

Floréa' lignes

Année 2007, n°2

31/03/2007

DANS CE NUMÉRO :

Danse contemporaine	P 2
Le gâteau du bonheur	P 2
Do, ré, mi, fa...	P 2
Floréal avec le handicap..	P 3
Escapade	P 3
Aux fourneaux!	P 3
Photothèque	P 4
Demande d'acceptation	P 5
Zoom sur le théâtre	P 5
Petit homme bleu	P 5
Les ailes	P 6
Pauvre étoile	P 6
Carte	P 6
Prends tes médicaments	P 7
Ambiance	P 7
Groupe de parole	P 7
Mots de tête et bonne ...	P 8

Le mot du président

Bravo aux « Floréliens » et à leurs animateurs pour le premier numéro de Floréa' lignes qui a remporté un vif succès. Avec le temps, le nombre des activités proposées par l'association s'est élargi et le travail de Delphine a augmenté; c'est pourquoi depuis le 1er février, Wilfried est venu la rejoindre pour l'aider dans l'animation et l'organisation des activités, séjours et sorties.

Nous y encourageons savoir-faire et savoir-être en vue de développer l'autonomie de chacun, dans une ambiance conviviale et écoutante, en restant toujours le plus fidèle à l'esprit de Floréal où se côtoient entraide et solidarité, respect de la dignité et défense des intérêts et des personnes concernées par des difficultés psychiques. Bonne lecture à tous.

Jean-Pierre Baud.

Informations pratiques:

Le programme des activités est envoyé à toutes les personnes ainsi qu'aux différents partenaires de Floréal pour 2 mois. Il est nécessaire de s'inscrire pour les sorties, les activités du dimanche et du samedi. Un projet de vacances est en cours d'élaboration, nous vous communiquerons les modalités dès que nous aurons plus d'informations.

Les origines de l'art-thérapie

Le psychiatre Hans Prinzhorn, passionné d'art, de chant et de philosophie, publie en 1922 *L'expression de la folie* et expose dans sa clinique d'Heidelberg (Allemagne) des toiles réalisées par des patients. En 1948, Jean Dubuffet lance avec André Breton et Antoni Tàpies la compagnie de l'art brut, qui vise à ouvrir le monde de l'art aux enfants et aux marginaux, donnant le LA à la nécessité intérieure de créer pour se libérer et s'exprimer. Cette réflexion va totalement dans le sens de l'art-thérapie.

Néanmoins, ce n'est qu'en 1950, date d'un congrès mondial de psychiatrie organisé à l'hôpital Sainte-Anne de Paris, que ces bienfaits de l'expression artistique se voient accorder intérêt scientifique

sous l'impulsion du professeur Jean Delay, qui présente alors une exposition d'œuvres réalisés par des malades psychiques. Leur valeur esthétique et humaine suscite un torrent de réflexions qui mènent à la création de la société internationale de psychopathologie de l'expression et d'art-thérapie par le professeur Robert Colmat.

Catherine MAZARGUIL

Les ateliers qu'ils soient créatifs ou expressifs sont formés sur les mêmes principes : il y a l'échange, le cadre et la stimulation de la créativité et de l'imaginaire. Mais tout d'abord les ateliers quels qu'ils soient se basent sur le dialogue physique avec la toile, le papier, la terre glaise, c'est à dire qu'avant tout c'est

le geste qui compte. Le geste d'écrire ou de peindre par exemple est essentiel à la personne, il permet au participant de se réapproprier la réalité en passant à l'action. Il lui permet également de poser ses idées, de les coucher sur le papier. L'atelier permet également de renouer la relation : c'est à dire non seulement renouer la relation à l'autre mais également la relation à soi. La relation à l'autre consiste en des échanges verbaux mais aussi au respect des productions des autres, à la patience que chacun déploie en attendant son tour pour montrer au groupe ce qu'il a fait. La relation à soi permet de se retrouver en face de ses idées et de devoir les gérer mais aussi de redécouvrir ses sens et ainsi sa propre personne.

