



Floréal lignes

Année 2007, n°5

31/12/2007

DANS CE NUMÉRO :

Une première à la montagne	P 2
L'impossibilité d'enfanter	P 2
Appartement	P 2
Divin dialogue	P 3
Atelier écriture	P 3
Photothèque	P 4
Rencontre du 3ème étage	P 5
Envie de changer	P 6
Malaise au crépuscule	P 7
Ombagé	P 7
Hier j'étais vivant	P 7
Haïkus	P 7
Mots de tête et bonne ...	P 8

Le mot du président

L'année s'achève et avec elle, l'heure des bilans. Floréal continue à développer des moyens concrets pour répondre aux besoins des personnes, afin de les aider à prendre une place qui leur convienne dans la cité, et à occuper des rôles valorisés et reconnus au sein de la collectivité.

Le GEM, prénommé, par les Floréaliens « O jardin de floréal » est une structure sou-

ple et innovante qui permet de s'entraider, de rompre son isolement, de partager des activités et d'en proposer, de construire des projets et de recréer des liens sociaux au cœur de la cité.

Delphine et Wilfried, ainsi que des bénévoles les accompagnent dans leurs démarches, dans leur besoin d'autonomie et de reconnaissance. Nous sommes heureux de voir l'épanouissement des

floréaliens et « certains autres regards » changer. « Nous ne sommes plus considérés comme des malades, on nous prend pour des personnes ... » (paroles de floréaliens, été 2006).

Je vous souhaite de bonnes fêtes de fin d'année et vous présente à vous et à tous vos proches, pour l'année 2008, mes vœux sincères de santé, d'espoir et de sérénité.

Jean-Pierre Baud.

« Penser aux victimes mais... »

Yvan Halimi*, du président de la République aux familles de victimes, se répand la demande de « juger les fous ». Qu'en pensez-vous ?

La compassion vis-à-vis des victimes s'impose. Mais pour résoudre des questions complexes, il faut les aborder dans un climat serein : l'acte fou est rarement l'acte d'un fou. 95 à 98 % des crimes ne sont pas commis par des malades mentaux. Reste que personne n'est à l'abri de la maladie mentale. N'ajoutons pas l'opprobre à la souffrance.

Néanmoins, les victimes réclament un procès, même pour les personnes pénalement irresponsables.

L'article 122-1 du Code pénal,

hérité du droit romain, dit en substance qu'une personne atteinte d'un trouble psychique ayant aboli son discernement au moment des faits n'est pas pénalement responsable. Si un chauffeur fait une crise cardiaque et tue un piéton, on ne va pas l'envoyer en prison sous prétexte que cette mesure va aider sa famille à faire son deuil. L'irresponsabilité est de moins en moins retenue : elle touche moins de 0,05 % des crimes.

Que faire alors pour atténuer la peine des familles de victimes ?

L'expérience menée dans certains Länder allemands, où l'on fait comparaître des personnes malades, n'est pas probante. Car les familles ont le sentiment qu'elles sont

dans une sorte de simulacre de procès. Sans compter que la froideur pathologique de certains malades peut être vécue comme un cynisme insupportable. Ce qui ajoute à la souffrance. Par définition, la juridiction pénale ne peut juger qu'une personne accessible à une sanction.

Il n'y a donc aucun substitut au non-lieu ?

Le mot même de « non-lieu » est sans doute à repenser, car il peut être interprété comme une négation de l'acte commis. Une audience civile, en ne banalisant pas la gravité des faits, peut être une voie d'amélioration pertinente de la législation et, par sa solennité, mieux répondre à l'attente des proches.

Recueilli par Gaspard NORRITO. Ouest France, 07 novembre 2007.

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://pagesperso-orange.fr/flore.al.asso



*Yvan Halimi, psychiatre, travaille à l'hôpital Mazurelle de La Roche-sur-Yon.

Une ...première... à la montagne

Week-End des 12-13-14 octobre 2007

A bord des voitures de Delphine et Wilfried (bien chargées : peut on espérer un jour disposer d'un minibus ?) 8 Floréaliens (Benoît ,Frédéric, Gérard ,Jean-Marie, Nicole, et 3 nouveaux :Madeleine, Robert et Franck) sont partis à « La Longeville » dans le Haut - Doubs . Nous avons élu domicile dans un gîte, où nous avons été bien accueillis par les propriétaires.

