



MOTS EN TÊTE

ÉDITORIAL

Quel joli programme printanier !

Qu'avons-nous fait dans nos GEM ces derniers mois ? De belles sorties ont été organisées, et même des séjours ! Le 24 mai, un concert de la chorale « Arlequin's Gospel » a eu lieu au profit du GEM Loisirs et Progrès. Ce fut un franc succès ! Dans le cadre de la Nuit du Handicap, l'AFTC IdF/Paris a tenu un stand. Ce fut l'occasion pour dix adhérents du GEM La Boussole de danser trois chorégraphies sur le parvis de Notre-Dame-de-Paris. Quelle fierté de se produire à un tel endroit ! Saviez-vous que le mois Extraordinaire du Handicap à Paris avait lieu au mois de juin ? Le GEM LOGIS y a vivement participé : exposition, stand, portes ouvertes...

A vos agendas ! La cinquième journée Inter GEM « Photographie : tous réunis ! » aura lieu le samedi 29 septembre, à Rungis (2 place Marcel Thirouin). Au programme : pique-nique convivial, présentation en photos/vidéos de chaque GEM, photo de groupe, karaoké et quizz musical...

La version audio du numéro de mars 2018 est en cours de création par le GEM La Brie. Travail laborieux... Nous vous l'enverrons bientôt.

Pour le prochain numéro de *Mots en Tête*, je vous invite à m'envoyer vos témoignages à la question suivante : « *Dans notre société, comment vivre ensemble avec nos différences, nos faiblesses et nos forces ?* ». Toutes vos réponses paraîtront dans le prochain numéro. Rendez-vous aux pages 5 et 6 pour découvrir vos réponses à la question du numéro précédent, « *Comment vivrez-vous votre 14 juillet ?* ».

Le Comité de Rédaction et moi-même souhaitons une très belle continuation à Vianneyte. Nous te remercions chaleureusement pour ton engagement, ta bienveillance et ta bonne humeur !

Je vous souhaite de passer un très bel été, qui je l'espère, sera ensoleillé !

MARIE MEIGNEN



SÉJOUR HANDIDANSE À BOURGES PHOTO © GEM LA BOUSSOLE

SOMMAIRE

Mieux connaître l'AFTC	P2
Mon dernier voyage	P2
Bons plans	P2
Mon séjour à Marrakech	P3
« Les Mots Perdus »	P3
Au Bowling...	P3
Au cinéma...	P3
Quoi de neuf au GEM LOGIS ?	
Et ses alentours ?	P4
Séjour à « Village Nature »	P4
Comment vivrez-vous votre 14 juillet ?	P5-6
Jamel Comedy Club	P6
Ateliers culinaires	P6
Un peu de détente !	P7

Ce journal trimestriel est écrit par les neuf Groupes d'Entraide Mutuelle (GEM) d'Ile-de-France, parrainés par l'AFTC. Ces différents GEM proposent des activités et des sorties pour les personnes traumatisées crâniennes et cérébro-lésées.

MIEUX CONNAITRE L'AFTC

Juin, mois festif et solidaire

Après la Nuit du Handicap sur le Parvis de Notre-Dame de Paris le 9 juin, puis la Journée des familles le 16 dans une guinguette des bords de Marne, c'est sur l'Hippodrome d'Auteuil que sont attendus le 24 juin adhérents, amis et bénévoles.

Le même jour, à la même heure, pour la quatrième année, dans chaque ville engagée est donné le départ d'une course de 10 km à laquelle l'UNAFTC et plusieurs AFTC, dont la nôtre, sont associées. Concept unique, festif et fédérateur, les 10 km de l'Hexagone contribuent à la visibilité du handicap cognitif et sont l'occasion de pratiquer ensemble une activité ludique, sportive et conviviale. Courons ensemble !

FRANCOISE FORET

MON DERNIER VOYAGE

Mon dernier voyage était en avion pour l'île de Malte. Il n'y a qu'une heure et demie depuis l'aéroport de Paris / Charles-de-Gaulle. Napoléon 1^{er} y était passé avant la campagne d'Égypte. Les habitants parlent l'italien, l'anglais et le maltais. Ce fut un séjour inoubliable.