Association Floréal
48b, rue de Belfort
25000 Besançon

03 81 47 12 96

08 79 52 51 06

flore.al.handicap.psy@wanadoo.fr

http://perso.orange.fr/flore.al.asso



Danse contemporaine

Beaucoup d'études à l'heure actuelle ont mis en évidence les effets positifs d'une pratique physique sur certaines composantes de la santé. (diminution de l'anxiété, de l'anxiété, des syndromes dépressifs, du stress, amélioration de la condition physique, de l'estime de soi, (re)découverte de son corps et de ses sensations corporelles etc.) La danse contemporaine ou l'expression corporelle comprend cinq paramètres : le corps, l'espace, le temps, l'énergie, et la relation aux autres danseurs. Celle-ci a pour but de développer des objectifs artistiques fondés sur la créativité et de permettre à la personne de se libérer et donc d'acquérir diverses compétences. En particulier elle doit apprendre à mettre en jeu son imaginaire, à improviser et à enrichir sa gestuelle. « Chacun est son corps » Cette affirmation de **Lowen**

signifie que pour celui qui danse, le corps est l'expression de ses sentiments, de sa sensibilité et de sa conscience ; c'est à dire qu'aucun organisme vivant n'est une machine. Il n'accomplit pas ses activités fondamentales de façon mécanique : ce sont « des expressions de son être ». Tout corps est une « matière plastique modelable » que l'enseignant devra mobiliser au-delà des mouvements de la vie quotidienne en amenant la personne à découvrir la richesse des mouvements corporels. Au-delà d'une simple pratique sportive, la danse contemporaine peut permettre aux personnes non seulement de développer leur motricité et leurs habiletés motrices, mais elles visent également un réinvestissement corporel, une prise en compte de ses possibilités personnelles, capacités et limites.

La danse contemporaine participe en effet à la construction de son image corporelle, par l'acquisition et la découverte de nouvelles sensations et compétences. Outre des objectifs réels de socialisation et d'intégration (apprentissages relatifs à soi et au groupe), cela permet également d'apprendre à gérer et canaliser ses émotions, en vue de mieux connaître son corps, sa personne. Pour conclure, la danse contemporaine s'inscrit parfaitement dans le cadre des ateliers thérapeutiques puisque l'on y retrouve l'échange (la relation à l'autre), le cadre (défini dans le temps et l'espace) et surtout la stimulation de la créativité et de l'imaginaire pour se réapproprier la liberté.

Aurélié, animatrice danse contemporaine.

Le gâteau du bonheur

Exercice proposé en atelier écriture: il s'agissait de lister des termes spécifiques à la cuisine et de composer la recette du gâteau du bonheur. Voici trois textes proposés par les participants.

Dans une jatte, verser 500 gr de tendresse, ajouter une pincée de sourires et une petite dose de douceur et de délicatesse. Incorporer cinq cuillerées de tolérance et un soupçon d'amitié. Mélanger le tout, mixer, puis laisser reposer la pâte ainsi obtenue plusieurs heures. Ajouter ensuite quelques gouttes de joie de vivre et une once de psychologie. Fouetter la pâte, bien la remuer avant de mettre en cuisson et au final saupoudrer le tout d'affection et de réconfort.

Katia.

Choisissez une jolie jatte. Munissez-vous d'un bol d'entrain, commencez à incorporer une poignée d'amitié mélangée à deux cuillerées d'affection. Ajoutez une dose de bonne humeur. Remuez ce mélange, allongez-le avec quelques cuillerées de sourires. Fouettez le tout avec douceur. Versez une pincée de tendresse au fond du moule. Enfournez le gâteau. Attendez avec calme et regardez de temps en temps si le feu de l'Amour n'est pas trop fort. Puis, au bout de quelques minutes de patience, sortez votre chef-d'œuvre et saupoudrez-le d'un soupçon de sucre glace. Vous pouvez inviter vos amis à venir partager ce gâteau fait avec beaucoup de cœur. Il ne peut être que délicieux. Alors dégustez-le avec une tasse de thé additionné d'un nuage de lait.

Nicole.