Le vendredi soir est passé très vite. Nous avons pris possession de nos chambres agréables, allumé la cheminée, préparé le dîner (quiches au thon), regardé la télévision, joué au Scrabble puis chacun a regagné son lit. Les courses avaient été faites par Delphine à Besançon. C'était une bonne idée car nous étions pour la première fois en gestion libre, et chacun, selon son envie, ses compétences se devait d'aider, ce qui pour certain est loin d'être évident et facile.

Le lendemain, après le petit déjeuner, l'appel de la forêt, de la campagne était si grand que je partis me promener dans les pâtures, parmi les sapins, fermes à tuyé.....

Je ne comptais pas mes pas. J'étais dans mon élément et en profitais pour admirer le paysage, et photographier les vaches, fleurs..... C'était un agréable retour à l'enfance. J'appréciais le calme, la beauté de la montagne, l'absence de pollution. Je me sentais seule au monde. Quels souvenirs d'une jeunesse que je n'ai pas su apprécier en temps voulu. De plus, le temps était splendide. Après avoir déjeuné, un groupe partit se balader sur la « route du train » réservée aux piétons, vélos, rollers..... L'autre partie du groupe monta au Crêt Monniot, en s'attardant à la table d'orientation. En rentrant, deux agréables surprises nous attendaient : Aline et Marie étaient là. Elles ont été les bienvenues pour..... participer activement à la préparation d'une raclette, appréciée de tous et ceci dans une ambiance chaleureuse. Après ce bon repas, nous avons aidé de toutes nos forces vives les rugbymen Français à vaincre les Anglais. Hélas nous avons perdu. Cette défaite est due à une petite différence de gabarit, d'entraînement, et une poussée peu efficace de ces messieurs dans la mêlée. Dimanche matin, certains partirent à pied. Nous nous rendîmes, Aline, Marie et moi, en voiture à la messe à Montbenoit (République du Saugeais). En rentrant, un lapin avait subi le triste sort de l'impitoyable cuisinière Delphine. Il était passé à la casserole, ce qui nous gratifia d'un bon repas. Il fallait songer à rentrer, tout remettre en ordre. Là, Aline et Marie ne furent pas les moins efficaces. Après avoir pris une dernière photo devant le chalet, nous sommes repartis à Besançon. Quel beau week-end, avec un temps magnifique dans le Haut - Doubs. Tout ne fut pas parfait, notamment au niveau de la participation mais c'était notre première expérience. Il faut nous laisser du temps afin de soulager accompagnateurs et bénévoles. Espérons qu'il y aura une prochaine fois..... Merci à ceux qui ont mené à bien ce projet. Mini séjour Maxi plaisir.

Nicole.

A vos fourneaux!

Les congolais. Ingrédients pour environ 10 pièces.

Bien mélanger 200g de poudre de noix de coco, 150g de sucre semoule, 3 œufs et 1 paquet de sucre vanillé. Laissez reposer 30mn au frais. Beurrez la plaque à pâtisserie. Préchauffez le four à 180° ou th.6. Rouler dans vos mains des boules de la taille d'un œuf. Posez les en les espaçant sur la plaque. Laissez cuire 10 mn environ.

L'impossibilité d'enfanter

Bonjour, moi c'est Virginie, j'ai 33 ans et je n'ai toujours pas d'enfant et cela me fait beaucoup souffrir. J'ai demandé à ma psychiatre si l'on ne pouvait pas programmer ma grossesse en allégeant mon traitement d'ici une dizaine d'années. Mais, elle a répondu par l'impossible car avec tous les médicaments que je prends, il y aurait risque de malformation du fœtus. Alors, il faut bien que je me résigne. Souvent, je pleure dans le noir en pensant que je ne serai jamais maman et ça c'est atroce. Je ne le souhaite à personne même pas à mon pire ennemi. Alors, j'espère que les psychiatres vont faire des progrès pour concilier traitement et grossesse. Merci aux psychiatres qui travaillent dans l'ombre de la recherche et merci également aux gens qui pourraient comprendre la souffrance de l'impossibilité d'enfanter. Même si l'on ne travaille pas, cette douleur est vive et c'est une belle punition.

Virginie.

Appartement

Les objets qui me rappellent mon existence

Les photos d'enfance

La première tristesse ou l'innocence,

Une lettre d'amour de celle

Qui ne m'a jamais aimé

Les tatouages sur les veines

De mon passé.

Mes nuits sans rêves

Près d'une femme

L'insomnie me révèle

Quelques larmes

L'oreiller s'enflamme

Je suis gardien de mon lit

Gendarme de nuit

Je guette ma vie

Depuis loin

Je voudrais guérir

Dans mon petit coin

Je sais que le matin

Je vais appeler un médecin

Au nom de tous les saints

Le Dieu se cache derrière le satin.

