

Les amies

Réflexions

Défi

Empreinte

Présence

Amour

Walking

La retraite

Regard

Home

La tendresse

Observation

Gratitude

Oser

Révélant

Pandémie

**VOIR LA VIE
AVEC DES YEUX D'AINÉ·E·S**

**SEEING LIFE
THROUGH THE EYES OF THE ELDERLY**

Oser

Nicole T. Senez

Date 7.2.21 Heure/Time 16:00

Lieu/Place à LA MAISON

Sujet/Subject ÉCHEC (JEU)

Description

Dimanche après midi, c'est l'heure de la détente, de l'apéro. Je joue aux échecs.

C'est une récente découverte et j'en suis devenue accro ! L'apprentissage de ce jeu de stratégie me cause problème dû à mon déficit au niveau du sens de l'orientation. Même aux échecs, j'en perçois des répercussions. Je dois donc mettre les bouchées doubles.

Qu'importe si ma progression... est lente, le plaisir d'apprendre est au rendez-vous.

L'important c'est la satisfaction que je retire de cette pause bonheur. Je suis sereine lorsque je joue et cela est un petit bonheur, une perle dans ma journée.

Cette photo est représentative de ma perception de la vie car il faut oser recommencer encore et encore pour développer une certaine habileté au jeu. J'ai eu le goût d'apprendre à jouer aux échecs même si de prime abord j'avais l'impression qu'il était pour les intellos ce qui est loin de mon cas. Je m'étais mis en tête que ce n'était pas pour moi, j'avais créé inutilement une barrière, un frein. Heureusement, ma curiosité l'a emporté et j'ai voulu comprendre comment déceler les embûches et bouger les pièces pour obtenir un résultat positif. C'est ça la vie, c'est se donner la permission de flancher pour mieux avancer. C'est apprendre à **vivre sa vie** et non celle que l'on pense nous être attribuée.



Photo: Risa Hatayama

Date 8.2.21 Heure/Time 13:30

Lieu/Place Banque Alimentaire

Sujet/Subject Bénévolat

Description

Lundi, c'est jour de bénévolat dans une banque alimentaire. Je me sens utile. Ma tâche consiste à préparer des boîtes de nourritures et à accueillir les gens qui viendront les chercher en cours d'après-midi. Je suis valide et en forme, il est donc important que je participe de façon constructive à la société. Ma journée terminée, je suis fatiguée, contente et fière d'avoir été un maillon de cette chaîne d'entraide. Parfois je me demande si cette implication ne serait pas davantage pour mon bénéfice compte tenu de la satisfaction qu'elle me procure. Outre ce questionnement, je me plais à penser que c'est l'action qui compte et qu'il importe ce qui la sous-tend. J'ose espérer que c'est davantage pour les autres honnêtement pour l'instant je ne suis pas certaine de la réponse.



Date 9-2-21 Heure/Time 11:30

Lieu/Place Salon de Lecture

Sujet/Subject Lecture

Description

J'aime me faire raconter des histoires alors la lecture de romans me comble de plaisir. C'est sans remords que j'en profite confortablement blotti, disponible à l'imprévu. Lire, c'est un moment d'évasion, c'est un espace-temps, de détente où un monde imaginaire s'ouvre à moi. Le quotidien, la routine prend une pause. Je découvre un univers coloré de personnages, de lieux, de contes grâce aux talents de différents auteurs. Voir la vie à travers les yeux d'autrui (les êtres fictifs des romans) provoque l'occasion de réfléchir, de sourire, d'entendre d'autres points de vue. La lecture c'est un voyage virtuel sans limites, un monde de sensibilité. C'est une façon reposante de vivre par procuration et ce sans risque, sans conséquence quel luxe! la belle vie quoi!



Date 13.2.21 Heure/Time 15:00

Lieu/Place BUREAU

Sujet/Subject TRAVAIL

Description

Au boulot, au bureau c'est ma vie d'avant, une vie en accélérée. C'est action, action, action. J'aime cet étourdissement mais pourquoi???? Je ne suis pas encore tout à fait prête à tirer un trait sur cette vie là. Je ne comprends pas que je doive m'arrêter (retraite, pression sociale compte tenu de mon âge). J'ai donc cherché et trouvée un travail à temps partiel 2 jours semaine. J'ai peur du vide, de tout ce temps à meubler. C'est le moment de me poser les bonnes questions. Il me faut trouver ce que désormais je veux faire, d'en prendre réellement conscience et d'agir en conséquence. La valorisation de soi n'est pas l'apanage du travail rémunéré. Je dois oser une nouvelle orientation basée sur mes désirs enfouis dans mon subconscient. Je me dois de les déterrer. C'est toute une tâche, une étape colossale! C'est mon avenir