Après les nuages mixés
J'ai attendu quelques grammes
De ta voix versée
Mélangée derrière ma porte.
En ajoutant une poignée
Une cuillerée de sourire
Un regard saupoudré
Tu as versé
Une dose de sentiments
Battu des pincées avant toi
Il ne reste plus de mots
La nuit soupçonnée
Une once d'ombre
J'attendais
L'aube douce
Comme ton gâteau.

Martin.

Do, ré, mi, fa....

Nous nous rencontrons tous les mardis après-midi à la musicothérapie avec Mr Christophe Grosjean, qui anime le cours de musique de 15h à 17h.

Il est question de rythme et de percussion, chacun prend son instrument de musique et joue à sa façon d'un instrument avec la mélodie qu'il improvise.

On commence par claquer dans nos doigts puis nous frappons sur nos cuisses en rythme, chacun dit son prénom à voix haute, on appelle quelqu'un d'autre, on s'amuse à faire le tour du groupe en claquant des doigts. Là, chaque personne donne le rythme. Il y a une bonne atmosphère à l'association Tempo.

Ainsi se succèdent depuis un an les séances en musicothérapie. Il y a des instruments différents : percussions, xylophones, tambourins, djembe, et même un guitariste Martin, qui est venu exprimer son talent. Tout le monde y arrive en espérant améliorer ses performances en atelier. Il y a toujours Christophe pour nous guider à travers cette thérapie, qu'est devenu la musicothérapie.

Emmanuelle.

..... sol, la, si, do

L'accueil à l'atelier tempo est particulièrement chaleureux.. Il faut apprendre à mélanger avec cohérence : rythmes, sons, et voix.

Apprendre à claquer des doigts et des mains en cadence, ce qui paraît pourtant facile mais absolument pas évident. Lors des activités, nous tapons à notre gré sur des instruments à percussions, quelquefois même avec nos voix et des paroles. Nous changeons d'instrument chaque fois afin d'écouter l'autre et taper ensemble en rythme. Écouter celui ou celle qui donne une explication sur le thème d'une musique préalablement accomplie et ceci tout en s'améliorant grâce aux conseils avisés de Christophe. Tout cela sans oublier la note gourmande de l'entracte qui permet de boire un café et manger un petit gâteau. Alors le soir, nous repartons avec des pensées heureuses et musicales.

Benoît.

Floréal avec le handicap psychique

Moi je vais à floréal depuis plus d'un an, Floréal est une association loi 1901, je suis reconnu handicapé psychique à 80 % par la COTOREP et floréal me plaît car c'est pour le handicap psychique, cela me permet d'être toujours à l'aise, de faire des activités en dehors de mon protocole médical (dessins, publicités, autoportrait.....).Je fais des activités en hospitalisation psychiatrique et en dehors de floréal, je prend le bus d'agglomération N° 73 Amagney Novillars Besançon et je reprends le N° 5 jusqu'au quartier des oiseaux FJT à L' ASEP rue Résal, où une salle de gymnastique est mise à disposition pour floréal. Ma prof, toujours souriante, s'appelle Aurélie. J'arrive à vivre avec mon handicap psychique et à me débrouiller seul dans la vie. Quand on est handicapé, c'est pour toujours et il faut faire avec, mais restons en là, oublions un instant la maladie et prenons notre mal en bien.

Bruno.

Escapade

Dimanche 18 février une sortie « raquette » était prévue, mais faute de neige nous avons changé notre fusil d'épaule mais pas la destination prévue.

Nous sommes partis à 11 (8 participants et 3 chauffeurs accompagnateurs) en direction de Pontarlier, plus précisément du Larmont pour une journée d'oxygénation sportive. Arrivés au chalet de l'Arcan, nous avons garé les voitures et entrepris notre randonnée , le soleil était au rendez- vous et le paysage s'offrait à nous, tout en contemplant Pontarlier en contrebas et même les Alpes au lointain. Après nous sommes redescendus et avons déjeuné

au restaurant de l'Arcan où nous avons mangé de la terrine et du coq au vin. Après le repas nous avons fait le tour du lac de saint point , pris rapidement quelques photos car une bonne surprise nous attendait. Jean-Pierre et Ghislaine Baud nous avaient conviés à un goûter. Ce qui permet à certains de mettre un visage sur des prénoms et surtout de déguster au calme un succulent cake préparé par les bons soins de Ghislaine. Il fallait à présent rentrer. Certains passeront par la fromagerie de Doubs pour acheter du bon comté. La journée s'est passée dans une bonne ambiance.