La liberté déjà fêtée

Ces trente trois ans

On peut être toujours vivant

Dans l'esprit d'un enfant.

La nuit comme l'histoire sans fin

Je vais ronfler à l'aube

Quand à la porte frappera la colombe

A la fenêtre le pigeon

Et jusqu'à l'horizon

Tout était en blanc

La neige est tombée

Sacrée.

Martin.

Divin dialogue suite et fin..

Suite du texte paru dans le numéro précédent. Rédigé par tous les participants de l'atelier théâtre sous l'initiative de Jean-Marie.

DIEU : - Et toi, là-bas ? Tu crois mériter ton entrée au Paradis ?

BRIAN JONES : - Qu'importe ! Je me moque de ton paradis lugubre, glauque, triste. Je ne regrette rien. La poudre dont tu parles m'a permis de monter au 7^{ème} ciel, de tutoyer le soleil, d'être léger comme un nuage. L'arc-en-ciel était mon paysage ainsi que celui de mes compagnons : comme Jimmy Hendrix, Bob Marley avec qui j'ai voyagé de San Francisco à Katmandou. Cheveux au vent, guitare en bandoulière, musique plein les oreilles, nous marchions pour chercher notre seule et véritable nourriture : la blanche. J'ai pu ainsi m'éloigner de cette pollution terrestre où les gens s'entretuent ; et des lumières plein les yeux, partir dans des rêves psychédéliques au son de la musique pop, et là, j'étais heureux, je ne regrette rien !

DIEU : - Tu voulais retrouver le ventre de ta mère en t'immergeant dans le liquide chlorique sans plus remonter et tu t'y es senti comme avant ta naissance. Avant de mûrir, tu es parti en conservant ton âme d'enfant. Enfin, tu as retrouvé le nirvana de ton enfance. Tu es tout excusé d'avoir refusé le monde des vivants. Avec ta musique et le talent que je t'ai gracieusement offert, tu as su apporter un peu de paradis sur terre. Ainsi, traverse sans regret les portes de ta sérénité.

DIEU : - Bonjour Petite, tu es bien jeune. Approche toi, mon enfant. N'aie pas peur. Pourquoi viens-tu déjà me voir ?

POUCETTE : - Monsieur, qui es-tu ?

DIEU : - Appelle moi Dieu, ou Seigneur comme tu veux.

POUCETTE : - Monsieur Dieu, je me suis sauvée, d'un pays où les armes sont les seuls jouets d'enfants.

DIEU : - Comment ça ? Tu n'allais pas à l'école.

POUCETTE : - Non, Monsieur Dieu, mon école a été détruite par les bombes des Grands. Je n'ai plus d'amis. Je ne sais pas où sont mes parents. Personne n'a eu le temps de s'échapper, mais j'ai couru, couru, longtemps.

DIEU : - Où voulais-tu aller ?

POUCETTE : - N'importe où. Je voulais fuir et sur mon chemin, j'ai rencontré la fée Espérance qui m'a fait connaître ta planète.

DIEU : - Ah, je comprends. Tu as beaucoup trop souffert pour ton âge. Ainsi, va retrouver ce jardin où malheureusement quelques enfants s'y reposent déjà. D'où que l'on vienne, la cruauté et la méchanceté existent mais ici, ce n'est pas de mise. Je veillerai sur toi ne crains rien, tu es ma colombe.

Atelier écriture

Après écoute du morceau 'Le jour se lève' de grand corps malade, la consigne était de proposer un texte selon le phrasé mélodique du slam commençant par 'le jour se lève'.

Le jour se lève sur mon ennui

Elle empêche de vivre ma nuit

On se retrouve sous une forte pluie

Dans un immeuble gris

Mon monde est envahi par la tristesse

On ne sait pas ce qu'elle laisse

Comme dans un geste

Avec un monde en manque de sagesse

Quand je vois ces hommes dans la rue

Qui sont comme des inconnus

Se retrouvent à la fin de la vie tous nus

Comme vivre en reclus

En tant que pantins désarticulés

Obligés d'avancer

Dans un système verrouillé

On n'arrête pas de reculer

On écoute comme dans une balance

Avec ambivalence

On indique le sens

Pour savoir ce qu'on pense.

