



Floréa' lignes

Année 2007, n° 1

31/01/2007

DANS CE NUMÉRO :

Vacances à Agde	P 2
Marché de Noël	P 2
La nouvelle année	P 3
Épisode de ma vie	P 3
Recettes	P 3
Photothèque	P 4
Poèmes et conte	P 5
Noël à Floréal	P 5
Repas libanais	P 5
Photothèque	P 5
Mots de tête	P 6

Le mot du président

Floréal, jeune association, accueille des personnes souffrant de troubles psychiques. Elle propose des activités ayant pour objectif de soutenir les personnes dans l'accomplissement de leur projet de vie en favorisant leur participation. J'estime capital de mettre la personne en premier plan, en respectant sa personnalité, ses désirs, ses compétences et sa façon de vivre.

Le GEM (Groupe d'Entraide Mutuelle) que l'association vient d'obtenir a permis de développer ces activités (culturelles, sportives...) dans un engagement libre et volontaire.

J'aimerais que tous ensemble et pour l'épanouissement de chacun, nous continuions à soutenir notre projet. Voici donc le premier numéro de Floréa'lignes, fruit d'un travail important avec les

participants du GEM, fidèles à nos activités. En espérant la continuité de cet événement, les rédacteurs de ce journal et moi-même, adressons nos meilleurs vœux 2007 à tous les lecteurs. Nous invitons d'autres personnes à se joindre à nous pour faire de ce journal trimestriel le reflet de moments de vie personnels ou partagés.

Jean-Pierre Baud.

Président de Floréal

Réflexions...

Fini le temps où lorsqu'on entrerait dans un hôpital psychiatrique, il semblait que l'on en sortirait jamais. En dix ans, la durée moyenne des séjours a diminué de moitié grâce à différents traitements thérapeutiques et également à la prise en charge à la sortie de l'hôpital par des structures non médicalisées qui offrent différentes activités culturelles, sociales, pour retrouver une vie « entre guillemets » « comme tout le monde ».

C'est ce que Floréal essaie de faire.

Accueillir dans un esprit

d'entraide et de solidarité toute personne confrontée à des difficultés psychiques.

Offrir un lieu de rencontres où l'on peut toujours trouver quelqu'un à qui parler.

Proposer la réalisation de projets qui permettent aux membres de prendre des responsabilités.

Organiser des activités d'ordre culturel qui favorisent l'ouverture aux autres et sur la ville.

Aider et non assister. Promouvoir l'intégration. Ne jamais classer « l'autre » dans la catégorie

« différent ». C'est dans la communication et les relations que s'organise l'accès de chacun à la maîtrise de sa propre histoire.

Toujours maintenir une vigilance vis-à-vis du regard porté sur « l'autre ». Regard qui conditionne inévitablement son développement. Il faut sans arrêt remettre en question nos logiques personnelles et repenser « l'autre » dans sa propre dignité.

Ghislaine Baud.

Association Floréal
48b, rue de Belfort
25000 Besançon
03 81 47 12 96
08 79 52 51 06
floreal.handicap.psy@wanadoo.fr





Vacances à Agde

Il m'est difficile, voire impossible de parler de l'association 'Floréal' sans évoquer le séjour à Agde du 08 au 15 juillet 2006, de 9 adhérents encadrés de 3 accompagnatrices : Delphine, Aline et Séverine. La partie était loin d'être gagnée d'avance lorsque Jean-Pierre Baud nous a soumis le projet, et ensuite lors de la réunion préparatoire. Offrir des vacances à 9 participants relevait de l'utopie. Mais grâce à des bénévoles déterminés qui surent convaincre des sponsors. Qu'ils soient tous ici remerciés, le projet était mis sur orbite, restait à le mener à bien.

Et c'est ainsi qu'au petit matin du 08 juillet, personne des 5 hommes, 4 femmes et 3 « ine » bien difficiles à reconnaître puis à connaître, ne manquait à l'appel. Le voyage fut assez long dans un minibus et un kangoo (rou, roux) Après plusieurs pauses et un voyage de 10 heures ce fut l'arrivée à Agde au relais 'Batipaume', notre lieu de vie pour une semaine. Les cigales, l'odeur des pins ; nous y étions enfin. Après, tout s'enchaîna très (trop) vite dans la bonne humeur, la convivialité, le respect mutuel,