Nicole.

Acrostiche

ACROSTICHE n.m. Pièce de vers composée de telle sorte qu'en lisant dans le sens vertical la première lettre de chaque vers on trouve le mot pris pour thème, le nom de l'auteur ou celui du dédicataire.

Sur le sable fin

Ose te dénuder

La chaleur agréable

Exalte ton corps

Irradie ta peau

Langoureuse et paisible

Nicole.

Courrier d'une lectrice

Chers amis du comité de rédaction, lectrice assidue de Floréalignes, je voulais par cette petite carte vous adresser mes félicitations : félicitations pour la richesse et la justesse de vos articles mais aussi vous dire tout l'intérêt que j'ai eu à vous lire. Je ne saurais donc que vous encourager à poursuivre dans ce sens, vous souhaiter de noircir de nombreuses pages de vos lignes et vous dire que j'attends le prochain numéro avec une certaine impatience. Au plaisir de vous lire ou de vous revoir.

Aline.

Aux fourneaux!

Ceci est une recette réalisée en atelier cuisine. A refaire et à déguster avec modération!

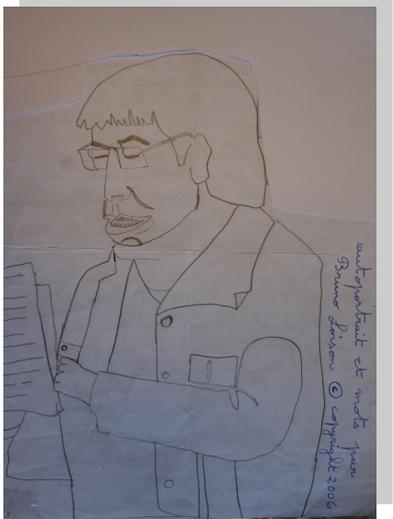
TARTE AU CITRON

Pâte brisée : 250g de farine, 125g de beurre ou planta fin, 1 pincée de sel, ¾ verre d'eau tiède. Etaler la pâte dans la tôle. Piquer avec une fourchette. Faire cuire la pâte seule jusqu'à ce qu'elle prenne couleur. BIEN SURVEILLER.

Mettre dans une casserole : un petit bol de lait, un petit bol de sucre en poudre, 2 jaunes d'œuf, le jus d'un ou de 2 citrons, le zeste du ou des 2 citrons, 2 cuillerées à soupe de maïzena. Bien mélanger le tout en battant avec un fouet à main, faire chauffer jusqu'à épaississement. Verser le mélange sur la pâte précuite. Battre les 2 blancs en neige ferme, ajouter du sucre en poudre, mélanger et couvrir le mélange précédent. Remettre au four. BIEN SURVEILLER.

Retirer du four dès que le dessus est coloré.

Anne-Marie.



Demande d'acceptation

Il y a dix ans, je suis tombée dans la dépression. Encore aujourd'hui je suis malade. Je suis suivie par une psychiatre que j'aime beaucoup et je prends 18 médicaments par jour et j'ai une piqûre toutes les trois semaines. Je vis grâce à une pension d'invalidité. On pourrait croire que ma vie est toute rose car je n'ai rien à faire de la journée. Mais croyez-moi, j'aimerais mieux travailler et pouvoir avoir un bébé (mais ça n'est pas possible à cause des médicaments). Alors aujourd'hui, je voudrais pousser un grand coup de gueule par rapport à la maladie psy-

chiatricque. Ce n'est pas notre faute si l'on est dépressif, ça peut tomber sur n'importe qui, il faut bien le savoir. De ma famille, il ne reste plus que ma mère et un peu mon père, qui sont avec moi, pour me soutenir. Ma sœur me fait la gueule depuis presque neuf ans et ça me fait beaucoup souffrir. Elle a eu 2 filles que je n'ai jamais vues. Elle habite je ne sais où. Ce n'est pas dur à supporter ça? surtout parce que je ne travaille pas. Mais je ne peux pas travailler, je serais bien trop fatiguée avec tout mon traitement ! Alors s'il

vous plaît, si vous avez quelqu'un de votre famille ou une relation qui est dépressif, soyez intelligents en l'aidant plus qu'en l'offensant. Alors qu'on nous accepte nous malades, on n'a pas choisit d'être ainsi, ouvrez les yeux, on n'est pas bête, on est juste des grands blessés de la vie dont il faut panser les blessures. J'espère que mon témoignage fera comprendre certaines choses aux familles de dépressifs et à leur entourage. Merci pour cette acceptation.