Le jour se lève sur ma planète

Je cherche la paix comme un palais qui me plairait

La nuit trop de bruit et fruit d'ennuis,

je préfère le jour, sourd et source de secours

Le jour se lève et je dors dehors dans ce décor

J'attends l'arrivée des gens, assise gentiment sur un banc

Le ciel essentiel, couleur torrentiel de miel,

J'essaie au mois de juillet d'atteindre tous mes souhaits.

Le jour se lève et j'erre à la lumière et dans l'air

L'odeur du café des cafés chauffés et dorés,

M'emplit de sympathie et d'appétit de confettis

Je sais que la journée va commencer et m'élancer

Le jour se lève et mon corps en étoffe philosophe

Léger et perché il cherche l'être aimé

Le soleil.

Photothèque



Week-end des 12, 13 et 14/10/07



Week-end des 12, 13 et 14/10/07



Week-end des 12, 13 et 14/10/07



Repas du 28/10/07 à Floréal



Dijon - Foire gastronomique - 03/11/07

Invité d'honneur: le Liban



Dijon - Foire gastronomique - 03/11/07

Invité d'honneur: le Liban



Marché de Noël - Colmar - 08/12/07



Marché de Noël - Colmar - 08/12/07

Rencontre du 3^{ème} étage, 2 rue Sarraill. suite et fin.

Est-ce qu'il y a des choses que vous aimeriez faire qui n'ont pas été proposées par l'atelier théâtre ?

Nicole : Il y a une chose que j'aurais souhaité faire, c'est par exemple, choisir un auteur assez connu, un classique, comme par exemple, Racine, Corneille, ou Molière pour être plus dans la joie. Apprendre à jouer du Molière et se l'approprier parce que personne ne l'interprète de la même façon et c'est quand même une référence de la langue française. Ça c'est un regret. On l'a fait l'année dernière mais nous n'étions pas nombreux, nous étions 4 et nous disposions d'une petite salle, la cuisine de Floréal donc c'était difficile de se mouvoir. C'est pour ça que cette année, j'ai beaucoup apprécié le fait qu'on ait de la place parce que je suis toujours prisonnière, prisonnière de mon corps, prisonnière parce que j'habite un petit logement à Planoise...

Carina : Sur les 4 ou 5 séances auxquelles j'ai participé, j'ai vu déjà pas mal de choses différentes même au niveau de l'échauffement, c'était différent. On a deux heures devant nous à l'atelier. On a touché un petit peu à tout et c'était bien. Peut-être qu'on pourrait revenir à la lecture de textes comme on l'a déjà fait. Aussi, j'ai bien aimé le travail qu'on a fait sur le parc Micaud. On a travaillé sur le jeu des masques neutres et des nez rouges. Ça m'a surprise ! C'était drôle les réactions des gens qui passaient. Ils nous percevaient différemment. Dès qu'on avait le nez rouge, ils avaient déjà le sourire. Quand on mettait les masques blancs, ils étaient un peu plus intrigués, ça les refroidissait un peu. Mais ce qui est bien c'est qu'on s'est poussé à bout. On s'est obligé à aller au contact des autres. On y est allé très spontanément. On s'est lancé tout de suite à suivre les gens et à essayer de les imiter. Bon, on sent qu'il faut travailler ça quand même, en le faisant, mais très rapidement on a joué le jeu. On n'a pas eu peur. Le fait qu'on soit en collaboration avec Josée qui prenait des photos, ça aide aussi, ça stimule beaucoup. Je crois que chacun individuellement, on doit prendre en compte l'idée de spectateur, de tableau. De voir vos réactions – on a des spectateurs, on a un photographe, un public – ça donne envie de créer l'image. On sent qu'on ne travaille pas uniquement pour ça mais c'est comme un partenaire.

Comment vous sentez-vous après l'atelier théâtre ?

Nicole : Très contente, heureuse mais vidée physiquement. C'est une bonne chose mais après, il faut reprendre le bus. Pour moi, c'est très difficile de passer d'un lieu où il y avait la place, où chacun prend la parole à son tour, où il y a des règles de vie et se retrouver propulsée dans la rue où il y a beaucoup de bruit. Personnellement, c'est très difficile pour moi la rupture, le passage théâtre et vie normale. Rentrer chez soi et revoir ses 4 murs, manger en face d'un mur, être seule. Alors, à la fois, ça me fait du bien mais je sais que par derrière, il faut assumer les difficultés que je rencontre à me remettre dans la vie. La relaxation m'aide mais de toutes façons, il y a séparation et j'ai du mal qu'elle soit provisoire ou définitive. Parce que chacun repart de son côté et on est vraiment livré à soi-même. Souvent, dans le bus, je suis très triste en rentrant. Et puis c'est vrai que le théâtre permet de s'attacher à des personnes, qu'elles soient participantes, spectatrices et intervenantes. Pour moi, je ne fais pas de différences entre les personnes : nous sommes tous dans la même salle, nous formons un groupe donc tout le monde est à la même enseigne. Il n'y a pas la pancarte psy ou prof ou autres dans le dos. C'est un moyen de me libérer et d'expulser tout ce que j'emmagasine de mauvais. Mais je maintiens que la séparation est très difficile, très très difficile.

