Floréa' lignes

Année 2019, n°50

30/08/2019.

DANS CE NUMÉRO :

Le mot de la présidente	P 1
Savoirs expérientiels	P 1
Témoignage dans les écoles	P 4
Séjour à la Longeville	P 4
Visite de l'observatoire	P 4
Floréa'dej	P 4
Les rendez-vous du CCAS	P 5
Vacances vosgiennes	P 5
Barbecue à Etalans	P 5
Pique nique partagé	P 6
Les 10 ans du Gem	P 6
L'antenne de Valdahon	P 6
Joyeux anniversaire au Gem	P 7
Photothèque	P 8

Ô Jardin de Floréal
48b, rue de Belfort
25000 Besançon
03 81 47 12 96
floreal.handicap.psy@wanadoo.fr
http://pagesperso-orange.fr/floreal.asso

Le mot de la présidente

Je cherche une idée ensoleillée pour écrire cet article de ce mois de juillet qui l'est un peu trop pour moi et pour nos organismes fatigués. Marc et Isabelle Floréaliens habitués du GEM me suggèrent ce que l'on a appelé des « idées ensoleillées » qui nous rendent heureux chaque été : sortir en plein air, marcher dans les bois, écouter les oiseaux, voir les insectes et les papillons butiner le pollen des fleurs, entendre le grésillement des grillons, sentir les parfums de la campagne, humer l'odeur des foins fraichement coupés, voir l'eau couler sur les galets d'une rivière, admirer l'éclipse de lune, gouter les premières fraises du jardin, écouter de la musique et assister à des concerts en plein air, admirer des paysages grandioses en montagne ou au bord de la mer….et je vous laisse compléter la liste avec toutes les idées que vous trouverez à butiner cet été.
Profitons de cette belle période pour garder en souvenir des images ensoleillées afin de se les remémorer quand les pluies mais aussi les belles couleurs de l'automne reviendront.
Nous attendrons le printemps et le bel été suivant toujours avec le même plaisir.
Bon été à toutes et à tous.

Elisabeth Chevallier,
Présidente de Floréal.

Savoirs expérientiels en santé mentale

Le terme « savoir expérientiel » est aujourd'hui de plus en plus répandu dans les publications de santé et de santé mentale. Il est aussi question de « savoir des patients », « savoir d'expérience », « savoir empathique », « savoir incorporé », « savoir expert par expérience »… , cette diversité sémantique marquant l'absence de définition légitime.
Pour en situer la première apparition, il est d'usage de citer l'article de T. Borkman, en socio-anthropologie, à propos des groupes d'auto-supports qui fleurissent dans le monde dans les années 1960, et ce quelque que soit le domaine de préoccupation des personnes qui y participent (santé, familial, social…).
La notion émerge concomitamment dans le domaine de l'accompagnement aux soins et du *self management* pour les personnes souffrant de maladies chroniques. Il s'agit d'initier un large domaine de pratiques et de recherches pour aider la personne à mieux vivre à partir de ses propres savoirs et non plus à partir de seuls savoirs professionnels. Les prolongements actuels de ces approches dans le soin se situent dans le domaine de l'Education thérapeutique du patient (ETP).
Le terme « savoir expérientiel » (SE) ne recouvre pas toujours les mêmes significations dans les conceptualisations multiples, voire opposées, que les différentes disciplines des sciences et de la pensée lui attribuent, et surtout confèrent au substantif « savoir », d'autant que les questions de « comment je sais », de « ce que je sais », de comment « nous, en tant qu'êtres humains, savons », de « ce que je sais est-il vrai ? » sont sans doute aussi anciennes que l'intelligence humaine.
Une confusion provient des nuances entre « savoirs » et « connaissances ». Pour la plupart des sciences humaines et sociales, la distinction entre ces deux termes renvoie à la rupture entre objet/sujet, singulier/universel, situé/institutionnel. Les savoirs seraient des données objectivées, prouvées, documentées, cumulables et transmissibles, tandis que les connaissances seraient, elles, des données liées à la personne et au singulier et par la même non transmissibles. Mais pour d'autres disciplines comme la philosophie des sciences ou les sciences de l'information et de la communication les termes sont inversés.
Quant au mot « expérientiel », son sens s'oriente dans plusieurs directions si on se réfère au substantif « expérience » dont il est tiré. L'expérience peut être le fait d'une personne reconnue par la société car ayant

une expertise dans un domaine (un expert) ou bien caractériser une personne vivant une expérience qu'elle soit subie (l'expérience de la vie, de la maladie, de l'école…) choisie (faire l'expérience de vivre à l'étranger…) voire même décidée pour vérifier des hypothèses (au sens de la méthode expérimentale de C. Bernard. Et, « l'expérience » peut se teinter également de la profondeur de la vie et de ses variations (le vivant, le vivable, le vécu).