Date 14.2.21 Heure/Time 15:00

Lieu/Place MA Cuisine

Sujet/Subject "CUISINER"

Description

Cuisiner, c'est un geste répétitif à technique variée que l'on opère de multiples fois. Maintenant que j'ai le luxe du temps la routine des plats ne fait plus parti de mon répertoire culinaire. Quelle satisfaction, moi qui suis un peu gourmande disons épicurienne... Je me plais à découvrir de nouvelles saveurs, de nouvelles combinaisons d'ingrédients. Je suis généralement enchanté du résultat si non qu'à cela ne tienne puisque je cuisinerai à nouveau sou peu considérant que l'on a l'habitude de prendre 3 repas par jour. À l'automne de ma vie, cuisiner est devenue une source d'accomplissement et non une obligation. Cuisiner sous tend des plaisirs gustatifs, olfactifs et visuels et contribue à l'éveil des sens. L'environnement dans lequel se partagent les plats préparés génère souvent une gamme de souvenirs précieux, tout un bonus! Cuisiner, c'est ma façon de dire haut et fort je vous aime et ce sans parler.



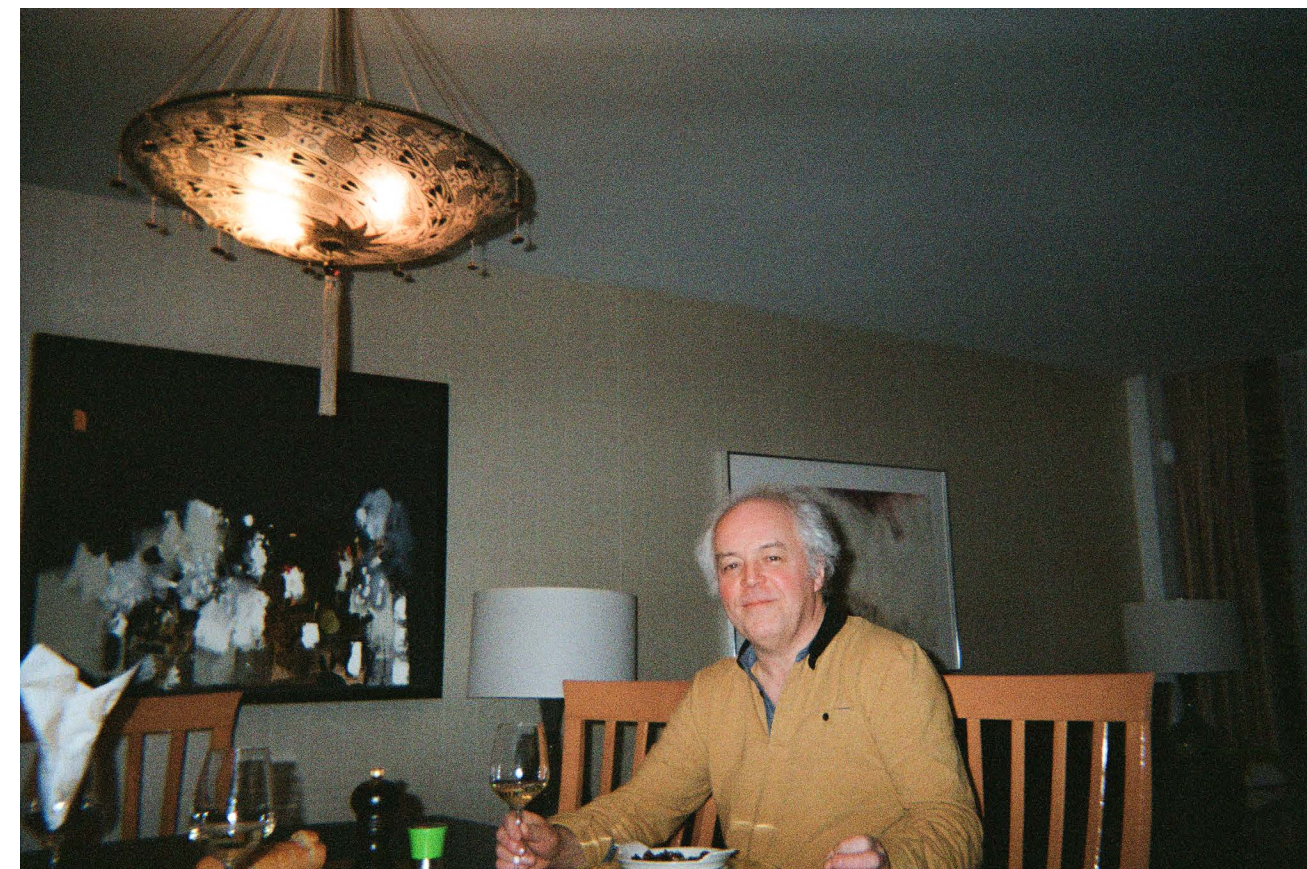
Date 14.2.21 Heure/Time 18:00

Lieu/Place SALLE À MANGER

Sujet/Subject A Mook

Description

J'ai la chance d'avoir vécu toute ma vie entourée d'amour et de tendresse. Jeune adulte, je rencontre mon futur mari qui me réchauffera de sa flamme durant 33 ans (jusqu'à son décès) et dont je serai la muse. Malgré une douleur, un deuil difficile, je crois toujours à l'amour et je décide de faire confiance à la vie. Sur ce nouveau sentier de veuve, je tends les bras au bonheur et rencontre des hommes charmants qui confirmeront que la volupté existe sous différentes formes tout comme la sexualité qui glisse doucement vers la sensualité. Nouvel âge, nouveau mode d'expression tout aussi séduisant et significatif. Aujourd'hui je jouis de la vie avec un partenaire exceptionnel, avec qui j'ai envie de vieillir dans la sérénité et l'amour évidemment!
Le cœur demeure un enfant, jusqu'à ce qu'il arrête de battre ce qui me réconcilie avec le processus de vieillissement. J'aime, tu aimes, je t'aime



Date 16.02.21 Heure/Time 11:00

Lieu/Place CHEZ-MOI

Sujet/Subject OPÉRA

Description

