

# LA GAZETTE

## DU GEM N°21 Mai 2017

Bonjour à toutes et à tous,

Voici votre nouvelle Gazette ! Cette édition a cette fois été entièrement coordonnée par Myriam. Un grand merci à elle pour son engagement et sa patience à collecter tous les articles, à les saisir et à les transmettre pour la mise en page. ☺ Bonne lecture à toutes et à tous.

### Mot du Président

Bonjour,

Lors de la dernière Assemblée Générale du 22 février 2017, j'ai eu le plaisir d'avoir la confiance des adhérents. Je profite de cet article pour les remercier.

J'ai été réélu au Conseil d'Administration, pour une deuxième année consécutive au poste de Président. Je vous informe qu'ont été élus avec moi aux postes suivants : Vice-Présidente : Armelle, Secrétaire : Pierre-Antoine et Trésorier : Thierry R.

Le 14 mars, j'ai participé à la 28<sup>ème</sup> édition des Semaines d'Information sur la Santé Mentale pendant laquelle se sont déroulés divers événements dans notre ville de Rambouillet. J'ai présenté le GEM La Tortue qui trotte, sur une courte vidéo faite par des journalistes du service COM de la mairie qui sont venus dans nos locaux. Vous pourrez la trouver avec d'autres sur le site de Youtube intitulé TV Rambouillet.

Le 29 mars, en début de soirée : Sabine, Marjaan, Thierry R. et moi-même sommes allés à l'Assemblée Générale du Crédit Mutuel de Rambouillet à laquelle nous étions conviés. Ceci pour présenter le GEM et les remercier pour la subvention qui nous a été accordée. Elle va nous permettre de concrétiser le projet «A la découverte du Cheval» qui s'effectuera au Poney Club de Groussay dans l'année.

Sur ce, je vous laisse, en vous souhaitant bonne lecture pour la suite de ce numéro.

*Fabrice*

**N.B.** L'organisation du voyage à St Malo sur la semaine du 20-27 mai 2017 avance. Les billets de train ainsi que les logements au camping sont réservés et quelques sorties programmées.

**-> Pour les personnes à jour de leur cotisation qui ne partent pas en voyage, la prochaine sortie au resto se fera le 27 mai, entre adhérents et elle sera subventionnée à raison de 15 euros max. par personne (remboursés sur présentation du ticket de caisse) et la partie de bowling qui s'en suivra sera gratuite ! Pensez à vous inscrire ! ☺**

### *La Chronique de Pierre-Antoine*

"Le printemps est arrivé, vive la belle saison !", comme le chantait Michel Fugain avec le Big Bazar dans les années 70, le mois d'avril ainsi que mai et juin sont les mois du printemps. Dans le calendrier républicain, ces mois étaient remplacés par germinal, prairial et floréal dans un souci rousseauiste de revenir à la nature.

En effet, le printemps est la saison du retour du beau temps, les arbres bourgeonnent, les fleurs apparaissent, dans les jardins et les champs. On assiste à une poussée de sève annonçant l'été !

C'est aussi l'occasion de sortir de chez soi après les fraîcheurs hivernales, de se promener dans les bois, de cueillir des jonquilles, les jeunes femmes s'habillent plus légèrement. Au GEM, les adhérents ont peut-être plus le moral, ils se sentent mieux dans leur corps et dans leur tête car les études récentes ont montré que le soleil agissait sur le psychisme ! C'est un élan de vitalité qui s'exprime partout.

Ainsi, à toutes et à tous, je souhaite un bon printemps en rappelant que fin mai, certains adhérents partiront une nouvelle fois en voyage afin de découvrir une nouvelle région très belle à ce moment de l'année !

*Pierre-Antoine*

### Dernières infos sur les sorties du GEM



*Fabrice B., Armelle, Lisa et Fabrice C. devant le Café de la Gare à Paris, le 25 mai - Photo de Jean-Claude, le papa de Lisa.*

Le 25 mars, nous nous sommes rendus à Paris entre adhérents. Il y avait Lisa, les deux Fabrice, Irène (ma maman) et moi-même. Nous y avons été en train (sauf Lisa, déposée par son papa Jean-Claude) et, pour cause de travaux, nous avons dû prendre la ligne C du RER à Versailles. Ceci jusqu'au métro St-Michel. Nous avons choisi de marcher. Nous avons traversé la Seine et nous sommes passés devant la cathédrale Notre Dame de Paris, le Palais de Justice, rentrés dans le marché aux fleurs de l'île de la Cité. Puis nous avons traversé un autre bras de Seine, longé le quai des bouquinistes et ensuite nous sommes passés devant l'Hôtel de Ville pour finalement emprunter la rue du Temple, jusqu'au Café de la Gare, (lieu émouvant pour être le théâtre de Coluche) notre destination. Dans le reste du bâtiment se déroule des activités artistiques comme des cours de danses différentes. Nous avons eu un grand plaisir de voir la pièce de théâtre de Jules Renard «Poil de Carotte».