ainsi que celui plus souple des horaires. C'est le début d'une histoire d'amitié comme je souhaite à beaucoup de vivre. Les repas étaient tous pris à l'extérieur (sans corvée de vaisselle). Nous étions très occupés entre la piscine, le minigolf, les parties de pétanque et de scrabble (jugées trop ardues par certains avec le soleil qui tapait sur nos têtes). Nous sommes allés plusieurs fois à la mer, avons visité le fort de Brescou, Carcassonne et ses merveilleux remparts, Agde, son marché, ses ruelles typiques, Sète, ville de Brassens (dommage le mémorial était fermé), l'aquarium d'Agde avec des poissons dont j'ai oublié les noms trop difficiles, mais multicolores comme le feu d'artifice vécu en premier plan sur le port de Cap d'Agde. D'ailleurs nous en avons profité pour nous restaurer en terrasse ; très agréable. Mais que de monde ! Il fallait être patient.

Après une courte nuit réparatrice, le lendemain fut consacré au rangement, nettoyage des chambres et au préparatif des valises. Moment ô combien pénible et difficile

pour tous. Le soir nous partîmes prendre un dernier pot au Grau d'Agde. La route du retour fût très longue à cause de nombreux embouteillages en ce jour de rentrée des premiers vacanciers de juillet. Les pauses furent assez nombreuses, tout se passa bien jusqu'à 30 kilomètres de l'arrivée, où une crevaison retarda le groupe. Mais sur autoroute, la conductrice du minibus, en l'occurrence Séverine, maîtrisa bien son véhicule. Puis la dépanneuse arriva et ce fût le retour à Floréal où nous attendaient Jean-Pierre Baud ainsi que des bénévoles et des membres de l'UFCV, avec boissons pour récupérer. Ce fût le dur moment de la séparation. Des larmes coulèrent lorsqu'on quitta les accompagnatrices. Chacun avait du mal à rentrer chez lui et être seul. Nous sommes partis 12, nous sommes revenus à vrai dire 1 et 1 seul. Les fondations de Floréal avaient été creusées avant ces vacances, elles étaient dorénavant consolidées, voire fortifiées. Merci à tous.

Nicole.



Marché de Noël

Le 11 décembre 6 participants (Benoît, Gérard, Pierre-Yves, Frédéric, Franck, un nouveau bienvenu et Nicole votre scripte) ainsi que Delphine, Liliane, plus rayonnante qu'un sapin de Noël et Françoise, nouvellement arrivée, sommes allés au marché de Noël de Montbéliard. Le voyage fut agréable dans un TER flamboyant neuf, ainsi que le repas pris dans une bonne ambiance, où chacun apprécia les frites et ... la sympathie des serveurs du « Petit Gavroche ».

Puis, sous la direction de Françoise, nous sommes allés de chalet en chalet au marché de Noël. L'invité d'honneur était le Pérou, et là j'avoue avoir été émerveillée (je ne suis pas la seule) par la beauté des travaux artisanaux des habitants d'Amérique latine. De véritables objets d'art aux formes et couleurs variées étaient exposés : des crêches en fécule de pomme de terre, instruments de musique... Certains ont craqué et acheté un cadeau pour ceux qui n'ont pu venir. Plus loin, dans une ambiance chaleureuse, chaque chalet retenait notre attention : spécialités gastronomiques, jouets, bijoux, vêtements, sculpture, cosmétiques, textiles, créations en verre... sans oublier les chalets où on pouvait se restaurer et s'abreuver. Après un long moment passé dans les allées de ce marché magique, le meilleur nous attendait. La nuit tombant, nous nous enthousiasmions, extasions, devant les illuminations, les lumières féeriques, les guirlandes scintillantes qui éclairaient les rues. Quel spectacle magnifique ! Nous étions au pays du Père Noël, dans un autre monde, incroyable ! C'était formidable. Delphine a pris des photos. Longtemps nous sommes restés pour admirer tant de beauté. Après avoir bu un bon chocolat, nous avons repris le train pour rentrer au bercail. Tout le groupe a été enchanté par cette journée. Merci à ceux qui ont eu l'idée de cette sortie et à celles qui nous ont accompagnés.

Nicole.

Marché de Noël ... suite et fin

En aparté

Arrivés à la gare de Montbéliard, ne voyant pas descendre certains amis j'ai pris autorité et me suis permis d'arrêter le train qui repartait en faisant signe au chef de gare. Les amis sont descendus à temps, bravo au chef de gare; Nicole a eu de la chance!