L'opposant aux savoirs professionnels, Borkman définit le savoir expérientiel comme « *une vérité issue d'un phénomène vécu, plutôt qu'une vérité venue de la raison discursive, de l'observation, de la réflexion ou de l'information fournie par d'autres* », définition intéressante mais dont nous nous éloignerons du fait du recours à la notion de « vérité ».

UN NOYAU DUR

Compte tenu de ces ambiguïtés, il semble alors vain de chercher une définition unique. Une première approche consiste à caractériser ce que nous pourrions appeler le noyau dur, regroupant comme SE ceux pour lesquels le système de santé fait appel à des patients experts. Dans ce sens restrictif, on parvient à une première définition « formelle » du SE : « *les savoirs des patients experts qui intéressent l'institution de santé* ». Pour en préciser la nature, on peut partir des sept caractéristiques du patient expert définies récemment par O. Gros : un sentiment de vulnérabilité, un sentiment d'étrangeté, une approche passionnelle, des savoirs composites, des compétences particulières, une déontologie marquée par la recherche de la bonne distance et une éthique de l'efficacité.

Ce noyau dur de savoirs attribués à des personnes validées par le système de santé, comme ses « experts », ne contient bin sûr que ceux dont la santé publique a besoin… Autour de ce noyau, les expériences singulières apportent des savoirs en santé bien plus larges et diverses (puisque l'expérience vécue n'est en rien limitée à l'expertise des experts). Elles ne concernent pas uniquement le territoire de reconnaissance de la santé publique, et peuvent même être en opposition voire contestés par les acteurs de celle-ci (nous pensons ici aux scandales sanitaires ou aux médecines alternatives qui peinent à être prises au sérieux.

LE CHAMP DE LA SANTÉ MENTALE

Dans le champ de la santé mentale, la qualification précise des SE est aujourd'hui en cours dans de nombreux dispositifs et programmes et donc loin d'être stabilisée. Nous nous focaliserons donc ici sur leurs formes de mobilisation dans ce champ, en les regroupant en trois catégories, selon qu'ils agissent au niveau collectif (sociétal), du groupe et enfin des individus.

• Au niveau collectif :

Les pratiques sociales

A un premier niveau, le savoir expérientiel des personnes est aux couleurs du collectif et du groupe. Il se construit et se légitime dans des communautés pour agir au sein de la société, à partir de son éthique propre. Il marque la transformation du monde social à partir des vécus singuliers colligés. Les personnes qui s'en revendiquent n'ont pas forcément besoin des médecins ou des soignants pour exister, se soigner, prendre leur place politiquement et socialement, voire s'y opposer.

Des collectifs de pairs se réunissent pour affronter un problème qui les lie et à partir duquel ils vont construire des savoirs individuels mais aussi collectifs, ainsi que des façons d'agir dans le monde. Dans ce périmètre se retrouvent les groupes d'auto-supports, les associations de malades et de proches, des communautés apprenantes. Le paysage s'étend des revendications premières des activistes des usagers et ex-usagers de la psychiatrie, à partir des années 1970, renforcées par les effets des luttes contre le VIH-Sida et de leurs courants émancipatoires dans les années 1990), jusqu'aux déploiements actuels des actions des associations de malades au sein de la démocratie sanitaire.

Exemples de SE au service de l'action collective

En France, ce niveau décline des formes d'action multiples. Les groupes d'auto-supports (comme les Narcotiques anonymes, coexistent avec des groupes davantage axés sur le modèle de la Réduction des risques et des dommages (RDRD) (par ex. Auto-support des usagers de drogues (ASUD) ou encore amarrés à un engagement plus large dans la démocratie participative (ASUD Marseille, Pour l'accès aux droits des usagers de la psychiatrie et de produits psychoactifs, PADUPP)… Plus récemment, la loi de 2005 a institué les Groupes d'entraide mutuelle (GEM), où la pairagogie est instaurée comme principe de fonctionnement et de vie, notion héritière et sœur de la pair émulation connue par exemple dans le Mouvement pour la vie autonome. Dans cette perspective, s'est créé le Rése »au des entendeurs de Voix (REV France) qui regroupe des personnes dont l'expérience personnelle s'inscrit dans l'entente de voix. Elles ne se considèrent pas comme des malades ou des schizophrènes souffrant d'hallucinations (considérées comme des symptômes). Au contraire, elles reconnaissent ensemble que leurs vécus constituent une expérience de vie dont elles peuvent tirer des savoirs collectifs construits au creux de groupes locaux. Elles les transfèrent alors à d'autres, et dans des environnements plus larges, comme le réseau international des entendeurs de voix, *Intervoice*. A ce stade, on repère également des formes de lobbying institutionnel ou contestataire, caractérisés par des assemblages alternatifs de SE, où les activistes s'unissent pour s'attaquer frontalement au non-respect des droits des personnes par le système psychiatrique.