Philippe : Bien mais des fois, je suis fatigué. Je me sens détendu quand je repars parce qu'on s'est concentré, parce qu'on a bougé pendant deux heures...contrairement à d'autres activités où l'on est assis, où l'on ne bouge pas. Moi j'aime bien quand ça bouge.

Vous arrive-t-il de penser à l'atelier théâtre les autres jours de la semaine ?

Philippe : Un jour à l'avance, oui. Je pense que je vais m'amuser un peu, que je vais retrouver les autres. Je sens qu'on est un groupe, un groupe bien harmonisé où on ne fait pas de différences.

Nicole : Pratiquement tous les jours parce que je vais te dire, les feuilles que tu nous donnes sont constamment dans mon sac à main. J'ai de longues distances à faire en bus, environ 55 minutes à chaque fois donc j'ai tout le loisir de les relire et de penser au théâtre. Lorsque je vais dans les librairies, avant je me dirigeais plus vers ce qui allait me permettre d'en savoir plus sur ma maladie et maintenant, je cherche le théâtre et je demande où se trouve le rayon théâtre.

Carina : Oui, quand je retrouve les membres du groupe dans d'autres activités où on se retrouve ensemble.

A l'atelier théâtre, quand on travaille les improvisations, on nous voit tous dans un état beaucoup plus créatif et on se retrouve dans d'autres ateliers et on dirait que ça débloque. Il y a un peu plus de complicité. C'est important, ça nous détend pour les autres activités qui sont des lieux fermés où on est assis sur une chaise. Ça nous sert d'anecdotes et on échange plus facilement entre nous. Même si on fait la part des choses car dans chaque activité, on fait l'activité mais il y a un réel progrès au niveau de la communication et j'ai vu ça au fur et à mesure des semaines. Ça crée des liens, nous sommes beaucoup plus proches de ceux qui font l'atelier théâtre que des autres. Il y a des personnes qui sont très à l'aise en communication, d'autres qui le sont moins. Le théâtre nous oblige tous à être au même niveau et à déployer des choses, à débloquent des choses, à se débloquent...

Pensez-vous que pratiquer le théâtre vous « aide » dans la vie de tous les jours ?

Philippe : Oui. C'est compliqué à expliquer mais je sais que ça m'aide. Ça m'aide dans mon rapport avec les autres, j'ai plus de facilité à m'exprimer.

Carina : Oui, bien sur ! Comme tous les ateliers autour de la communication, de la création.

Qu'est-ce que vous aimez dans le jeu théâtral ?

Philippe : L'improvisation parce que j'ai pas mal d'idées et je peux les exprimer...

Nicole : Aussi bizarre que ça puisse paraître, j'aime les improvisations sans texte, seulement bouger mon corps. J'aime sentir qu'il est encore là, qu'il vit, qu'il n'est pas tout à fait mort pourtant je lui en ai fait voir de toutes les couleurs mais je n'ai plus envie. Ce que j'aime beaucoup aussi c'est lorsque nous portons de vrais masques, des masques postiches parce que là, les participants qui sont plus favorisés que moi physiquement, surtout au niveau du visage, là nous sommes tous à égalité. Il n'y a plus

ni beau, ni moche, ni laid, nous sommes égaux et ce n'est pas le cas dans la vie de tous les jours malheureusement.

Philippe, qu'est-ce que tu n'aimes pas dans le jeu théâtral ?

Philippe : Je n'aime pas apprendre un texte. Je préfère improviser que d'apprendre ou de lire un texte.

Carina, qu'est-ce qui te plaît quand tu joues un personnage ?

Carina : Quand je joue un personnage, j'arrive très facilement à voir quelqu'un d'autre que moi. J'aime cette possibilité là, d'être quelqu'un d'autre.

Philippe, qu'est-ce qui te déplaît quand tu joues un personnage ?

Philippe : Ce qui me déplaît quand je joue un personnage, c'est quand il m'est imposé parce que si j'ai un personnage en tête, j'aime bien le jouer. Comme dans les impros, j'aime bien parce que je peux faire qui je veux. J'aime bien avoir le choix.