J'ai envie d'accompagner Virginie, tout d'abord pour le courage qu'elle a eu d'écrire ce texte, et surtout pour pousser aussi un coup de gueule, par rapport à l'incompréhension et à la façon dont sont considérés les « malades psy » par les « Normaux ».

D'ailleurs les « normaux » peuvent très vite basculer dans le monde impitoyable des « malades psys ». Personne n'est à l'abri du moins je le pense. Quelques timides avancées ont été faites en faveur des handicapés physiques, trop peu certes mais le processus est en route. En ce qui concerne les « malades psys » c'est avant tout la mentalité des « normaux » qui est à changer. Certes nous ne travaillons pas, nous ne portons pas sur notre corps des marques distinctives (encore que.....), mais nous avons un CŒUR comme tout le monde, un cœur qui saigne, blessé par les aléas de la vie. En cette période électorale, vous, décideurs et législateurs, avez aussi le droit de ne pas nous ignorer car certains d'entre nous possèdent la carte d'invalidité, mais nous possédons tous un précieux sésame à vos yeux : la carte d'électeur. Alors vous et les autres ne nous oubliez pas. Nous EXISTONS.

Zoom sur... le théâtre

L'activité Théâtre a lieu tous les jeudis après-midi sous la houlette de Léonie aussi sympathique qu'exigeante. Nous avons la chance de bénéficier d'une grande salle de la faculté de lettres, rue Sarrail. Nous ne sommes pas très nombreux mais avec Josée, Delphine, Wilfried qui sont tantôt spectateurs, tantôt acteurs, nous occupons bien l'espace. La première heure est différente chaque semaine. Sur des sujets, de la musique, ou de simples mots très variés, proposés par Léonie, la place est laissée à l'improvisation. Nous laissons s'exprimer notre corps,

et ce en très peu de temps. Parfois nous portons un masque postiche, moment privilégié car « la laideur n'a d'égal que la beauté » Personnellement, c'est là que je me sens la plus à l'aise pourtant, ce n'est pas toujours évident d'exprimer des émotions comme la joie, la tristesse, la colère derrière le masque. La deuxième heure est consacrée au théâtre plus traditionnel. Sur une idée et un début de texte de Jean-Marie, prolongé par chacun qui apporte sa pierre à l'édifice, nous essayons d'interpréter cette petite pièce où chacun y joue un rôle.

Il faut à la fois de l'imagination et de la concentration. Au bout de deux heures la séance s'achève et les masques tombent; nous redevons nous-mêmes Je ne me sentais pas attirée par le théâtre au début, je ne suis pas douée, j'espère progresser car cette activité me plaît beaucoup. J'encourage d'autres personnes à venir nous rejoindre car nous passons un bon moment. A ceux qui se demandent pourquoi je participe à cette activité, je réponds par cet aphorisme: « c'est me montrer pour mieux me cacher. »

Nicole.

Petit homme bleu

« Faites que le rêve dévore votre vie avant que la vie ne dévore votre rêve ». Antoine de Saint-Exupéry.