• Au niveau intermédiaire :

L'accompagnement sanitaire et social

Sur ce registre se situe la prise en compte par les professionnels en santé du SE dans leurs pratiques d'accompagnement en distinction des savoirs scientifiques, médicaux et professionnels.

En France, certains soins proposés aux patients en psychiatrie s'inscrivent dans la continuité des approches psychanalytiques. Or, il peut être assumé que, sur le plan individuel, la cure analytique s'intéresse au vécu de la personne, c'est-à-dire à son savoir personnel, conscient ou inconscient, ou encore à sa vérité singulière. Sur le plan collectif et groupal, les tenants de la psychothérapie institutionnelle montrent bien comment les principes de cet accompagnement prennent en compte les avis, les savoir-faire des personnes agissant dans un groupe qui, définie comme institution soignante, produit des effets thérapeutiques positifs pour les participants à ce groupe. De là à considérer cette institution comme apprenante, le pas pourrait être franchi par les acteurs de cette démarche. Plus récemment, les approches fondées sur le rétablissement des personnes définissent un rétablissement expérientiel, c'est-à-dire subjectif et mis en mot à la première personne du singulier, aux côtés d'un rétablissement objectif, mesurable et médicalement prononcé et validé.

Enfin, les développements les plus progressistes de l'ETP s'inscrivent dans cette lignée.

• Au niveau personnel :

La vie du sujet

Il s'agit ici des acquis situés dans le flux de la vie, qui nourrissent, transforment la personne et son parcours sans qu'elle ne s'inscrive dans un engagement social vis-à-vis d'autrui. L'individu transforme ses expériences puis connaissances au sein de sa subjectivité et de son corps en SE et améliore ainsi son monde et sa qualité de vie.

Les courants des *Mad Studies*, du rétablissement, de la psychiatrie alternative cherchent à définir autrement les limites conceptuelles de la folie et de la maladie mentale. Ces modèles s'attachent notamment à penser « *les problèmes de l'intérieur* », en se saisissant des expériences à la première personne, des représentations singulières, des savoirs populaires ou naïfs. Au final, ils défont les référentiels médicaux et politiques. Ceci s'effectue par des pratiques de récit de soi et dans un mouvement de biographisation de son vécu au travers de diverses activités, allant de la pratique des arts classiques à celle des blogs, forums, sites personnels.

VALORISER LES SAVOIRS EXPÉRIENTIELS

Aujourd'hui, la prise en compte des SE par les professionnels de santé mentale peut paraître insuffisante au vu des recommandations et des résultats publiés. Cependant, des dispositifs émergent qui visent à en encourager la compréhension et à en favoriser la généralisation.

• Il s'agit de valoriser ce que Lovell et al. Nomment le *« savoir patientique »* au sujet des GEM. Dans une dynamique de partenariat, la personne agit dans des dispositifs soignants ou d'accompagnement, de formation, de recherche, de représentativité (démocratie sanitaire). Les outils numériques, Internet et les réseaux sociaux donnent une dimension nouvelle à la possibilité de construire/déconstruire ses savoirs expérientiels au sein de communautés d'apprentissage virtuelles. Les professionnels emblématiques ici sont les pairs aidants, quelle que soit leur dénomination : à la fin des années 1990, par le développement *peer-support*, des pairs aidant au sein de l'Association québécoise pour la réadaptation psychosociale (AQRP), des médiateurs de santé pairs au Centre collaborateur de l'OMS pour la recherche et la formation en santé mentale (CCOMS), la notion de savoir expérientiel prend son envol vers l'institutionnalisation et la professionnalisation. Dans ce cas, l' dispositif de formation permet la conscientisation et la mobilisation des savoirs expérientiels dans les pratiques professionnelles dans un dispositif sociosanitaire. Ils sont de plus en plus nombreux et prennent des formes multiples d'engagements institutionnels (Programme CCOMS, Prospair, Un chez soi d'abord…), avec des orientations et des effets d'accompagnement divers.