Benoît.

Les us et coutumes pour la nouvelle année

On célèbre la Saint-Sylvestre, généralement en famille ou entre amis, le 31 décembre au soir. À cette occasion, un banquet est servi et la plupart des convives fait le bilan de l'année qui s'achève et discute des bonnes résolutions qui seront prises pour la nouvelle année. Juste avant minuit, on se réunit pour le décompte. Au douzième coup de minuit, c'est la tournée des baisers sous le gui. Tous se souhaitent la bonne année. La fête se poursuit souvent tard dans la nuit avec des danses, des chants et des jeux. Dans plusieurs grandes villes d'Europe et d'Amérique, les feux d'artifice font partie de la fête.

Delphine.

Episode de ma vie

Guillerette et fraîche dès le petit matin, à la sortie d'une nuit impensable que je vous laisse imaginer, elle vint me prier de me lever tandis que je rêvassais. Peu ouverte au dialogue dans sa peau d'infirmière réservée et sur la défensive, j'imaginai un scénario susceptible d'aboutir sur une révélation sentimentale. Au petit-déjeuner, la pulsion me fit me déballer en lui faisant part de mes impressions face aux noirs que j'avais rencontré au Togo ; la fille au teint noisette semblait indifférente tout en écoutant d'une oreille sans se laisser débaucher. Aussi je lui expliquai que les Togolais tout

comme elle apparemment ne se laissaient pas envahir par le « noir » et savaient réagir en versant une larme pour retrouver le sourire. Ils savent toujours être à l'écoute de leur corps au jour le jour, gambadent avec aisance et nonchalance dans une insouciance due à l'absence de contraintes, et l'assurance d'une solidarité immuable entre les hommes de ce continent où l'humilité, vertu essentielle, rend les gens heureux quand ils n'ont pas envie de singer les blancs en achetant une voiture et un appareil photo pour monter en puissance. La vengeance (ou la reconnaissance) du noir sur le blanc est un plat qui se

sert froid ; aussi la culture de l'Afrique perpétuée par le mouvement rasta est acceptée dans tous les pays d'occident, Dieu merci. On peut alors parler d'échanges et non plus de colonisation à sens unique comme jadis. Mon discours terminé, Marie me lança un regard plein de reconnaissance mais je ne me fais pas d'illusions. Elle assume ainsi parfaitement son rôle d'infirmière psychiatrique en éveillant en moi un désir éteint depuis des lustres. Elle n'aime pas voir les gens se laisser mourir car elle est pleine de vie et insuffle son énergie aux âmes malades qu'elle veut attirer vers le haut.

Jean-Marie.

Activité cuisine - Les recettes d'Anne-Marie

Les amis de la maison.

Bien mélanger 2 œufs, 160g de sucre semoule, le zeste d'un citron râpé. Ajouter 100g d'amandes ou noix hachées grossièrement, et enfin 140g de farine.

Quand la pâte est bien lisse, l'étendre sur une tôle tapissée d'un papier sulfurisé.

Préchauffer le four thermostat 6/7.

Quand le gâteau est encore chaud, couper en morceaux pas trop petits.

Petits cœurs au citron

Mélanger 3 jaunes d'œuf, 120g de sucre, 1 sachet de sucre vanillé.

Bien mélanger jusqu'à l'obtention d'une crème mousseuse. Ajouter quelques gouttes d'arôme citron, 1 cuillerée à café rase de levure, 200 à 250g d'amandes ou de noisettes en poudre. Sur une plaque couverte de papier sulfurisé, découper des cœurs à l'emporte-pièce d'environ 1/2 cm d'épaisseur. Préchauffer le four 5 mn et enfourner thermostat 6/7 pendant 10 mn environ. Pour le glaçage, mélanger 100g de sucre glace + 1 à 1,5 cuillerée à soupe de jus de citron et appliquez au pinceau après la cuisson.

Photothèque

Juillet 2006 - Cap d'Agde



Juillet 2006 - Carcassonne



Juillet 2006 - Agde



Décembre 2006 - Au petit Gavroche



Décembre 2006 - Raclette



Décembre 2006 - Montbéliard



Noël 2006



Janvier 2007 - Repas libanais



Poèmes

(Dans le premier poème, le premier mot de chaque vers constitue une phrase)

Chère amie

Lecteur du destin
Je suis désolé de
vous rendre chagrin
invite moi chez toi
dans la rue
mon visage dure
monde à travers
qui espère
est sûr d'avoir
mieux qu'hier
que soit un air
le rideau de fer
mien ou tien ou sien

Martin.