Il fait froid dans le désert. La nuit glacée remplit le coeur du petit homme bleu. Il scrute avec attention les milliards d'étoiles qui scintillent au-dessus de lui. Il a envie d'être seul. Il s'est éloigné des siens qui se sont rassemblés autour d'un grand feu. Ce soir, c'est sa nuit. Perché au sommet de la dune, il repense à son rêve. Il le rend tellement différent des autres. Petit homme bleu rêve d'avoir un ami pour lui tout seul. Un petit homme lui aussi, qui viendrait des étoiles. Un petit homme qui saurait prendre soin d'une rose et qui saurait apprivoiser un renard. « Absurde ! » ne cesse-t-on de répéter autour de lui. « Ce n'est qu'une histoire et rien de plus! Tu ferais mieux d'aider ton père à garder ses chèvres ! ». Petit homme bleu se sent seul. Il contemple les étoiles et croit apercevoir l'allumeur de réverbère dans la constellation du cygne. C'est une étoile filante ! L'apparition ne dure qu'une fraction de seconde. Puis tout s'apaise. Tout redevient immobile. L'éternité a de nouveau repris sa place dans l'univers. Tout fonctionne à merveille. Perché au sommet de la dune, petit homme bleu voudrait un ami différent des autres. Un coeur simple et sincère. Derrière lui une petite voix retentit comme un souffle : « S'il te plaît ! Dessine-moi un mouton ! ».

Delphine.

Les ailes

Les gens sur le trottoir
 Je cache mon regard
 Les gens dans la rue
 En automne malentendu
 La nuit tendue
 Arc-en-ciel
 Dans tes yeux
 Au plus haut des cieux
 Il s'est pendu
 Silence fondu
 La vie ne coûte rien
 Et c'est bien
 En tous cas la mienne
 Je suis tout près
 Tu me sens déjà
 Sur tout et certain
 Dans ton jardin
 Les fleurs sont fanées
 A cause de ma jalousie
 Stéphanie
 Je suis derrière ta porte
 Tu dors, je sors
 Dans le couloir
 Des désirs
 Quel plaisir
 Ma fantaisie
 j'imagine tes rêves
 Je te soutiens
 Dans les arènes
 Des combats
 Je te porte dans mes bras
 Tu t'emballer
 Dans tes draps
 Je suis malade
 D'être près de toi
 Et à la fois
 Dans mon lit
 La nuit s'enfuit
 En laissant la place
 A l'aube immense
 A jamais
 Mais
 J'ai perdu en gagnant
 C'était ma dernière bataille
 Celle de mon ex
 Elle s'intéresse au sexe
 Des autres
 Et en même temps de notre
 Bonheur.

Martin.

Pauvre étoile

Il était une fois l'histoire d'une pauvre étoile. En effet quand venait la nuit, elle ne s'éclairait pas, à l'inverse des autres astres qui brillaient de mille feux. Une nuit, elle rencontra une étoile filante qui lui proposa de faire un vœu.

- Je voudrais bien briller comme mes consoeurs, dit l'étoile.

- très bien! dit l'étoile filante.

- je te promets que dès demain soir tu brilleras comme toutes les autres étoiles du ciel. Puis elle disparut.....

L'étoile se sentit alors toute en joie. Elle allait enfin briller comme elle le souhaitait depuis si longtemps.

Le lendemain, comme prévu elle brilla majestueusement, à tel point que les autres étoiles d'à côté, la jalosèrent.

- Quel est ton secret pour briller ainsi ? demanda l'une.

- je n'ai pas de secret, j'ai juste fait un vœu à une étoile filante et mon vœu s'est réalisé, répondit l'étoile.

- alors ! reprit l'autre étoile, dis nous où se cache l'étoile filante pour que l'on brille comme toi.

- je l'ignore, répondit l'étoile, les étoiles filantes sont rares par ici et je ne sais où elles demeurent.

Alors les autres étoiles très en colère, décidèrent d'encercler la petite étoile afin de lui faire de l'ombre et ainsi l'empêcher de scintiller. La pauvre étoile se mit à pleurer et supplia du fond de son cœur que l'étoile filante ne lui enlève son pouvoir de briller.

Le soir suivant, par chance l'étoile filante repassa et lui tint ce langage :

- ma pauvre étoile, tu as fait un bien mauvais vœu, à vouloir trop resplendir, on te fait de l'ombre.

- je suis revenue pour lever ton vœu et que tout soit comme avant. C'est ça que tu veux ?

- oui, répondit l'étoile et continua, je veux reprendre ma liberté de vivre comme je l'entends.