• Du côté des dispositifs de validation et légitimation professionnelle et académique des savoirs d'expérience, des organismes de formation forment des personnes à partir de leur expérience de vie afin qu'elles deviennent des professionnels reconnus. Ainsi, des patients éducateurs détenteurs d'un diplôme universitaire d'éducation thérapeutique du patient entrent dans des universités des patients sans baccalauréat et par validation des pratiques professionnelles. Des patients enseignants forment des étudiants en santé comme à Paris 13, Lyon, Nice… Ou encore des dispositifs « par/pour/avec » voient le jour avec le CoFoR (Centre de formation au rétablissement) sous le modèle des *Recovery College*.

Enfin, des pratiques de recherche en santé mentale et en psychiatrie s'adossent aux SE. Nous évoquons ici des personnes incluses dans des recherches initiées et financées par des chercheurs professionnels et des agences publiques ou mixtes. Elles mobilisent leurs SE aux différents stades de la recherche, et leurs postures et engagements peuvent différer, allant de l'avis consulté à la coproduction. Citons ainsi la recherche-action Emilia, des recherches initiées par le CCOMS, ou des partenariats transculturels Brésil/Québec avec l'Aruci (Alliance internationale de recherche universités communautés santé mentale et citoyenneté). Cette question de l'engagement dans la recherche en santé mentale est au cœur de la participation des citoyens à la recherche scientifique en général. Par ailleurs, des chercheurs professionnels ou non effectuent des travaux à partir de leur expérience singulière ou collective des troubles psychique, comme dans les recherches actions conduites par l'association Advocacy France. Au Québec et dans de nombreux pays anglo-saxons et européens, le déploiement de ces partenariats patients (sur le modèle de Montréal ou autres) s'institutionnalise. En France, la généralisation de ces phénomènes passe par des expérimentations et des programmes à durée limitée, locaux et régionaux, plutôt que par une institutionnalisation massive sur tout le territoire. Et ce en dépit du fait que les valeurs et principes aient été reconnus et défendus par des instances légitimes de patients, de soignants ou d'élus.

CONSTRUIRE UN SAVOIR ET LE TRANSMETTRE

Un des enjeux de la reconnaissance et de la généralisation du recours au SE par les professionnels, c'est de comprendre comment l'expérience de la maladie peut se transformer d'une part en savoir et d'autre part en savoir transmissible. La recherche montre trois voies de réponses :

L'expérience peut devenir savoir transférable quand la personne mène sa propre enquête, par exemple sur les effets antidépresseur ou d'un antipsychotique sur son sommeil, sa digestion, sa fatigue… ; ou quand, dans un cycle de pensée (expérience, observation, conceptualisation, expérimentation), la personne crée son propre savoir sur son processus de rétablissement. Des outils comme le Plan de rétablissement et de bien-être (WRAP), par exemple, suivent cette logique par d'identification des événements déclencheurs ou des signes avants-coureurs de mal-être.

L'expérience se construit par le corps, c'est-à-dire kinesthésique, sensoriel et sensible. Par exemple, les sensations éprouvées lors des épisodes d'entente de voix ou d'états modifiés de conscience conduisent à la construction de savoirs personnels en lien avec des modifications biologiques ou physiologiques (secrétions hormonales, battements de cœur, échauffement, transpirations…).

Enfin, la transférabilité s'acquiert grâce à des processus collectifs au sein de groupes comme ceux d'auto-supports, où l'expérience collective synchronise et défrise les boucles individuelles en savoirs collectifs. Ainsi, dans un groupe, on partage comment on s'en sort avec ses voix, comment on gère sa relation avec les soignants, comment on en a fait lors de s dernière hospitalisation sous contrainte, ce qui a marché, ce qui a fait du bien, ce qui n'a pas du tout été agréable…, chacun apporte sa pierre. Se remémorer et mettre en perspective des épisodes passés contribue à élaborer une enquête collective, qui permet ensuite de réactualiser son savoir individuel pour construire des données collectives inédites.

EN CONCLUSION

De nombreuses études montrent que la reconnaissance des savoirs expérientiels en santé permet de créer ou de faire circuler des savoirs collectifs valides, qui améliorent la qualité de vie, les autosoins et le vivre avec.

Sur le plan des dispositifs, cette reconnaissance renforce la confiance en soi, l'espoir d'une vie meilleure, l'utilisation des traitements, la création de connaissances scientifiques nouvelles et performatives. Cela passe par le développement d'un partenariat entre professionnels et personnes concernées, dans un lien fait d'altérité, de réciprocité et d'empathie. Sur le plan personnel, elle permet à la personne d'aller mieux, de faire confiance à son expérience, à sa pensée et, dans ce sens, de trouver sa place dans la société, en luttant contre la stigmatisation et la discrimination.