PASCAL, du GEM La Boussole



LA BELLE ILE DE MALTE

PHOTO © PASCAL

BONS PLANS

Magazine « Aider »

La solidarité volontaire, celle de l'engagement. Seize millions de personnes, en France, donnent leur temps dans des associations, et fait nouveau, elles sont de plus en plus jeunes.

La solidarité nécessaire, lorsqu'un proche est en situation de vulnérabilité due à l'âge, la maladie, ou le handicap. Onze millions de personnes se trouvent en situation d'aider un parent, un enfant, un conjoint, parfois au prix de leur propre santé.

Mais **aider n'est pas si facile**. Comment être juste dans sa relation à l'autre ? Comment répondre à ses besoins sans s'épuiser ? A quels repères - santé, psychisme... - se référer ? Comment résister à l'isolement ? Où trouver du répit ? Comment, enfin, donner du sens à cette expérience de vie ?

Psychologie, reportages, philosophie, histoire, réflexions de fond et informations pratiques...
« Un rendez-vous pour prendre du recul et donner de la valeur à son action. »

GEM Loisirs et Progrès



Voyages autour du monde

L'association **Itinéraire Bis, Culture, Tourisme et Handicaps** www.itineraire-bis.eu : informe les familles qui souhaitent visiter la France, l'Europe et le monde sur les voyages, le tourisme, la culture et les loisirs. Une bonne organisation s'impose quand on est atteint d'un handicap ou d'une maladie. Besoin d'un petit coup de pouce, ou d'un peu plus d'aide, l'association intervient à ces deux titres : accompagnateurs, « facilitateurs » de voyages et guides.

L'association a eu un coup de cœur pour la **Résidence de Bargny au Sénégal**. Projet familial autour de l'accident de leur fils. Après cinq ans de préparation, la Résidence offre cinq chambres adaptées et cinq chambres pour les accompagnateurs.

www.residence-kmc.com

Facebook: **Résidence KMC- Association Sénégallement Vôtre**

GEM Loisirs et Progrès

MON SÉJOUR À MARRAKECH

Fin mars, je suis partie pour une semaine à Marrakech. Dans une maison d'hôtes totalement accessible aux PMR, fondée par un couple de Français qui, une fois à la retraite, ont décidé de s'installer là-bas. Nous avons fait pas mal de sorties dont les incontournables souks et les marchés locaux.

Il y avait une piscine dans le jardin et, un jour, en rentrant d'excursion, j'avais le soleil dans l'œil et tout en voulant dire un mot à des amis près de la piscine, je suis tombée à l'eau ! Mon fauteuil avec... ! Coup de chance, il y avait pas mal de monde près de la piscine et j'ai pu être relevée rapidement... Pour le fauteuil, ça a été un peu plus compliqué ! Le mari de la directrice s'y connaissait très bien en matériel médical et a pu faire le nécessaire pour que je récupère mon fauteuil le plus vite possible. Après, en plaisantant, il m'appelait Laure Manaudou !

On a fait aussi une excursion en 4X4 et c'était vraiment super ! Les sensations sont très fortes !

On a aussi très bien mangé mais si vous n'aimez pas les tajines, pas la peine de venir au Maroc car on en avait des différentes tous les soirs et le vendredi c'était couscous !

HANDIOASIS

<http://www.handioasis.com/fr/>

ODILE, du GEM L'Astrolabe

« LES MOTS PERDUS »

C'est un film composé de quatre séquences de vingt minutes. Chacune suit une personne différente en France, Belgique, Québec et Suisse. Toutes sont aphasiques. Je l'ai vu au cinéma en 1995.

Une scène en particulier m'a marqué : à la boulangerie, une dame aphasique veut acheter une baguette « tradition » et la pointe du doigt. La boulangère s'énerve, ne comprend pas ce que lui demande la cliente. Un homme passe devant elle et demande une « tradition » pour la femme aphasique.

Cette scène m'a marqué parce que c'est une situation que je connais, c'est dur d'aller dans les boutiques, à la boulangerie.