Jules Renard est né le 22 février 1864 à Châlons-du-Maine en Mayenne. Il meurt à l'âge de 46 ans en 1910. Il a eu une enfance malheureuse, lorsqu'il habitait Chitry les Mines (Nièvre). Souffre douleur, Jules est le plus jeune des trois enfants. Lorsqu'il est plus âgé, il abandonne le projet de se présenter au concours de l'École Normale Sup. Il lit de nombreux livres, fréquente les milieux littéraires. Il collabore à des journaux. Il publie des poèmes, des nouvelles et des romans dont «Poil de Carottes» en 1900 qui sortira en plusieurs versions cinématographiques. La pièce de théâtre a elle été publiée en 1894. Nous avons été très enthousiasmés par le jeu des comédiens. Le texte excellent. L'histoire essentielle, forte, encore parfois actuelle de nos jours et cela depuis la nuit des temps. «Poil de Carotte» est l'histoire réelle de l'enfance de Jules Renard. Un garçon mal aimé. Une mère tyrannique. Des aînés moqueurs et un père absent et indifférent. Poil de Carotte est un enfant roux avec des tâches de rousseurs qui se réfugie dans un monde qu'il s'est lui-même bâti. A la fin de la pièce, nous avons pu discuter avec les quatre comédiens très chaleureux et intéressants. Puis nous sommes allés boire un pot sur la place où se trouve le musée Georges Pompidou dit Beaubourg, avant de se séparer en trois groupes, soit pour rentrer où pour continuer la balade dans Paris. Nous avons passé une merveilleuse journée froide mais très ensoleillée.

Armelle

## Partenariats

### La Lanterne : RAPPEL

Les cartes « Association » sont au GEM. Elles sont à la disposition des adhérents à jour de leur cotisation. Elles permettent d'acheter des billets de spectacles au prix très avantageux de 8 €.

### CLSM (Conseil local de Santé Mentale) : Le SISM

Une des journées d'Information sur la Santé Mentale, s'est déroulée le 14 mars 2017 à la salle Patenôte de Rambouillet. Des stands comme Pôle Emploi, ESAT - (Etablissement et Service d'Aide par le Travail), anciennement CAT (Centre d'Aide par le Travail) - la MJC (Maison des Jeunes et de la Culture), le CMP (Centre Médico-Psychologique - Centre Montaigne) à Rambouillet et le GEM (Groupe d'Entraide Mutuelle) La Tortue qui trotte y étaient installés pour se faire connaître.

Des animations y étaient données, par exemple la chorale du CMP. Des spectacles présentant des scènes pour montrer toutes les possibilités pour trouver ou retrouver un emploi, un logement pour les personnes se trouvant en difficulté psychologique, physique et ou en fragilité mentale. Le but étant de se réinsérer dans le monde actif ou associatif pour ne plus être dans l'isolement.

Jean-Benoît

Pour clôturer les Semaines d'Information sur la Santé Mentale, nous sommes allés voir un film-documentaire, intitulé «Les Voix de ma sœur» au cinéma Vox de Rambouillet le 24 mars 2017 à 21h. Nous étions plusieurs adhérents, plus Sabine (notre animatrice). C'est l'histoire du parcours de soins et de vie d'une jeune femme atteinte de schizophrénie. Elle a été filmée par une de ses sœurs. Il a été réalisé en 2012. Après celui-ci, il y a eu un débat fait dans la salle avec le public mené par Marjaan, représentant l'UNAFAM (Union Nationale des Amis et Familles des Malades Psychiques) et par la propriétaire du cinéma. Pour moi, ne souffrant pas d'une maladie psychique, habitant avec Myriam (ma compagne) qui fait de la dépression, je ne comprenais pas sa grande douleur. Mais grâce à ce témoignage, j'essaie de l'aider comme je peux. D'être à ses côtés dans les moments où elle ne va pas bien du tout. Mais j'avoue, comme la sœur de la jeune femme, que pour les familles, ce n'est pas évident de répondre à ses demandes, comme elle le souhaiterait dans ces moments-là.

Pascal



Les dernières rencontres au GEM ont eu lieu le 25 février et le 11 mars après-midi.