L'hiver et ses sapins verts
Approche comme des cloches
D'un clocher comme des planchers cassés
L'hiver est vert
Moi j'adore le blanc comme les boules et le
bonhomme blanc
Noël est beau comme Marie est belle
Il y aura des cadeaux, comme c'est beau
Le temps sera blanc comme le flan du vent
Céline sera féline
Bruno aura des cadeaux
Frédéric aura du fric
Norredine et Céline dînent
Un bon repas pas à pas
Et le jour de l'an c'est le nouvel an.

Bruno.

Noël à Floréal.

Après avoir aidé au service et à la préparation de la table de Noël, nous profitâmes chacun l'un de l'autre, afin que tous puissent déguster foie gras, saumon, lapin, pommes dauphines, haricots verts, fromages et bûches glacées sur une table décorée avec entre autre des bougies et la mine réjouie des participants. Il y avait un beau sapin tout décoré de couleurs. Le repas fut partagé dans une atmosphère de rires et de joie. L'heure des cadeaux sonna et nous avons pris des photos de cette journée. Ce fut notre premier Noël à Floréal, Quel beau Noël! Espérons que ça ne sera pas le dernier.



Le Liban dans notre assiette

Dimanche 14 janvier nous avons passé une journée rare, extra-ordinaire, au Liban grâce à Marie. Elle nous a reçus en habit de lumière dans son pays de 3500000 habitants, situé entre la mer Méditerranée et la Syrie. Sur les flancs des montagnes poussent les célèbres cèdres, arbres qui peuvent vivre jusqu'à 3000 ans. C'est l'emblème du Liban qui figure sur le drapeau national. Le succulent repas préparé par Marie était composé de divers feuilletés très légers, d'une salade avec du caviar d'aubergine et de la purée de pois chiches. Du riz au poulet avec des fruits secs et une sauce au yaourt étaient le plat principal. Puis Aline lut une plaquette conçue par Marie et distribuée à chacun : voyage au pays des cèdres. Un diaporama très instructif, intéressant, nous permit d'attendre le dessert et à Marie de répondre aux nombreuses questions sur son pays, qui à mon humble avis n'est pas semblable à celui qui est présenté à la TV. Pour le dessert nous avons dégusté un délicieux flan nappé de fruits secs à la fleur d'oranger. L'après-midi se passa dans une très bonne ambiance, au son de musique libanaise, puis à la guitare chère à Martin qui nous a interprété des chansons russes.

Nicole.

Conte

Sara et la source des Mages

Il était une fois une jeune fille nommée Sara, qui ne se trouvait pas belle du tout. Elle était toute maigre avec d'immenses yeux gris froid et des cheveux noirs. A l'école ses camarades la traitaient de sorcière ; et elle en souffrait beaucoup. Elle n'avait ni frères ni sœurs. Ses parents se moquaient bien de ce qu'elle avait au fond de son cœur. Elle avait mal, surtout quand la belle Hélène se fichait d'elle. Hélène avait tous les garçons à ses pieds. Elle était grande, gracieuse, avait de longs cheveux blonds et de beaux yeux bleus. Mais il faut savoir que Dame Nature n'est jamais bien loin. Un jour où il y avait école, la maîtresse décida d'aller faire avec les enfants une balade en nature près de la source des mages. Les enfants étaient fous de joie et excités comme des puces. Il faisait beau, les oiseaux chantaient. Ils passèrent alors sur un petit pont sous lequel l'eau coulait calmement. Tout à coup le temps de dégradé. Le ciel s'obscurcit. L'eau coula à gros remous. Les enfants s'enfuirent s'abriter sous les arbres de la forêt. Seule Sara resta ; elle n'avait pas peur. Dans l'affolement général la belle Hélène tomba dans l'eau. Elle cria au secours, mais personne ne l'entendit, pas même la maîtresse. A l'exception de Sara qui n'hésita pas à plonger pour secourir la

malheureuse. Sara ramena Hélène sur la berge et fit son possible pour la ramener à la vie. Hélène reprit connaissance, cracha un peu d'eau et toussota. Merci dit-elle à Sara. Tu m'as sauvé la vie. Que voudrais-tu en échange ?

Sara réfléchit un instant puis répondit : « Je ne veux rien. Juste être aussi belle que toi, mais ça, ce n'est pas dans tes pouvoirs.