Ce film montre bien que c'est difficile de communiquer, que c'est frustrant de ne pas être compris. Les gens devraient faire plus d'effort, petit à petit !

BERTRAND, du GEM Versailles Yvelines

AU BOWLING...

J'ai adoré la sortie au bowling, c'était la première fois que j'y jouais et j'ai adoré. En plus, j'ai fait un beau score ! Après, nous avons mangé des crêpes au Nutella et nous avons discuté.

ISABELLE, du GEM La Brie



PHOTO © GEM LA BRIE

AU CINÉMA...

Nous avons été au cinéma pour voir « Taxi 5 » et nous avons même eu droit au pop-corn et au coca. Nous avons bien ri.

SAMUEL, du GEM La Brie

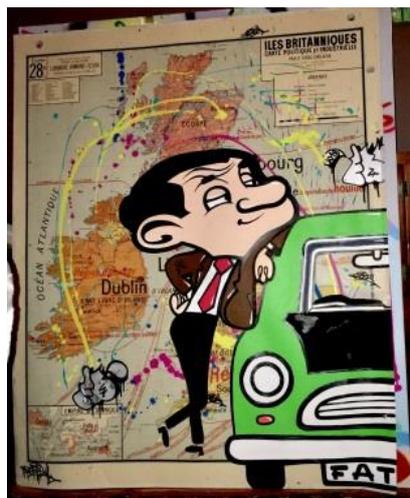
QUOI DE NEUF AU GEM LOGIS ? ET SES ALENTOURS ?

Rencontres, loisirs, fous rires, disputes, bonne entente, convivialité, esprit de famille : on se connaît tous, on est content et/ou pas content de se voir, toujours aussi gourmands, de supers sorties le samedi... Voici les mots qui nous viennent quand nous évoquons le GEM LOGIS.

Au début du mois de Mai, nous avons dit au revoir à Pierre de la Bibliothèque Aimé Césaire. Plusieurs d'entre nous ont beaucoup apprécié son accueil et sa passion pour les livres, notamment lors des petits déjeuners littéraires du samedi matin. Pierre était aussi venu au GEM pour réaliser un petit film diffusé dans plusieurs associations du 14^{ème} arrondissement.

Depuis deux ans, le projet d'un séjour d'une semaine à Londres se réalise avec la mobilisation de nombreux adhérents. Ce voyage sera un bel aboutissement aux différents ateliers et propositions : Anglais ludique, Création de pages dédiées sur les réseaux sociaux, Loisirs créatifs, Scones and Cupcakes, Atelier chant ciblé sur les

titres anglo-saxons, Sorties culturelles... Nous sommes heureux d'avoir été aidés par Charlotte Laborde, dans le cadre de sa formation comme Community Manager, pour créer une cagnotte internet Leetchi. Cette première opération d'appel aux dons en ligne a connu un franc succès !



ŒUVRE RÉALISÉE ET VENDUE PAR FAT AU PROFIT DU VOYAGE A LONDRES

Au mois de juin, nous avons été à fond dans la préparation du Mois Parisien du Handicap. Ce fut l'occasion de faire connaissance avec Arzazou, une association d'artistes du quartier. Nous avons été ravis d'ouvrir nos Portes autour d'un café chantant et d'une exposition des diffé-

rentes œuvres réalisées au GEM. Le samedi 9 juin fut la grande journée de rassemblement pour tous à la Mairie du 14^{ème}.



ATELIER AVEC L'ASSOCIATION ARZAZOU
PHOTO © GEM LOGIS

Quand est-ce qu'on pousse les murs pour accueillir encore plus d'adhérents ? Plusieurs des nôtres ont croisé dans le quartier Valérie Damiidot, la pro. de la déco à la TV : le rose-tagada des murs du GEM LOGIS est-il en train de vivre ces derniers jours ?

CHRISTINE, VALÉRIE, DIMITRI,
GUILLAUME et JÉROME,
du GEM LOGIS

SÉJOUR À « VILLAGE NATURE »



PHOTO © GEM LA BRIE

Nous avons été à « Village Nature », à Marne-la-Vallée, pendant trois jours. Notre week-end a été très agréable. Il y avait une entraide et une bonne entente entre les différentes personnes. Nous ne remarquons pas la différence entre les animateurs et les adhérents.