Nicole, selon toi, qu'est ce que l'atelier théâtre t'a apporté ?

Nicole : Ça a un point très positif que je tiens à signaler. C'est que ça m'a permis de réduire mes séances de thérapie, et pour moi, c'est formidable. C'est vraiment un point tout à fait positif. Pour moi, le théâtre, c'est une thérapie. Mais j'ai un regret, c'est que c'est trop peu souvent. Pour moi, le théâtre est une thérapie.

Est-il plus facile pour vous de jouer avec le masque ?

Philippe : Non, masque ou pas, c'est pareil. J'ai peut-être un masque mais je vois tout le monde.

Nicole : Ah oui ! Sans hésiter ! Si parfois nous portons des masques postiches, ceux que tu nous apportes, dans la vie de tous les jours, c'est constamment que je porte un masque. Très peu de personnes savent ce qui se cache derrière le masque. Donc ça me permet de me cacher, de cacher ma souffrance. Je sais que tous ceux qui vont à Floréal ont dans leur cœur une souffrance, petite ou grande.

Pour vous, que représente le masque ?

Carina : Le masque, pour moi, c'est la neutralité. C'est quelque chose qui me fascinait, le masque, avant mais maintenant, c'est quelque chose qui m'effraie vraiment. Je préfère voir les visages des personnes, qu'elles soient capables de faire le masque, des visages figés, figer leur mâchoire. Ça fait peur mais je préfère. Mais les masques neutres sont très intéressants pour travailler le corps. Là, tu es obligé d'accentuer. Là, il faut danser, il faut bouger, il faut s'exprimer, il faut être beaucoup plus tonique avec son corps, beaucoup plus expressif.

Philippe : Moi, je l'utilise comme un objet. Pour moi, c'est un accessoire.

Nicole : Je vais me répéter, je vais dire que derrière le masque, la laideur, la beauté n'existent plus. Tout le monde est à égalité. Peut être que si dans la rue, chacun portait un masque, ce ne serait pas plus mal... Il y en a beaucoup qui s'arrête à la beauté physique et si on n'est pas beau, comme moi, par exemple, non seulement on me manque de respect mais je suis rejetée, repoussée et je le vis mal. Je me replie sur moi. Je n'y peux rien, je suis née comme ça et il faut faire avec. Pour moi d'ailleurs, c'est un peu... même beaucoup, une croix à porter. Avec le masque, tout semble sur un pied d'égalité.

Nicole, tu as participé au commencement de la création *Bienvenus au Ciel* amorcée par Jean-Marie, peux-tu nous expliquer, en quelques mots, de quoi il s'agit ?

Nicole : Justice rendue au ciel pour tout le monde quel que soit leur valeur. Et j'ai envie de rajouter encore une fois : égalité devant celui d'en haut, quel qu'il soit.

Je tiens à remercier toutes celles et ceux qui ont participé à la construction de l'atelier théâtre, c'est-à-dire, en premier, Monsieur Baud qui a accepté de me confier l'animation de cet atelier, ensuite ceux qui sont venus le plus souvent : Nicole, Jean-Marie, Bruno et Carina mais aussi Laetitia, Véronique, Philippe, Franck et Martin, et ceux qui sont venus le visiter l'espace d'une séance : Virginie et Gérard. Je voudrais également remercier Delphine et Wilfried pour leur aide mais aussi Josée pour avoir pris des jolies photos et pour son soutien.

Léonie.

Envie de changer

J'ai le regard vague, perdu. A l'intérieur de mon esprit se trouve une envie de combattre le chaos qui m'entoure. J'ai envie de fuir cette réalité toutefois mes valeurs me rappellent à l'ordre et me demandent de me raisonner. J'ai envie de tout laisser et repartir vers un nouveau chemin plus maîtrisable que celui d'aujourd'hui. Je me pose plein de questions sur mon attitude à supporter l'insupportable et un jour de dire stop et de vouloir tout arrêter. Pourquoi vouloir faire des choses qui dépassent nos capacités et vouloir par la suite tout arrêter et changer de destin ? Je suis une femme fragile, à la recherche de sérénité et de valeurs. Je vis pour un monde meilleur plein d'espoir. Je fais tout pour croire que nous sommes de bons êtres humains et nous sommes tous prêts à faire régner le bien et la paix dans le monde. Je ne sais pas comment faire ? Je ne sais plus où je suis. Je suis cet être fragile qui a envie de poser son arme et vivre en paix.

Tracy.