C'est un art que j'ai découvert il ya 10 ans à peine. Évidemment pour moi, ce n'est pas une activité quotidienne mais il n'en demeure pas moins qu'elle me comble d'étonnement, d'admiration face à des artistes accomplis. Écouter et voir un opéra c'est avoir accès à une écriture scénique, musicale et souvent dramatique hors du commun. N'ayant aucune formation musicale, j'ai été surprise d'être conquise dès ma première représentation. Quelle chance que de bénéficier d'un tel spectacle sans qu'aucun pré requis ne soit nécessaire pour l'apprécier. J'ai besoin qu'il y ait dans ma vie un équilibre entre la découverte et la routine. L'opéra comble, en partie, la portion découverte. L'opéra était mon agenda de façon régulière mais pandémie oblige..... Alors, on vie, je vie au ralenti! Heureusement ce n'est que partie remise. C'est donc un plaisir à venir.

→ A



Date 17.02.21 Heure/Time 14:00

Lieu/Place CHEZ MA MÈRE

Sujet/Subject MA MÈRE

Description

Quel plaisir que de prendre le thé avec ma mère âgée de 92 ans et de partager entre autre des rires, des sourires. Malgré tout, je suis triste et un peu troublée devant le reflet de ma propre fin, Au cours des ans, j'ai vu cette femme évoluer, s'affranchir, faire son chemin à travers les épreuves et les joies du quotidien. Je n'étais et ne suis pas toujours d'accord avec ses prises de positions mais en tout temps mon amour lui est à jamais acquis. Ma mère c'est le point de jonction de la famille, notre essence, notre phare. C'est aussi à travers elle que nous recevons les nouvelles de tous et chacun. C'est notre petit journal à nous et quelle journaliste elle fait. Je suis fière d'être sa fille.

→ ENTRE



Date 21.2.21 Heure/Time 8:30

Lieu/Place CHEZ MOI

Sujet/Subject MA MAISON

Description

La maison, c'est mon refuge, mon cocon, ma chaumière, mon havre de paix. C'est tellement plus qu'un toit c'est ma sécurité, j'y suis franchement bien. Je suis toujours contente de franchir ma porte d'y déposer mes pénates, d'embrasser du regard mon environnement. J'espère qu'il me ressemble et que quiconque y viens, y décèle mes vibrations. Avec les années, tout comme moi, mon décor s'est transformé, adouci. Je me suis permise d'ajouter des tableaux car l'art prend davantage d'importance dans ma vie maintenant que mes responsabilités financières se sont allégées, les enfants ayant maintenant leur propre toit. C'est un des privilèges de vieillir ! Ma maison, c'est mon iglou où je me sens au chaud qu'importe la température extérieure ou intérieure.