GILLES, du GEM La Brie

COMMENT VIVREZ-VOUS VOTRE 14 JUILLET ?

Un peu d'humour autour du 14 juillet

Le défilé sera rythmé par le son des hippopotames. En premier lieu, les cochons et les vaches défilent d'un pas léger. Ensuite, les veaux et les poules marcheront deux par deux sur un rythme un peu plus soutenu. Le défilé aérien sera assuré par les aigles de la patrouille 132 de Longwy. Quant aux éléphants qui ferment chaque année le défilé, ils se pareront de leurs plus belles plumes d'autruche.

Un adhérent du GEM LOGIS



PHOTO © GOOGLE

La nuit... Des fusées éclatent dans le ciel, plein de jolies couleurs apparaissent et forment des dessins différents. Quel plaisir de regarder le feu d'artifice !

OLIVIER, du GEM La Boussole



14 JUILLET 1989

PHOTO © OLIVIER

Mon 14 juillet sera sans doute le même : des larmes de joie et de tristesse. Depuis sept ans, j'ai perdu mon grand-père. C'était un grand garde républicain et un homme généreux et humble : il s'est battu toute sa vie contre la maltraitance des chevaux en créant une association (dans laquelle j'ai travaillé pendant un an). Il a aussi défilé à tous les 14 juillet, à cheval avec son instrument : le cor de chasse. J'ai essayé de souffler, non seulement ça fait mal derrière les oreilles, mais rien ne sortait !

Je me souviens d'une fois en vacances : mon grand-père a joué toutes les musiques de la garde républicaine pendant des heures, j'étais en émerveillement devant lui, comme une petite fille en face de son plus beau cadeau.

Je regardais le défilé avec ma grand-mère, elle arrivait toujours à le repérer en tête. Aujourd'hui, ça fait mal, mon grand-père et ma grand-mère ne sont plus. Du coup, le 14 juillet n'a plus le même sens pour moi. Ils me manquent beaucoup tous les deux.

J'ai en héritage le sabre de cérémonie de mon grand-père. Pour moi, ça vaut tout l'or du monde...

VALÉRIE, du GEM LOGIS

Mais quel membre de l'équipe de rédaction du journal a eu l'idée saugrenue de poser cette question ? Pour moi, ce sera un samedi comme un autre. Je ne prévois rien, je vis au jour le jour. En général, je regarde le défilé à la télé puis le feu d'artifice depuis ma fenêtre. Les couleurs de la joie et de la fête sont très jolies à regarder et je respecte les membres des armées qui ont fait la guerre.

CHRISTINE du GEM LOGIS



PHOTO © GOOGLE

La réponse du GEM Chez Godot



TABLEAU DE MONET



PHOTOS © GOOGLE

Quand on parle du 14 juillet, nous avons tous un souvenir, une image, une idée, une histoire autour de cette date !

Les premières images de cette date sont festives et colorées comme des feux d'artifice explosant dans le ciel de Paris.

Le 14 juillet est le jour des bals, des musettes, des accordéons sur la grande place du village, décorée du BLEU BLANC ROUGE, des drapeaux flottants dans l'air.

« J'ai le souvenir du rituel de ce jour. Dès le matin, il y a la retransmission des préparatifs du défilé militaire sur les Champs Elysées. Comme on habitait en banlieue, on assistait au défilé des engins volants, hélicoptères et autres

mais aussi du passage de la patrouille de France qui passait au-dessus de nos têtes avant de survoler les Champs Elysées. »

« Le 14 juillet est pour moi le jour le plus bruyant, entre les feux d'artifice et les pétards... Mais avant, j'ai pu, moi aussi, lancer quelques pétards ce jour du 14 juillet donc ça me rappelle des souvenirs. »

« Le feu d'artifice de ce jour rassemble énormément de personnes dans un même lieu et c'est impressionnant de voir toutes ces personnes s'émerveiller des couleurs qui éclatent dans le ciel noir. »

« C'est un jour lors duquel chacun est fier de tenir un drapeau français dans les mains et le faire voler. Il y a

un sentiment de bonheur. »