Reste que ce chantier de la caractérisation des SE en santé mentale est aujourd'hui en cours et suscite de nombreux débats. En psychiatrie notamment, la construction et la reconnaissance des SE induisent des tensions entre savoir médical, institué, documenté et savoir situé, unitaire et singulier. Ce dernier, de fait, interroge les pratiques d'accompagnement

des professionnels, mais aussi leur formation, leur méthode de construction de connaissances, leur propre légitimité et éthique. Mais elles se confrontent aussi aux questions de leur « impureté, dès lors qu'elles sont en lien avec d'autres cultures, d'autres cadres, d'autres expériences. Elles interrogent également les formes quasi naturelles de délégitimation associées aux savoirs des personnes diagnostiquées, en but aux représentations sociales de la folie : dangerosité, incapacités et d'inaptitudes. C'est là sans doute une spécificité du champ par rapport à d'autres domaines du soin. Les enjeux en psychiatrie et santé mentale sont alors de travailler ensemble à la construction de modèles de pensées et d'usages différents de ceux institués historiquement, surtout quand on parle de culture du risque et de sécurité, de moindre coût financier et de repli sur soi. Le croisement des savoirs expérientiels de chacun avec les savoirs académiques, professionnels, scientifiques et gestionnaires peut ouvrir une ère nouvelle dans la construction d'une médecine et d'accompagnements en santé encore en gestation. La mise en lumière de ces zones inaudibles, invisibles et informelles, au sein de multiples environnements fertiles, favorise, à notre sens, la capacité et le droit de chaque être humain à exercer ses choix et vivre sa vie, en toute créativité, au plus près de sa liberté.

Emmanuelle JOUET,
Docteure en sciences de l'éducation, chercheuse en santé mentale.
Revue Santé mentale n° 220.

Témoignage dans les écoles.

Nous sommes allés à la rencontre de jeunes dans les écoles qui plus tard s'occuperaient de personnes avec un handicap. Dans ses rencontres nous commençons à parler des circonstances dans laquelle on s'est rendu compte que l'on était malade, depuis plusieurs années pour certains.

Tout en racontant nos aventures et en répondant aux questions, on arrivait à comprendre dans quel état on était.

Aziz B.

Séjour à la Longeville.

Ah, la Longeville, la Longeville, La Longeville…
Ces deux mots résonnent comme un lieu magique dans la tête de tous les Floréaliens qui ont eu un jour la chance de passer un long week-end là-bas.
C'est dans un gîte très accueillant, niché dans les plateaux du haut Doubs près de Pontarlier et de la Suisse, où paissent de nombreuses vaches de différentes races, que nous avons élus domicile.
Chacun avait sa chambre, très bien aménagée, ce qui fut fort appréciable. Marc jouissait carrément d'un petit appartement avec tout le confort qui va avec.
Le groupe était constitué de Benoit, Marc, Dominique, Angélique, Nadia, Peggy. Nous étions sous la houlette de nos deux animatrices adorées, Delphine et Laetitia.
Dès notre arrivée dans le gîte, nous avons établi un planning pour que chacun participe aux tâche quotidiennes : préparation des repas, du ménage, de la cuisine.
C'est avec délectation que nous avons mangé des repas tels que: une fondue savoyarde avec du très bon comté acheté en fromagerie, une crêpes party, du gratin de choux fleurs et poissons.
Le temps ne s'y prêtant pas, nous avons joué à différents jeux de cartes dénichés par Delphine. Ce ne fût que fous rire assurés. Dominique, Marc et moi, avons bravé le mauvais temps pour faire une petite randonnée. Cela nous a ragaillardis et c'est trempés que nous sommes rentrés au gîte. Nous avons fait aussi des emplettes dans une échoppe de produits régionaux.
Le dimanche 12 mai, après avoir tout nettoyé nous avons donc repris le chemin du retour, ravis de ce séjour, avec pleins d'étincelles dans les yeux.

Peggy R.

Visite de l'observatoire

Nous sommes allés voir l'observatoire. A l'entrée, dehors, il y avait une horloge qui marchait suivant le mois de l'année : c'était un cadran solaire. Il y avait l'heure normale.
Après nous avons été voir la lunette astronomique où il y avait des réglages à faire, et ensuite un télescope où on pouvait prendre des photos sur une plaque de verre. L'observatoire de Besançon certifie les montres et l'horlogerie de luxe. C'était une visite intéressante.

Chantal O.

Floréa'Déj

Ce que je peux en dire c'est que ceux qui participent au floréa'déj ont tous une tâche a faire pour que tout le monde participe. Faire les courses, proposer une entrée, un repas et un dessert. Floréa'déj se passe entre 11h00 et 14h00, une fois par mois : mettre la table, les couverts et ensuite faire la vaisselle et le rangement.
On est content d'être là.

Aziz B.

Les RDV au CCAS pour le projet de sensibilisation.