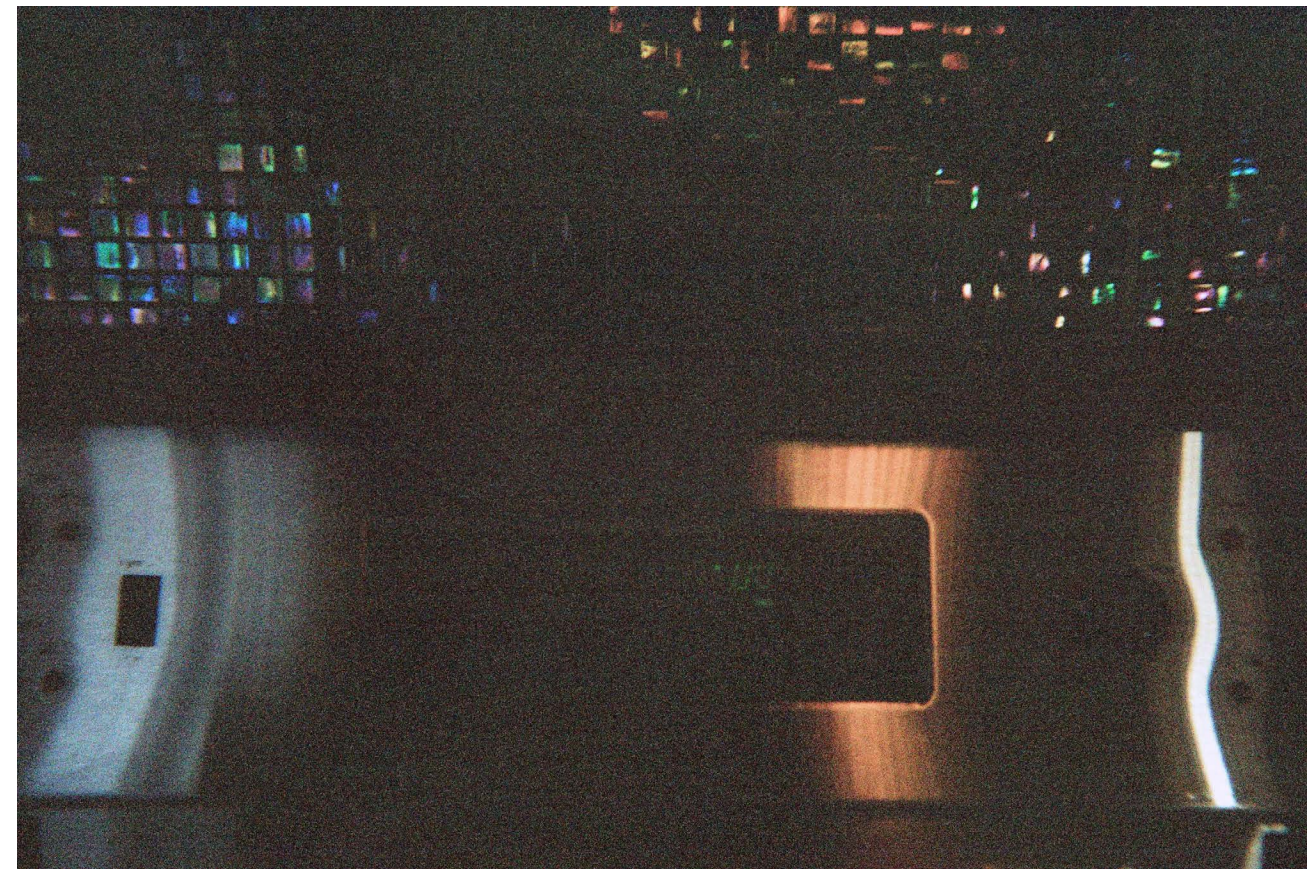
Date 21.2.21 Heure/Time 7:00

Lieu/Place dans LA cuisine

Sujet/Subject 7:00

Description

Un simple chiffre sur le cadran. C'est presque une grâce matinée que de se réveiller à cet heure-là. Le jour a déjà déployé sa lumière et je suis là à me prélasser. Sans obligation de temps, je peux décider de mon horaire et vaquer à mes activités selon mon bon vouloir. Le temps est précieux, il me file entre les doigts et malgré tout c'est dans le calme absolu, sans aucune précipitation, un café à la main que je salue ce nouveau jour. Quelle richesse que de décider de son temps et d'en être consciente.