Ombragé

Malaise au crépuscule

Les jours sont de plus en plus courts
 Mon corps se fait de plus en plus lourd
 A mes appels au secours, à mon besoin d'amour
 Chacun reste sourd, est-ce la fin du parcours?
 Ma maudite carcasse me joue des tours
 Inutile de me conter fleurette
 Des vautours volent au-dessus de ma tête
 J'ai du mal à bouger mon squelette
 Il est immobile, au chaud, sous la couette.
 Ma maudite carcasse m'inquiète
 Mon seul remède reste le sommeil
 Rien ne me réveille. Je dors sur mes deux oreilles
 En rêvant aux paradis artificiels
 Où je pourrais entrevoir un arc-en-ciel
 Ma maudite carcasse me harcèle
 L'angoisse d'une mort imminente
 Se produit tous les jours à la nuit tombante
 Ma respiration est de plus en plus lente
 Pourquoi la vie est-elle si étouffante?
 Maudite carcasse (je suis lasse)
 Je M'ABSENTE.
 A demain...

Nicole.

Écrit de 17h30 à 18h00 le mardi 06 novembre

Haïkus

Ce terme fût créé par Shiki Masakoa (1867-1902), C'est une forme poétique très codifiée d'origine japonaise, à forte composante symbolique, et dont la paternité est attribué à Basho (1644-1694). Il s'agit d'un poème extrêmement bref visant à dire l'évanescence des choses. Il s'écrit sous la forme d'un tercet de 5,7,5 pieds pour les haïkus occidentaux. Nous vous en proposons quelques uns rédigés lors de l'atelier écriture.

Radio matin
 Un attentat à Beyrouth
 Stoppez les massacres.

Balade en forêt
 Bruit des feuilles pour compagnon
 Douce solitude.

Été canicule
 Chaleur lourde et plombante
 Vite à la rivière.

Marchant en cadence
 se cache le hérisson
 sous les herbes de Provence
 et des cèpes bien bons.
 Les cigales nous appellent
 et narguent de leurs batteries
 un écureuil rebelle
 grimpe et descend sans répit.
 J'aime à me promener sous les maquis
 et découvrir les garrigues
 trouver des arbres jolis
 et déguster des figues.
 Les arbres de là-bas font de l'ombre
 où l'on profite tous et toutes
 des bois peu sombres
 en découvrant de petites routes.
 Sous les palmiers, les figuiers, les oliviers
 un cadeau apprécié
 un joli savon délicat
 l'on est heureux comme ça.
 Je me mets sous un arbre comme vous
 heureux d'être ensemble vacanciers
 mon cœur reposé avec vous
 Figinières et son rêve ombragé.

Benoît.

Hier j'étais vivant

Derrière la fenêtre
 Il y a la nuit
 Dans ma tête peut être
 Le combat de survie.
 Derrière la fenêtre
 Un conte mal fini
 La lumière d'une cigarette
 J'apprécie.
 Derrière la fenêtre
 Un piéton appelle un taxi
 La neige va renaître
 Au mois d'avril.
 Derrière la fenêtre
 Les gens frissonnent
 Qui pourra me permettre
 De sortir sans raison.
 Derrière la fenêtre
 Ce n'est pas la saison
 Celle d'une à paraître
 Dans mon horizon.
 Je reste en silence
 Quand c'était très beau
 Je regardais les yeux grand ouverts
 La mère se dépêcher pour tirer les rideaux.
 Je restais dans le silence
 Contre toute menace