J'ai assisté aux rendez-vous au CCAS de Planoise.
On a parlé de la manière dont on pouvait sensibiliser les jeunes par rapport à un handicap.
Ce qui a été proposé c'est :

- un bus Ginko réaménagé ;
- un film de plusieurs minutes ;
- des adhérents qui témoignent de leur handicap.

Le but est de faire passer un message par rapport à la difficulté de faire un achat : avant, pendant et après l'achat.

Aziz B.

Les vacances dans les Vosges avec Ô Jardin de Floréal.

Le voyage fut agréable car nous n'avions pas des heures et des heures de route à effectuer. Endroit magnifique avec ses montagnes arrondies et verdoyantes, un paysage qui nous donnait l'impression d'être entourée et choyée par la beauté de ces lieux. Une chaleur importante, mais la piscine couverte nous permettait de nous rafraichir après le soleil.

Une atmosphère de fête avec l'apéro et en même temps les jeux qui nous permettaient de gagner un « apéro pirate ». La musique, la danse des années 80 et d'autres groupes de jeunes qui avaient aussi des troubles psychiques. Leur vivacité, leur intelligence, leur gaité nous donnait une grande leçon de courage et d'optimisme.

Le respect : Nous étions plus attentionnés pour les uns que pour les autres, faisant plus attention qu'à l'ordinaire à la vie en collectivité.

Maude R.

Les vacances avec Ô Jardin de Floréal à Bussang dans les Vosges.

Départ vers un autre horizon, de Besançon à Bussang le 30 juin 2019. Nous étions 9 dont 2 animatrices, Laetitia et Delphine. Il y avait 7 Floréaliens dont moi Chantal. Nous sommes arrivés à Bussang vers 16h00. On est arrivé, on a déballé nos affaires. Une très bonne ambiance parvenait dans un village vacances entouré de forêt et de verdure. A 19h15 et 12h15 on se donnait rendez-vous pour manger, le matin on déjeunait à l'heure qu'on voulait. Ensuite il y avait plein d'activités de remise en forme avec un sauna et hammam, massage, gym douce, aquagym et randonnée, des petits jeux sympas après le repas du midi et avant le repas du soir, une soirée loto et une soirée dansante auxquelles j'ai participé et d'autre soirées animées par un groupe d'animateurs sympas. Une restauration variée avec un buffet. Et de retour à Besançon le 07 juillet 2019 après y avoir séjourné une semaine du dimanche au dimanche. Retour où on a pique-niqué à Rougemont avant de rentrer chez nous. Je garde un très bon souvenir de mes vacances et à l'année prochaine pour un autre séjour avec Ô Jardin de Floréal.

Chantal O.

Barbecue à Etalans.

Dans une forêt, il y avait un étang. Nous sommes allés, nous, une joyeuse bande de gais lurons du GEM d'Ô jardin de floréal.
Il y a dans cet étang, des poissons mais qui ont boudé nos trois pêcheurs, Karim, Benoit et Vincent (à l'initiative de cette journée). Effectivement ils n'ont rien ferré de la journée. Pour la part du reste de la petite troupe, détente, discussions et même un petit tour autour de l'étang et le midi, barbecue au petits soins de notre adorable animatrice Laetitia.
Une bonne journée détente de plus passée avec les gens du GEM.
Tout le monde a bien profité et a été content. A refaire.

Bertrand R.

L'été, le soleil, la canicule.

L'été et on s'éloigne du frais,
L'été, telle une épée plantée dans la chaleur de mon cœur,
La canicule et je recule toute funambule,
La canicule, sale mule m'enveloppe d'une chaleur lourde et je suffoque, je n'arrive plus à souffler, à respirer, des goutte sur mon front coulent et se transforme presque en pluie,
J'essuie, je plie sur le front tant la chaleur me torture,
Je rêve de pluie, de respiration naturelle, qui me rend frêle et non lourde.

Maude R.

Pique-nique partagé.

Vendredi 12 juillet, les 4 GEM de Besançon avaient prévu d'organiser un barbecue en forêt de Chailluz. En raison de la sécheresse, du risque d'incendie, un pique-nique le remplaça.

Nous étions une quarantaine :

-20 adhérents du GEM « Ma Rue Là », 7 adhérents du GEM La Fontaine, 5 de La Grange de Léo, et 11 personnes de Ô Jardin de Floréal (Chantal, Christine, Marc, Karim, Vincent, Aziz, Christian, Alain, Nicole, Delphine, Laetitia).