Date *23.2.21* Heure/Time *13:00*

Lieu/Place *Maison*

Sujet/Subject *MÉNAGE*

Description

C'est fastidieux, toujours à recommencer, une véritable malédiction mais on doit admettre qu'un bon coup de balai ça fait du bien. Comme la majorité des gens, je n'aime pas faire le ménage mais j'apprécie le résultat : ça sent bon, ça respire mieux. Pour m'encourager, je me dis qu'une séance d'entretien ménager vaut bien une visite au gym !, cette vision me donne bonne conscience. Aujourd'hui c'est parti, je sors la balayeuse, les chiffons pour les vitres et miroir et ceux pour épousseter, le saut à plancher à l'attaque. A bat les moutons de poussière et tout autres saletés. J'ai gagné la bataille, tout brille ou presque (mon jugement est biaisé car je sais avoir fait certains coins ronds, je suis douce envers moi-même)



Date 24.2.21 Heure/Time

Lieu/Place MAISON

Sujet/Subject MES FILLES (2)

Description

C'est à mon tour d'être mère, j'ai la trouille devant une si grande responsabilité. Jamais, je ne me suis sentie à la hauteur des exigences qu'implique être une maman. Cette peur me colle à la peau et ce depuis le premier jour de chacune de mes filles (2). Je doute de mes compétences, de mes capacités à les guider vers leurs objectifs, leurs projets de vie. Ce que je sais et ressens pour elles, c'est un amour indéfectible que jamais rien ne pourra altérer. Elles sont merveilleuses, elles respirent le bonheur. Ce sont des femmes fortes, des guerrières que les batailles n'affaiblissent pas. Elles sont toutes les deux à la tête d'une armée de vainqueur, leur famille respective. Je suis reconnaissante de leur présence dans ma vie. Elles sont mes couleurs à la vie à la mort et ce n'est même pas un cliché !



Date 24.2.21 Heure/Time

Lieu/Place Piscine

Sujet/Subject Aqua Forme

Description

Je ne suis pas sportive, mais j'aime bien jouer, m'amuser. Me sentir légère dans l'eau c'est bien agréable pour quelqu'un qui se bat régulièrement avec son poids. En bonus, au niveau de la transpiration c'est sans soucis car, je préfère l'odeur du chlore à celle de la sueur. Curieuse, je me suis inscrite il y a près de 3 ans à cette activité. Ce fut une belle découverte, le plaisir est toujours au rendez-vous hebdomadaire. C'est devenu ma façon tout en douceur de me mettre en forme, c'est un bain de jouvence ! Vite la fin de la pandémie que je me remette au pas ou plutôt à l'eau.

→ BELLE



Date 24.2.21 Heure/Time 17:00

Lieu/Place CHEZ MOI

Sujet/Subject COQUETTERIE

Description

Oui, je vieilli mais pas question de baisser les bras et de négliger mon apparence. Prendre soin de mon allure c'est une façon de me donner de l'assurance et de bien démarrer ma journée. La coiffure, le maquillage et surtout un sourire sincère sont des alliés très efficaces. Je me fais un devoir d'incorporer ces éléments à ma routine quotidienne. Le temps malgré mes efforts fait des ravages d'où l'importance de livrer bataille pour en retarder les signes inévitables entre autres celle de la loi de la gravité. Mon miroir me confirme déjà la chute des joues, des seins est bien réelle, qu'importe avec une bête tête on oublie ou on fait semblant d'oublier le reste. Je persiste donc à cultiver la coquetterie ça m'aide à surmonter la pente descendante !



Date 25.2.21 Heure/Time 12:00

Lieu/Place à La Fenêtre

Sujet/Subject NEIGE

Description

Que c'est beau et froid l'hiver au Québec. C'est une affirmation facile à faire surtout bien au chaud, un café à la main, blotti sous les couvertures. Les flocons dansent et virevoltent puis se déposent en dentelle sur les arbres afin d'ajouter un peu de fantaisie au manteau blanc qui couvre le sol. C'est un cadeau du ciel ! La neige est un peintre, un artiste hors pair qui multiplie les tableaux au gré de sa créativité pour notre plus grand plaisir. Toutefois, il peut, accompagné de sa compagne la glace, être facétieux et causer quelques dommages collatéraux. J'aime l'hiver mais vue de l'intérieur au travers de ma fenêtre. Je laisse le pelletage et autres tâches du même acabit aux volontaires moi, je retourne me verser un bon café. Que la vie est douce, chaude et belle lorsque l'on peut régler le thermostat au degré de son choix et laisser l'hiver dehors faire son chemin enneigé.