Café couture du 11 mars 2017 - Bénévoles, couturières et adhérents - Photo Nathan

Notre GEM accueille au moins une fois par mois le Café Couture depuis novembre 2016. Comme son nom l'indique, le Café Couture est un grand moment de convivialité autour d'une collation pour un groupe de personnes qui viennent apprendre à coudre ou se perfectionner. Des conseillères sont là pour les guider et leur transmettre leurs connaissances. Chacune travaille sur son ouvrage. Par exemple : Patricia fabrique des coussins, Claudine des sacs à tarte (pour emmener des tartes « maison » lors d'un déplacement). Martine L. (adhérente du GEM) fait une taie d'oreiller, pendant que Nathalie en est toujours à essayer de faire passer le fil dans sa machine, sous mon regard amusé (se cf. à la

photo au-dessus de cet article). Des personnes extérieures peuvent venir aussi faire recoudre des affaires leur appartenant. Pour nous (les adhérents), c'est le plaisir de recevoir et de partager avec l'équipe du Café Couture et disons : Pourvu que cela dure ! ☺

*Myriam*

## Témoignage

Bonjour,

Depuis quelques années une chorale (dont je fais maintenant partie) c'est formée au Centre Médico-Psychologique (Centre Montaigne). Elle se développe, car un pianiste et un deuxième guitariste ont rejoint les chanteurs/ses. Le spectacle du 14 mars, donné lors d'une des journées d'Information sur la Santé Mentale qui s'est déroulée à la salle Patenôtre de Rambouillet, a été un succès. Je profite de cet article pour vous signaler qu'un nouveau spectacle est prévu le 6 juin à la Maison des Jeunes et de la Culture (MJC) de Rambouillet en début d'après-midi. Il y aura des nouvelles chansons. Pour moi, c'est stimulant.

Je remercie toute l'équipe (Anna, Maryline et Hervé) pour leur encadrement et leur bonne humeur.

*Martine L.*

## Anniversaires



*Edwin, Pierre-Antoine, Veasna et Fabrice lors du repas commun du 15 février au cours duquel Pierre-Antoine a fêté son anniversaire. - Photo Sabine*

## A NOTER :



**La sortie sportive Go Sport Running Tour** du 18 juin à Versailles est annulée. Si un groupe arrive à se constituer pour

l'an prochain, le GEM pourra envisager de courir aux couleurs de la Fondation des Amis de l'Atelier en 2018. ☺

**La Journée Sport-Échange** au Perray-en-Yvelines n'aura pas lieu cette année du fait d'une réorganisation de l'association organisatrice Ellipse. Nous espérons qu'elle pourra à nouveau être mise en place en 2018. ☺

**LE PROJET « A LA DECOUVERTE DU CHEVAL »** en partenariat avec Le Poney Club de Groussay est en cours. Il commencera le jeudi après-midi au mois de juin et reprendra au mois de septembre. Ceci pour cause de vacances (juillet et août) de leur part, car moins de personnel.

Ayez la gentillesse de venir le plus rapidement possible vous inscrire au GEM pour que cette activité se concrétise réellement. Pour plus de renseignements voir ARMELLE, qui s'en occupe.

Merci par avance pour elle et pour votre compréhension. Une réunion pour en parler aura lieu au GEM de 12h-13h le 6 mai.

*Myriam*

## SORTIE PISCINE !

Avant mon départ prévu le 12 mai, je vous propose une sortie à la piscine des Fontaines le **mercredi 10 mai**. RDV au GEM à 14h45, nous partirons avec le véhicule du GEM. Ceux qui le souhaitent, peuvent nous retrouver directement devant la piscine à 15h00. Pensez à vous inscrire. Le tarif sera indiqué sur le planning.

A vos maillots, prêts, plongez !

*Nathan*

## VISITE DU GEM DE VERSAILLES - SORTIE ENTRE ADHERENTS

Les adhérents du GEM de Versailles vous invitent le jeudi 11 mai à venir découvrir leur GEM à l'occasion d'un déjeuner. Pensez à vous inscrire avant le 4 mai. Prévoyez une participation au repas de 3€. Pour ceux qui n'ont pas de carte Navigo, les billets de train seront pris en charge par le Bureau.

## Encouragement aux adhérents pour la continuité de la gazette

ou

## « Avis à la Population »



Chers adhérentes, Chers adhérents,

Sabine et moi-même tenons sincèrement à féliciter les auteurs des articles ci-dessus. Ils ont permis à cette nouvelle Gazette de voir le jour. Nous comptons sur vous pour la prochaine édition dont la sortie est espérée dans deux ou trois mois et nous invitons d'autres adhérents à nous rejoindre avec leur(s) contribution(s).

Je vous rappelle que sans vous, la Gazette ne peut pas exister. Aussi, si vous souhaitez qu'elle perdure, venez vers moi avec vos idées. Je vous aiderai à les rédiger et à les mettre en forme.

Nous vous remercions par avance ☺

*Myriam*