« Malheureusement, on pense aussi à ce choc, à Nice... Je pense que cette année, mes pensées iront vers les familles des victimes. »

« J'ai souvenir du défilé du 14 juillet 1998 car tout le monde avait déjà fêté les champions du monde de football sur les Champs Elysées. Alors, le jour du 14 juillet, il y avait beaucoup de maillots de l'équipe de France. Il y a aussi le concert de Johnny Halliday qui a eu lieu le 14 juillet 2009 à la Tour Eiffel : il avait rassemblé plus de 700 000 personnes !!! »

LES ADHÉRENTS
du GEM Chez Godot

JAMEL COMEDY CLUB

Nous sommes allés au Jamel Comedy Club et j'ai adoré car à la fin du spectacle les humoristes sont venus à notre rencontre pour parler avec nous et prendre des photos. Ils nous ont même invités gratuitement au prochain spectacle. Merci aux animateurs et au Jamel Comedy Club !

ÉRIC, du GEM La Brie

ATELIERS CULINAIRES

Ce que j'aime au GEM la Brie, ce sont nos ateliers culinaires. Étant « cuisto » de métier, j'apprécie beaucoup l'atelier. La semaine dernière, nous avons cuisiné une escalope de dinde avec une sauce fromagère.

CHRISTOPHE, du GEM La Brie



PHOTO © GEM LA BRIE

UN PEU DE DÉTENTE !

DEVINETTES

Voici quelques devinettes qui ont accompagné l'exposition du GEM les Colibris de Rungis : « Auprès de mon arbre »

- 1- Quel est l'arbre préféré des boulangers ?
- 2- Quel est l'arbre préféré des koalas ?
- 3- Citez un prénom qui est aussi un arbre ?
- 4- Quel arbre plaît aux crocodiles ?
- 5- Quel arbre détestent les fainéants ?

Réponses : 1- Le pin 2- L'eucalyptus 3- Olivier
4- Le noyer 5- Le bouleau

La Méridienne

Exposition

AUPRÈS DE MON ARBRE,...

« Pousse, tu fais de l'ombre ! »



Du 1^{er} au 20 juin

Simon de Cyrène
RUNGIS

Réalisée par le GEM Colibris de Rungis

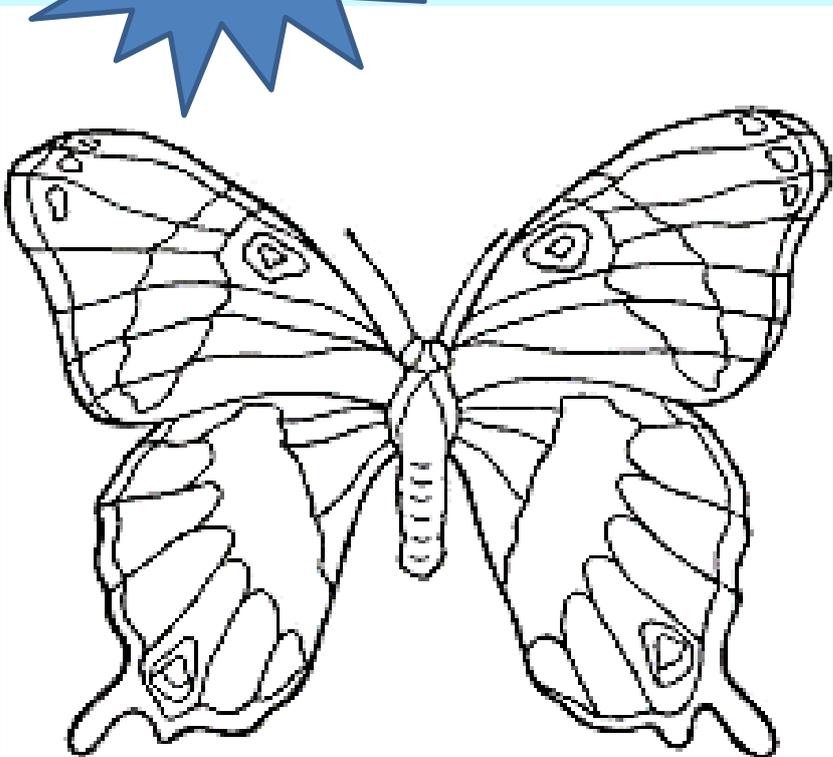
Entrée libre

durant les horaires d'ouverture



Médiathèque - 1 place du Général de Gaulle - 91150 RUNGIS
Tél : 01 79 51 61 61 - mail : mediatheque@ville-rungis.fr - web : mediatheque.rungis.fr