Date 26.2.21 Heure/Time

Lieu/Place PASIE DE RECYCLAGE

Sujet/Subject RECYCLAGE

Description

Un bac de recyclage pour les papiers et le carton, un pour le verre, les bouteilles, le plastique, un pour les vêtements, un bac de compostage pour les déchets alimentaires, ça n'en fini plus ! Les poubelles c'est devenu toute une logistique et si encore on pouvait avoir confiance que le tout était vraiment recyclé, acheminé au bon endroit. Moi, j'en doute... Je suis délinquante et je m'en confesse le tri de toutes ces matières sont souvent négligé de ma part. Je sais, chaque geste compte, je manque de discipline. Dans mon temps (parole de vieille...) on jetait tout au dépotoir sans aucun remord sans même penser aux conséquences. Aujourd'hui, je réalise être coupable de mon manque de considération pour la planète. Il m'est difficile de changer des habitudes ancrées depuis des décennies. Ce n'est toutefois pas une raison pour ne pas m'investir dans les poubelles. Désormais, je m'impliquerai à m'astreindre à la corvée du recyclage. Murir c'est aussi s'améliorer, j'ai beaucoup de chemin à faire... Le premier pas est fait... j'ai pris conscience de mon insouciance. Je vais tenter de réparer mes fautes. (maudit recyclage !)



Date 27.02.21 Heure/Time 13:00

Lieu/Place STATIONNEMENT

Sujet/Subject VOITURE

Description

Une automobile, c'est utile et pratique. Par nécessité, j'ai récemment changé de véhicule car ma voiture précédente n'était plus que tracas et un gouffre financier compte tenu des multiples réparations à payer et cela après seulement 14 ans de loyaux services..... J'apprécie le sentiment d'indépendance qu'une voiture me procure. Je suis libre de mes allées et venues à l'heure qui me plait et ça c'est important pour mon autonomie. Il y a fort à parier que mon sens de l'orientation étant nul et qu'un GPS m'est indispensable pour aller du point A au point B que cela contribue au fait que plaisir n'égaie pas conduire. Malgré tout, il n'est pas question que j'abandonne le renouvellement de mon permis de conduire. Une auto c'est un plus dans ma vie. Je sais qu'il serait dans mon cas, plus rentable, plus économique d'utiliser les services d'un taxi plutôt que d'avoir ma propre voiture mais... La logique n'est pas toujours au rendez-vous lorsqu'il s'agit de faire des choix de vie. J'assume! je me déplace au volant de ma petite beetle et je suis bien contente. C'est à mon avis l'essentiel.



Date 28.02.21 Heure/Time 13:30

Lieu/Place SALON

Sujet/Subject TÉLÉPHONE, INTERNET ORDINAIRE

Description

Quelles belles inventions, elles constituent un pont entre gens et choses, une mer d'information, un océan de tout et de rien. La technologie représente souvent un pas en avant, un défi à relever. Toutefois, encore faut-il se donner la peine de s'initier à ces outils et ne pas en devenir esclave. Question téléphone, il n'y a aucun danger à cet effet, j'en suis encore à la ligne fixe un peu pas mal dinosaure comme façon de faire. Quant aux ordinateurs et à l'internet, j'ai une base qui me permet de voguer sur la vague mais j'aurais avantage à développer mes connaissances pour "surfer" convenablement, j'en connais juste assez pour me sortir la tête de l'eau. Il serait temps que j'apprenne à nager. Le temps consacré à l'ordinateur s'écoule à une vitesse folle, j'en perds parfois la notion. Un peu d'ordi sur une ase hebdomadaire et me je sens de mon temps... (mes filles me voient plutôt à l'âge de pierre). Que m'importe un jour je ferai la transition vers l'ère moderne mais pour le moment ça me va et pour moi c'est l'important.