Les « Amis de Ma Rue Là » avaient préparé avec Chantal, Laetitia et d'autres, d'énormes salades de tomates, concombres, pommes de terre et de la charcuterie (jambon, rosette,…) comme accompagnement. Des pêches constituaient le dessert. Ce buffet délicieux fut très apprécié de tous (merci à ceux qui l'ont préparé !). Chacun mangea à sa faim, sous les arbres, dans l'herbe ou sur des bancs et tables présents.

J'ai retrouvé avec plaisir, pas mal de têtes connues d'autres GEM.

Après ce pique-nique plus que copieux et un bon café Floréalien, deux groupes de 4 jouèrent à la pétanque, un autre à la belote pendant que 4 autres parlèrent de choses et d'autres. De mon côté, je décidai d'aller au parc animalier. J'ai eu de la chance, j'ai vu de tout près un gros sanglier en plein repas. Je pris des photos. Par une journée ensoleillée mais ombragée, nous avons passé un excellent « intergem » dans la forêt. C'est toujours agréable de se rencontrer les uns, les autres. Je rentrai en compagnie de Vincent, venu en voiture. Je garde un excellent souvenir de ce moment sympathique. Je pense que tout le monde a apprécié.

Nicole P.

Les 10 ans du GEM.

Le samedi 15 juin 2019, nous avions rendez-vous à la gare Viotte pour prendre un bus qui nous amenait hors de Besançon.

Nous sommes partis à 10h00 en direction de Villers-le-Lac pour voir le Saut du Doubs. A 11h30 nous sommes montés sur le bateau pour y manger. Nous avons attaqué par l'entrée et les hors-d'œuvre, il y a un des pilotes qui nous parlait sur le chemin. Nous sommes arrivés à l'embarcadère vers 12h50 voire 13h, nous avions 25 minutes pour voir l'essentiel. Nous avons repris le bateau pour faire le retour. Nous avons mangé le fromage et le dessert avec également le petit café. Nous avons repris la route, pour aller à Mamirolle voir les alpagas, les lamas ainsi que d'autres animaux. Il y a eu une visite du site et trois ateliers étaient proposés comme la balade des alpagas dans la commune. Nous sommes rentrés vers 18h30 à la gare Viotte.

Nous remercions les bénévoles et les adhérents qui participaient à ce beau voyages et pour les 10 ans du GEM.

Je tire mon chapeau à Delphine et Laetitia pour leur travail, rien que pour le voyages.

Christian B.

Premier anniversaire de l'antenne de Valdahon.

Depuis le 12 septembre 2018 nous avons procédé à treize premiers entretiens. 4 personnes viennent toutes les semaines. 1 personne est venue 6 fois, mais cela ne lui convient pas . 1 personne motorisée fréquente à la fois Besançon et Valdahon. 2 jeunes adultes ont participé à la séance juste après leur 1er RV mais ne sont jamais revenues. Les 5 autres personnes sont très irrégulières. On enregistre 117 participations depuis l'ouverture, sur 46 permanences.

Le planning mensuel a été élaboré avec les Valdahonnais dès la 3ème ouverture.

Afin de créer du lien, les Floréaliens accompagnent régulièrement les salariées de Besançon sur les permanences, soit 17 personnes différentes. Une activité animée par une intervenante sur Besançon, la sculpture, a été proposée : 3 Floréaliens sont montés. Cela a bien plu aux 3 Valdahonnais présents qui ont redemandé à ce que cette intervenante revienne. Un 2ème atelier similaire a donc été programmé.

Une marche a eu lieu avec 7 Bisontins et 2 bénévoles de Floréal.

Toujours pour favoriser les échanges, la sortie au marché de Fribourg s'est faite avec 2 personnes de Valdahon, tout comme le repas de Noël. Un bowling suivi d'un restaurant a fait venir 3 Valdahonnais sur Besançon.

Les activités proposées sur cette année sont les suivantes: balades, visite chez un horticulteur, jeux de société, écriture, sculpture, visite de la fromagerie d'Epenouse, Fribourg, galette, café citoyen, crêpes chandeleur, cuisine, karaoké, loto. Certains ateliers ont été animés par des adhérentes : l'art floral, les loisirs créatifs et 1 atelier bien être.

Le planning est construit mensuellement et est déposé à la Maison des Services. Des réunions ont été mises en place au printemps 2019 afin d'aborder le fonctionnement de cette antenne. Un règlement intérieur va prochainement être rédigé, et les Valdahonnais ont voté pour le règlement d'une cotisation annuelle de 10 €.

La subvention allouée par l'ARS, permettra 1'ouverture supplémentaire d'une demi-journée tous les quinze jours à compter du 13 septembre 2019.

Delphine, coordinatrice.