Mon père mettait de la mousse sur le blaireau
 Il avait l'air heureux
 De confondre le rasoir avec un couteau
 Un couteau à pain contre ma chair
 Les animaux
 Ma chair m'a coûté très cher
 Je l'ai donnée
 et je suis allé chercher ailleurs
 Plutôt dehors.
 Dors
 La loi des humains
 Faire l'amour à la veille
 Et se lever demain
 Il peut arriver de tendre la main
 De celui qui mettra fin
 A ma vie
 Ou à tout ce qui m'appartient
 Qui touchera ma femme
 En pensant à la sienne
 Ma femme me dira qu'elle m'aime
 En mangeant
 Ça ne fait rien
 si le repas n'était pas bien
 Je suis sur scène
 Mon lit, son corps
 Les sirènes
 Elle était sereine
 De mener une vie sans problèmes
 Je lui dit ça me gêne
 Tout ce qui coule dans mes veines
 Ça me rappelle mon enfance
 Avec des larmes aux yeux
 Elle me regardait en face
 Quel regret de charme
 Il s'agit de rester calme
 Un bon marché
 Silence contre silence,
 Notre dernier discours à l'aube
 Le ciel se dégageait
 Tout était propre
 Le soleil au rendez-vous
 La chaleur d'une tasse de thé
 Et pour la première fois elle m'a dit Vous.
 Je devais partir loin
 Pour que personne ne me voit
 J'emprunterais les roues
 Je soufflerais les voiles
 Et tout d'un coup
 Une femme fatale
 J'oublie mon pays natal
 J'élevais ma tête vers le ciel éternel
 Et je demandais à mon père fidèle
 Est-ce que je dois manger mon cœur
 Et massacrer mon esprit
 Une voix me répondit
 Ce sont des petits prix
 Regarde derrière la fenêtre
 C'est un conte mal fini.
 Un homme crachait sur le trottoir
 Une femme se mouchait dans le mouchoir
 L'odeur de la peur
 L'existence d'une présence
 La vie tu me menaces toujours
 Fais gaffe viendra un jour
 Tu me diras bonjour
 Mais ce soir derrière la fenêtre
 Je suis chez moi
 Je suis un bête.

Martin.

Mots de tête et bonne humeur

Solution des mots croisés n° 4:

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1	I	S	O	L	E		I	N	C	A
2	C	A	R	A	B	I	N	I	E	R
3	I	L		C	A	L	E		R	A
4		A	Y		T	E	R	R	E	S
5	E	M	E	T	S		T	O	M	E
6	T	A	T	I		M	E	D	O	R
7	A	L	I	E	N	A		A	N	
8	L	E		N	E	M	S		I	F
9	E	C	O	N	O	M	I	S	E	E
10	E	S	S	E		A	R	A	S	E

Devinettes

Calculer le prix HT d'un téléphone portable sachant que le prix TTC est de 99€ et que la TVA est de 19.6%.

Réponse: Le prix HT est de 82,78€ et non 79,40€ comme on pourrait le penser... Le calcul de la taxe est : "prix TTC / 1,196" qui est une formule de base à connaître et non "prix TTC - 19,6%" qui est l'erreur la plus sou- vent commise....

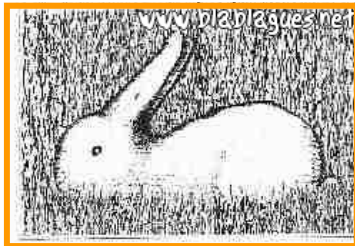
Sourires

Que dit un sapin de Noël qui arrive en retard le soir du réveillon ?
Je vais encore me faire enguirlander.

Quel est le comble pour un infirmier en psychiatrie ?
C'est de réveiller un patient pour lui administrer un somnifère.

Le père de David s'étonne de ne pas avoir encore reçu le bulletin scolaire de son fils et lui en demande la raison : - Et ton bulletin il est pas encore arrivé? - Si, si mais je l'ai prêté à Paul pour qu'il fasse peur à son père !

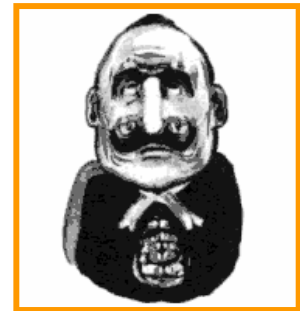
Illusions d'optique



Que voyez-vous?
Un canard, un lapin ou les deux



Un indien et un esquimau sont cachés dans cette image. Les voyez-vous?



Ce visage n'a rien de particulier? Retournez donc votre journal. Renversant, non?

Mots croisés

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

Horizontalement

1. Cruel manque d'eau
2. Consolidait. Bonne carte
3. Remboursé. Joint
4. Infinitif. Traîné dans la boue
5. Personnifie . Lévitique
6. Bondit. Débita
7. Cause principale de canicule. Faute de balle
8. Enzyme. Subissai la canicule...plein peau
9. Parasol naturel, bien utile en cas de canicule. Col rouge
10. Hydrocarbures. Article

Verticalement

1. Enchâssement
2. Période estivale. Au coeur du temple
3. Un temps de chien à la belle saison
4. Corrige un déficit en eau. Unité de mesure très utile pour la météo
5. C'est bien ce qui manque en cas de sécheresse. Fruit qui s'accommode bien de la sécheresse
6. Eclaté. Révolution. Un satellite qui fait parfois de l'ombre au soleil
7. Bains de vapeur
8. Négation. La réponse moderne à la canicule
9. Trait...drôle. Or
10. Question hibernation, c'est l'hiver en été