Date 26.2.21 Heure/Time 14:00

Lieu/Place CHEZ Moi

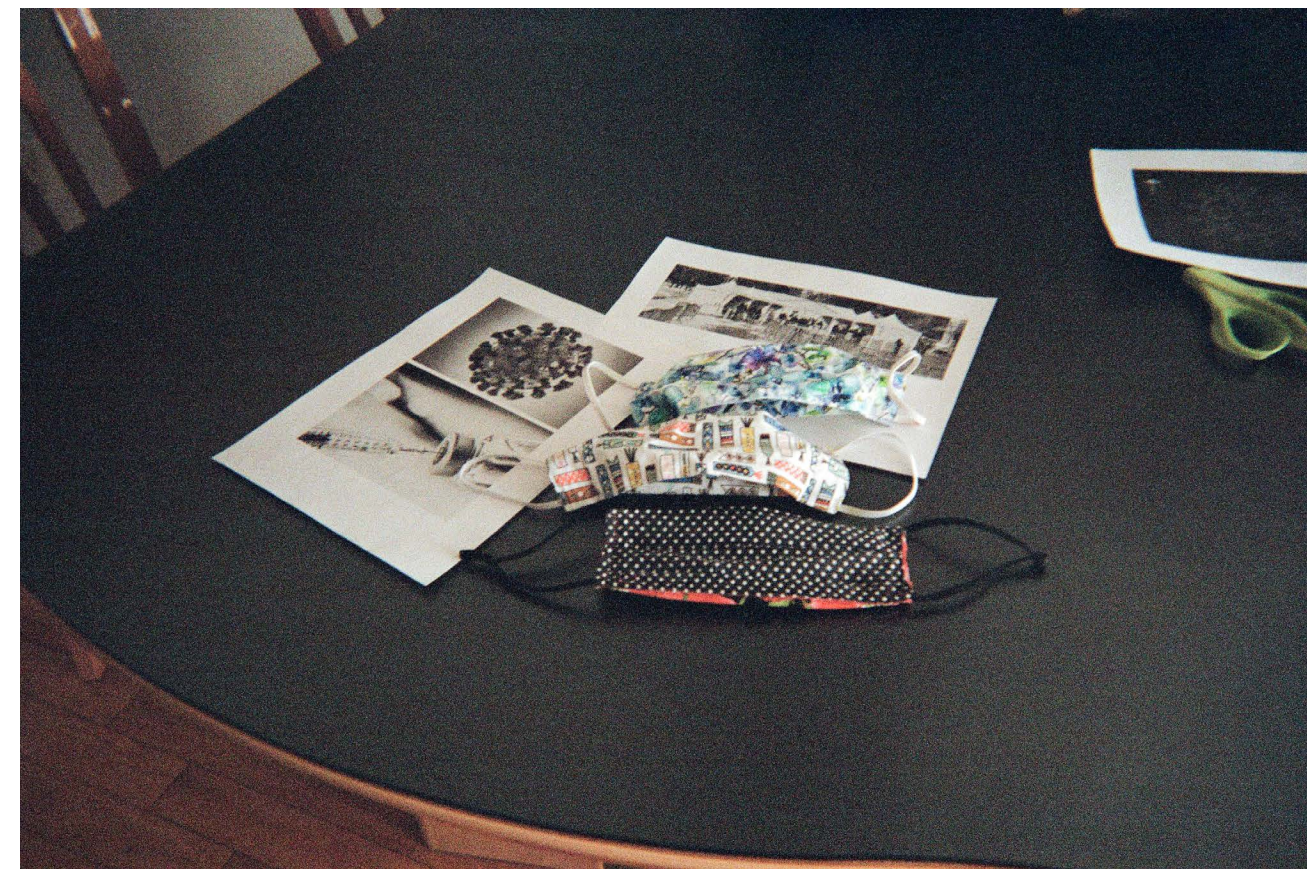
Sujet/Subject PANDEMIE - COVID-19

Description

Un simple virus qui entraîne une pandémie n'était pas prévu dans nos quotidiens ! Le confinement, ça se vit comme une prison à domicile, un mal nécessaire un incontournable, un retrait de la vie sociale, un avant-goût de nos limitations à venir compte tenu du déclin de nos capacités physiques et peut-être intellectuelles (j'ai peur de l'Alzheimer). Ces restrictions imposées qui nuisent à notre qualité de vie constituent des éléments de survie. Je comprends, qu'il est impérieux de suivre les consignes dictées et j'y adhère. Toutefois, il n'en demeure pas moins qu'exister (c'est l'impression que j'ai au lieu de vivre) pratiquement entre nous quatre murs et ce, depuis belle lurette c'est démoralisant. Le sourire des miens, des gens de mon entourage et même des purs étrangers me manquent. J'ai hâte de recevoir, de sortir de ma tanière, d'être parmi la foule sans crainte et sans masque. L'insécurité engendré par la pandémie est insidieuse, espérons qu'elle s'évanouira dès que nous aurons endigué la covid-19 et ses variant Vite le vaccin et l'immunité collective pour que l'on soit à l'abri de la tempête.