Alors Hélène lui dit : « Tu sais Sara, tu n'as peut-être pas été bien gâtée par la nature, mais ton cœur est beau et ça, c'est le plus important. Pardonne-moi mon mépris en vers toi, devenons amies et je te donnerai pleins de petits conseils pour t'embellir. »

C'est ainsi que plus tard, les camarades d'école de Sara ne se moquèrent plus d'elle car non seulement elle était devenue une héroïne, mais elle était devenue belle.

Morale de l'histoire : ce n'est pas la beauté physique qui compte, mais la beauté du cœur.

Virginie.

Ce conte me touche beaucoup. Hélas de nos jours la beauté physique passe trop souvent avant la beauté du cœur. Quand cela changera-t-il ?

Nicole.



Benoît.

Mots de tête et bonne humeur

	1	2	3	4	5	6	7	8
1								
2								
3								
4								
5								
6								
7								
8								

Horizontalement

1. Pièce principale d'un jeu de dames
2. Ne sont pas unies
3. Nom d'un pétard
4. Agent de perception
5. Article pour dame - Réfléchi - Trois et des poussières
6. Espèces de bugles - Bruit qui court
7. Tel le journal de la dame aux caméras
8. Bouclier - Arbres ou tiges

Verticalement

1. Ne s'écarte pas de la vérité, du modèle
2. L'animal à Sancho - Indique un rapport de relation
3. Mordus de la pêche - Pris à cœur
4. Variété de mange-tout
5. Pratique une entaille. C'est d'accord pour
6. Elles ont le pied marin - Demi-douzaine
7. Adverbe à succès - Temps d'exposition
8. Plutôt empoisonneuses en leur genre

Grille réponse dans le prochain numéro.

Enigme: 3 interrupteurs

Vous êtes dans une pièce où il y a 3 interrupteurs. Un seul permet d'allumer l'ampoule située dans une pièce. Toutefois, tant que vous êtes à côté des interrupteurs, vous ne pouvez pas voir si l'ampoule est allumée ou pas. Comment trouver le bon interrupteur en ne faisant qu'un voyage jusqu'à l'ampoule ?

Réponse: on allume un interrupteur pendant 10 minutes, on l'éteint, puis on appuie sur le deuxième, on rentre dans la salle. Si l'ampoule est allumée, alors c'est le deuxième interrupteur. Si c'est éteint mais que l'ampoule est chaude, c'était le 1er interrupteur. Si c'est éteint et froid, c'était le 3ème interrupteur.

Ce jeu consiste à trouver le mot correspondant à chaque définition. Vous pensez à un prénom, vous regardez ce mot dans le dictionnaire et la définition doit se retrouver telle quelle dans la signification du mot.

Exemple: Violette

Réponse: Plante des bois et des haies.

- 1- Petite planche à repasser, montée sur un pied, utilisée pour repasser les manches.
- 2- Fruit à noyau ellipsoïdal dont on tire une huile alimentaire.
- 3-Résidu de certaines substances que l'on a fait infuser, bouillir.
- 4-Pièce d'or française, appelée aussi Napoléon.
- 5-Homme amoureux de sa propre image.
- 6-Formule brève énonçant une règle de morale ou de conduite ou une réflexion d'ordre générale.

Réponses: 1-Jeanette 2-Olive 3-Marc 4-Louis 5-Narcisse 6-Maxime

La lettre disparue

Le temps est gris. Zut ! J'ai laissé le parapluie dans l'entrée. Ai-je le temps d'aller le rechercher car le bus passe dans cinq minutes. Je hâte le pas, me précipite dans le hall de l'immeuble, appelle l'ascenseur, il est en panne ! Je grimpe l'escalier quatre à quatre, huit à huit, quelle idée d'habiter au neuvième. C'est la panique! Mes clés ? Je les ai perdues ! C'est la cata ! Que faire ? Je m'énerve. Je recherche. Ça y est ! Je les ai ! Vite, le parapluie. Je regarde l'heure. Plus que deux minutes ! Je repars aussi vite que je suis revenu. Des gens patientent devant l'abribus. Quelle chance ! J'entends quelqu'un : « C'est la grève ! » C'était pas la peine que je me crève.

Le groupe écriture.

Le comble

Quel est le comble pour une personne qui fait les soldes?

Réponse: C'est après 3 heures de recherche de ressortir du magasin avec le seul pantalon non soldé!