10 ans déjà…

Tout a réellement commencé l'été 2006 lorsque j'encadre un séjour avec 9 participants de Floréal, accompagnée de deux amies Aline et Séverine. Nous passons une semaine au village vacances Batipaume à Agde. Trois mois plus tard je suis contactée par Mr Jean-Pierre Baud, le président de Floréal de l'époque, floréal qui deviendra par la suite le parrain du Groupe d'entraide Mutuelle Ô Jardin de Floréal. Mr Baud me dit « Floréal a obtenu un conventionnement pour monter un GEM, on va recruter notre premier salarié, j'aimerais bien que vous postuliez. » Je lui réponds : « mais qu'est ce qu'un GEM ? » Mr Baud me répond : « Je ne sais pas encore. » J'étais en poste dans une autre association et je me suis dit pourquoi ne pas candidater ? J'ai donc été embauchée le 6 novembre 2006 avec pour mission de créer le GEM.

Que de chemin parcouru. Je me remémore les débuts avec les quelques premiers participants : Nicole, Benoît, Jean-Luc, Philippe, Virginie, Emmanuelle, Katia. C'est avec eux que tout est parti sans oublier mon collègue Wilfried qui m'a rejoint en 2007, Marlène qui lui a succédé et enfin Laetitia qui poursuit la route avec moi aujourd'hui. Avec la déclaration officielle en préfecture en Avril 2009, le GEM devient Ô Jardin de Floréal et les participants se dénomment « les Floréaliens ». Il a fallu effectuer un énorme travail au début de l'existence du GEM pour être connus et puis reconnus par les structures sanitaires, sociales et médico-sociales.

A mon arrivée, il y avait trois activités hebdomadaires. Aujourd'hui il y en a seize, plus des ouvertures en week end, des séjours en gestion libre dans le Haut-Doubs, un séjour estival d'une semaine, des ouvertures en autogestion, c'est-à-dire sans salariées. Les activités sont pour les Floréaliens un point d'appui pour réapprendre à s'exprimer, à trouver une place, sa place, à oublier leurs souffrance(s) ou du moins à s'en décaler, apprendre à vivre avec… Réapprendre à s'estimer, à retrouver confiance, à échanger, à s'affirmer… A retrouver un peu de douceur dans une vie pas facile… A retrouver l'envie… A s'émouvoir…

C'est ambitieux, ça ne marche pas à tous les coups, mais en tous cas, on le tente ensemble.

Nous pouvons être collectivement satisfaits du travail accompli et du chemin parcouru grâce à chacune et chacun d'entre vous.

Je souhaite exprimer ici ma reconnaissance à tous les Floréaliens qui me permettent de vivre une période passionnante sur le plan professionnel et riche d'enseignements sur le plan personnel.

À vous toutes et à vous tous qui vous attachez chaque jour à rendre possible cette volonté d'égalité des chances : c'est par vous et grâce à vous que Ô Jardin de Floréal ne cesse de grandir. Continuons, ensemble, de relever avec détermination et passion le défi de l'égale dignité.

Delphine,
Coordinatrice.

Joyeux anniversaire au Gem.

C'est une belle journée que nous allons passer tous ensemble. Une journée où nous allons fêter 10 ans d'entraide, de convivialité et d'amitié.

Je n'ai parcouru que la moitié de ce chemin, mais qu'il a été riche!

Les jours se suivent et ne se ressemblent jamais au GEM : nous avons connu ensemble quelques journées orageuses aux nuages gris et menaçants, mais toujours avec des rayons de soleil perçant au travers.

Au bout de 5 ans, je m'émerveille toujours de vos talents et de votre grand cœur. J'aurai beaucoup appris avec vous : planter des tomates, chanter, faire du théâtre, réparer des chasses d'eau, faire des calculs de pourcentage, allumer un barbecue, soigner des bobos (plus ou moins impressionnants), et j'en passe. Mais le plus bel enseignement que j'en tire, je vous le dois à vous, Floréaliens, Floréaliennes : malgré des histoires de vies très difficiles, vous m'avez montré ce qu'était le courage de se battre et la rage de vivre.

Certains pourraient dire qu'il ne s'agit que d'un travail, mais je sais que vous laisserez à jamais sur mon cœur un quelque chose qui me permettra de voir la vie avec plus d'éclat et de douceur.

Joyeux anniversaire!

Laetitia,
Animatrice.

Photothèque

Séjour à Bussang - Juillet 2019

Intergem bisontin - Juillet 2019

Journée barbecue+pêche à l"étang des Durgeons - Juillet 2019

Atelier Floral animé par Peggy - Juillet 2019 - Valdahon

Anniversaire de Peggy - Août 2019

Source de la Loue - Juillet 2019

Avec les Valdahonnais