 livres sur 5 ont mis une note à 4

*« Le parfait n'existe pas »*

- ▶ Impression au sujet des lecteurs (1, pas du tout intéressé, 5 intéressés, attitude sincère...)

5 livres ont mis une note à 5

1 livre a mis une note à 4

- ▶ Soutien apporté par les organisateurs et bibliothécaires : (1- parfaitement inutile, 5- très utile)

5 livres ont mis une note à 5

1 livre a mis une note à 4

*« plus d'informations au niveau de la bibliothèque universitaire »*

# Quels bénéfices en ont-ils tiré?

- « Je me sens utile à rendre familière la santé mentale »
- « Je me rends conscient des progrès »
- « J'ose parler de ce sujet, qui est plutôt tabou, source de rejet »
- « La sensation d'aider les autres par mon expérience »
- « Le plaisir de parler de mon évolution pour transmettre un savoir à mes lecteurs »
- « Un côté positif, de la bienveillance de l'écoute »
- « De la réassurance, de l'ouverture d'esprit »
- « L'acceptation de la maladie »
- « De la modestie »

# Les difficultés du rôle de livre

« Commencer à parler de ce sujet, d'ailleurs, dans la deuxième lecture, j'ai commencé à parler d'autre chose »

# Prêts à recommencer?

- ▶ 5 livres sur 6 ont répondu OUI
- ▶ 1 livre n'a pas répondu

# Propositions pour améliorer la prochaine B.V

- ▶ « Les livres pourraient avoir un badge ou une étiquette : Livre vivant »
- ▶ « Les alpagueurs pourraient avoir un badge ou une étiquette : Bibliothèque vivante »
- ▶ « Mettre des photos des livres sur le catalogue »

# Organisation & Questions

- Communication au sein de la structure d'accueil : développer une campagne de sensibilisation en amont de la BV
- Accueil :
  - table suffisamment grande pour disposer les documents (feuille gestion des lecteurs, résumés des LV, documents sur les personnalités publiques présentant des troubles psychiques, documents sur les troubles psychiques, la prévention... )
  - Buffet convivial pour l'équipe des BV, et les lecteurs (Café, thé, gâteaux)
  - Intégrer un portrait (avatar ou photo) dans le catalogue des LV
- Les LV :
  - Acceptent ou non plusieurs lecteurs en même temps
  - Disposent ou non d'un texte support à leur intervention orale (texte entier ou mots clé sur téléphone)

- Les lecteurs : certains ont besoin d'une présence rassurante d'un bibliothécaire à côté d'eux lors de la rencontre avec le LV
- Comment susciter plus d'intérêt pour la lecture d'un LV par le public ?

### Analyse des questionnaires

- ❑ proposition de simplification du questionnaire lecteur avec 3 mots pour résumer impressions et ce qui est retenu pour réaliser un nuage de mots plus lisible.
- ❑ en intersectoriel : quelle organisation pour exploiter au mieux les résultats des questionnaires