Ainsi l'étoile reprit sa parure normale, les autres étoiles la laissèrent en paix et tout rentra dans l'ordre.

Morale de cette histoire : le bonheur ce n'est pas de tout avoir mais de se contenter de ce que l'on a.

Virginie.

Carte

Carte d'électeur pour être ton candidat

Carte bleue pour celui de tes yeux

Carte de fidélité pour mieux nous appartenir

Carte à jouer pour la dame de cœur

Carte de restauration pour te demander pardon

Carte routière pour éviter l'impasse

Carte d'identité pour éviter l'anonymat

Carte de vœux pour une année de plus

Carte jeune pour ne pas oublier

Carte rechargeable pour prévenir les retards

Carte de bibliothèque pour te lire entre les lignes

Carte postale pour prévenir des départs

Prends tes médicaments !

Un homme, une femme, un enfant, un animal,
une fleur, un petit caillou est mort.
Plongée dans notre douleur.
La maladie a surgi de la nuit.
Un cancer t'a mordu.
La folie du monde a cru te rattraper.
Je nous vois chez les fous,
marchant debout.
Certains roulent en fauteuil
roulant des mégots cent fois roulés,
de drôles de drogués.
Sur qui un tee-shirt,
sur quoi des indiens,
un filtreur de rêves, agenouillé,
fermant la parka de celui qui l'a demandé.
Sur lui, un dragon se mordant la queue.
Et dans la ronde des anges en blanc,
Des fées, tous, toutes à nous raccommodés.
A la pesée, à la température, à prendre le pouls,
Tous de nos jours,
elles et ils sont de nos nuits,
toujours veillés.
Quelle est donc ta blessure, la première
où toutes les autres se suivent ?
Le téléphone, souvent, toujours sonné.
Des chefs de service ne se laissent pas déborder,
placé, déplacé, remplacé, un malade a décroché.
Un parent, un enfant, son enfant, un ami,
des êtres humains sont au bout du fil.
Et de fil en aiguille des internés
expriment l'inexprimable,
la beauté cachée de l'humanité.
N'ergotez pas, venez, venez,
nombreux, nombreuses, assister,
heureux au miracle de la vie.
Tiens ! que la douleur se fait étrange,
de toutes les couleurs et de couleuvres avalées.
Ne serait-ce point la société qui plisse les yeux
comme pour mieux s'observer ?
Toutes les races en sont toutes déclassées.
Dis nous, dis nous,
Il est l'heure d'aller se coucher ?
Il faut bien des maçons pour de l'aplomb.
Alors s'écourent les précieux sentiments
De nos oublis,
de celles et ceux qui sont de l'héritage
des offensés.

Pierre-Yves. Novillars 2006.

Ambiance

Tu rêves, partages et donnes du bonheur
Ensemble avec de la valeur
Voilà que l'on fait à plusieurs
Nos envies et l'envie de nos cœur

Plus tard avec ces idées
L'on s'aide et l'on va s'aider
Avec pour vous pleins d'activités
Et aucun de nous ne sera oublié

Avec l'intention de se faire valoir
Nous tous donnons du savoir
Nous formons un groupe plein d'espoir
Avec pleins d'amis que l'on peut croire

Amis en qui faire confiance
Qui exorcisent les apparences
Et qui se retrouvent en vacances
Et ainsi nos congés font sens

Parmi nous se remettent en place
Avec un intérêt à l'autre qui passe
Et rien de nos pensées se casse
Car l'autre pour nous même s'efface

Avec nos mains, nos idées et le partage
Avec comme récompense la plage
Les vacances à plusieurs dans le sud où l'on nage
Et ensemble tout un équipage

C'est pour mes amis que je vois et que j'aime
Que j'écris et dédie ce poème
Et avec ceux qui seront plus tard à même
D'être aussi dans mes rêves car déjà je les aime

Benoît.

Groupe de parole

Le 13 mars s'est déroulé à Floréal, un groupe de parole encadré par un intervenant extérieur, Didier, chef de service éducatif. Étaient présents quatre membres de l'association ainsi que Josée et Delphine. Cette expérience demande un investissement personnel parfois douloureux. Écouter l'autre et parler de soi n'est pas chose évidente. Mais c'est une expérience enrichissante à poursuivre... le 10 avril.