↳ PARMI

↳ NOS



Date 28.02.21 Heure/Time 15:00

Lieu/Place CHEZ MOI

Sujet/Subject TÉLÉVISION

Description

La télévision, cette boîte à image me procure de bons moments de détente, C'est mon mode d'évasion passive par excellence. J'ai même substitué le journal papier par celui télévisé oui, oui, ma paresse va jusque-là. J'en conviens, la transition vers le numérique est de qualité inférieure puisque les nouvelles sont communiquées sous forme abrégées mais ça me va. A la fin d'une journée, j'aime bien relaxer devant la télé et faire fi de toutes autres obligations. Je me plais à regarder et vivre diverses émotions (peur, joie, tristesse etc.) via le jeu des acteurs au petit écran. Ça fini tellement bien une journée que la majorité du temps de m'endors au cours des émissions. Pour pallier à cette situation, j'enregistre mes séries préférées et je peux donc les écouter à nouveau si le marchand de sable a passé trop tôt. La télé, c'est mon somnifère économique et infaillible.



Date 3.21 Heure/Time 14.00

Lieu/Place Salon de lecture

Sujet/Subject FLEURS

Description

J'aime les fleurs, elles représentent la délicatesse, l'harmonie. Elles combinent les plaisirs de la vue, de l'odorat et du toucher délicat. Lorsque je reçois une seule fleur ou un bouquet, je conclus que je suis importante pour quelqu'un et cela me comble de joie. Pourquoi attendre que l'on me dise avec des fleurs que je suis appréciée... Je considère que j'ai le droit et le devoir de me faire plaisir et de m'entourer de beauté. Dans cet esprit, j'ai décidé de m'abonner à une livraison hebdomadaire de fleurs pour la saison estivale. Ce sera un bel été fleuri ! En passant ma fleur préférée est la pivoine. Se faire plaisir, combler ses propres besoins commence par des gestes personnels de bonté envers soi, ça devrait toujours être une préoccupation quotidienne, Je vais désormais m'y appliquer.



À propos / About

Nom / Name

Âge / Age

NICOLE A. SENEZ

66

Je suis une femme dynamique retraitée, un nouveau statut qui m'est difficile d'assumé, car s'arrêter dans une société qui valorise l'action, la réussite et la jeunesse ce n'est pas évident. Je suis de nature positive et joviale. Je suis en faveur de l'optimisation maximale du temps. Facile à dire lorsque l'on travaille à temps plein et que l'on court sa vie !

La retraite c'est un revirement de situation à 360°. Ta vie comme tu l'as toujours connue, elle se termine du jour au lendemain. Présentement je suis en zone grise, en zone recherche, en questionnement.

La nouvelle gestionnaire de temps libre en moi se sent incompétente face à tout ce temps, ce vide à combler. Heureusement, je suis une battante je vais trouver des solutions.

Je suis optimiste J'aimais la couleur de ma vie avant ce bouleversement je vais donc travailler à dissoudre ce brouillard qu'est cet inconnu la retraite afin, d'incorporer de nouvelles teintes rafraichissantes à mon décor intérieur.

Maintenant, que j'ai porté un œil attentif à mon quotidien, je réalise que ma retraite, c'est une banque de temps, il n'en tient qu'à moi de développer mes talents de planificateur et d'en profiter selon mes goûts. Je peux en tirer profit, jouir de mes investissements de temps ou bien laisser la banque m'organiser, ça il n'en est pas question. C'est décider ma retraite sera oser prendre des décisions, faire de nouvelles expériences en fonction de mon nouveau moi. Ma devise sera : Oser vivre ma vie !

VOIR LA VIE
AVEC DES YEUX D'AINÉ·E·S

SEEING LIFE
THROUGH THE EYES OF THE ELDERLY

2021

Je tiens à remercier tou-te-s les participant·e-s et l'équipe de Dazibao de l'effort déployé pour rendre ce projet possible. Je remercie également le Conseil des arts du Canada ainsi que la Ville de Montréal et le gouvernement du Québec dans le cadre de l'Entente sur le développement culturel de Montréal pour leur soutien.

I would like to thank all the participants and the Dazibao team for the effort invested in making this project possible. I also thanks the Canada Council for the Arts, and the Ville de Montréal and the Gouvernement du Québec in the context of the Entente sur le développement culturel de Montréal for their support.

Risa Hatayama

André Benoît
Bérangère Nolet
Christian Chabert
Danielle Barbeau
Danielle Chagnon
Francis van den Heuvel
Lesley Charters Cotton
Lise Limoges
Marie Caron
Martin Duckworth
Michel Demers
Nicole Demers
Natercia Rodrigues
Nicole T. Senez
Pierre Chevalier
Yves

UN PROJET DE / A PROJECT BY
RISA HATAYAMA