DESSIN



CHARADES

Gâteau ou prénom

Mon premier porte les voiles d'un bateau.
Mon deuxième est compris entre 1 et 5.
Mon troisième se boit au petit déjeuner.
Mon quatrième se fait avec les lacets de chaussures.
Mon tout est un petit gâteau.

Réponse : Madeleine (mat-2-lait-noeud)

Fleur

Mon premier est un oiseau noir à queue blanche
Mon deuxième coule dans mon corps
Mon troisième est l'objet où l'on dort
Mon tout est une fleur

Réponse : Pissenlit (Pie-sang-lit)

Pour infos



Mots en Tête est le
journal de l'Inter GEM.

Il permet l'expression de
chacun des GEM TC/CL
franciliens parrainés par l'AFTC Île-de-France / Paris

Retrouvez le journal en ligne sur
www.traumacranien.org ou sur le site du GEM
la Boussole la-boussole.e-monsite.com

Telle est la question...

**Dans notre société, comment vivre
ensemble avec nos différences, nos
faiblesses et nos forces ?**

Répondez à marie.aftc@outlook.fr ou par courrier à
l'AFTC.

Vous découvrirez le résultat de vos réponses dans le
prochain numéro.

La question du numéro précédent était « Comment
vivrez-vous votre 14 juillet ? ».

Comité de rédaction

La prochaine réunion est prévue
Le jeudi 6 septembre à 14h30
au GEM LOGIS

**Vous pouvez envoyer vos textes et articles
pour qu'ils soient publiés dans le journal**
par courriel à marie.aftc@outlook.fr
ou par courrier à l'AFTC Ile-de-France / Paris :

AFTC IdF / Paris
Marie Meignen
8 rue Maria Helena Vieira Da Silva -
75014 Paris

Imprimé par ANRH Paris 13^{ème}

Tiré en 600 exemplaires

Directrice de publication :
FRANÇOISE FORET

Responsable de rédaction :
MARIE MEIGNEN

**Si vous souhaitez rejoindre notre
Groupe d'Entraide Mutuelle, voici
les contacts**

GEM TC / CL IdF

GEM Loisirs et Progrès

Lieu de correspondance : 76 rue des
Saints-Pères

Lieu d'activité : 71 rue de Grenelle
75007 Paris

Tél : 01 45 49 63 79

contact@loisirsetprogres.org

GEM La Boussole

10 rue Erard
75012 Paris

Tél : 01 53 44 70 35

laboussolegem@gmail.com

GEM LOGIS

171 rue Vercingétorix
75014 Paris

Tél : 01 71 26 56 46

06 27 36 27 59

homegemlogis@gmail.com

GEM La Brie

41 rue du laiton
77176 Savigny-le-Temple

Tél : 06 56 82 89 12

gemlabrie77@gmail.com

GEM Versailles Yvelines

24 rue du Maréchal Joffre
78000 Versailles

Tél : 06 80 44 74 99

animationgvy78@gmail.com

GEM Le Cap

20 rue Vieille Forge
92170 Vanves

Tél : 09 53 96 32 00

infos@gemlecap.com

GEM L'Astrolabe

1 rue Aubert
93200 Saint-Denis

Tél : 09 67 27 51 66

06 30 26 55 81

animastrolabe@gmail.com

GEM Les Colibris de Rungis

2 place Marcel Thirouin
94150 Rungis

Tél : 01 82 96 00 35

06 49 87 23 24

gem.colibris@simondecyrene.org

GEM Chez Godot

62 rue Pierre Brossolette
95200 Sarcelles (village)

Tél : 07 88 37 48 02

gem.chezgodot@gmail.com