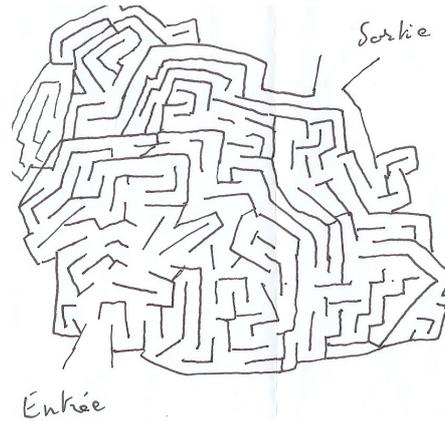
Nicole.

Mots de tête et bonne humeur

Solutions des mots croisés n°1:

F	A	V	O	R	I	T	E
I	N	E	G	A	L	E	S
D	E	R	R	I	E	R	E
E		S	E	N	S		R
L	A		S	E		P	I
I	V	E	S		S	O	N
T	E	L	E	V	I	S	E
E	C	U		A	X	E	S

Labyrinthe proposé par Benoît:

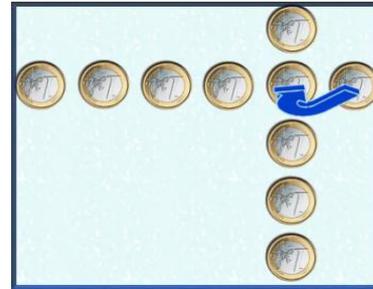
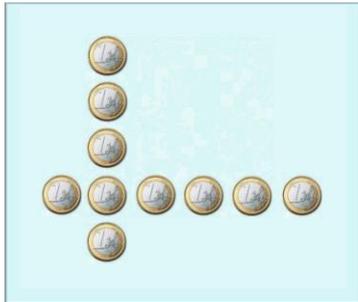


Devinette: Je suis dans l'étang. Je suis au bout du jardin. Je commence la nuit. Je finis le matin. Je viens deux fois dans l'année. Qui suis-je?

Réponse: la lettre N

Un peu de logique

Sur la table sont disposées 10 pièces de 1 euro, alignées en deux rangées comme la figure ci-dessous vous le montre. En bougeant une seule pièce, comment faire deux rangées de 6 pièces ?



Réponse: il suffit de prendre la pièce la plus à gauche et de la mettre sur la pièce juste à côté, on obtient ainsi deux rangées de 6 pièces (une pièce comptant deux fois).

Mots croisés proposés par Liliane

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1										
2										
3										
4										
5										
6										
7										
8										
9										
10										

Horizontalement:

- 1 La fleur de la passion
- 2 Donne la main - Désert de cailloux
- 3 Fleur - appartient aux ducs
- 4 Elle résout les problèmes - Pour faire une natte
- 5 Entre l'Italie et la Corse - Il faut s'y soumettre
- 6 Peuple d'Amérique du Nord - Bien apporté par la femme
- 7 A l'intérieur - Participe gai - Doré en été
- 8 Dur comme lui - A l'envers, elles viennent d'arriver
- 9 On l'entend parfois sonner - Préposition - Note
- 10 Ils ne font pas d'omelette - Elle est souvent très longue - Il ne faut pas rivaliser avec lui

Verticalement

- 1 Elle pointe son nez après l'hiver
- 2 Dieu des Dieux - Après avoir fermé le livre
- 3 Ville du Japon - Outil de communication
- 4 Avec Eugène - Ce que nous sommes
- 5 Pronom - On en boit à Dijon
- 6 Ancien port du Maroc - Argon
- 7 Presque un dopant - Après l'effort
- 8 Fleur décorative
- 9 Bramai - Celui de la lune est célèbre
- 10 Qui s'y frotte s'y pique

Blague de Philippe

Un client entre chez un grand marchand de tableaux et demande: je voudrais quelque chose pour ma salle à manger. Il faut que ce soit de bon goût, pas trop cher et, de préférence, à l'huile.

Le marchand lui répond: je vois.... Vous voulez une boîte de sardines.