



PHOTO © GEM LA BRIE

SOMMAIRE

Mieux connaître l'AFTC	P2
La Fête des Tulipes	P2
Bons plans	P2
Le nouveau local du GEM sur Seine	P3
Poèmes	P3
Quoi de neuf au GEM Chez Godot ? Et ses alentours ?	P4
Handicap et société : comment trouver sa place ?	P5-6
A l'œuvre du printemps	P6
Un peu de détente !	P7
Pour infos	P8

Ce journal trimestriel est écrit par les treize 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.

ÉDITORIAL

Quelques nouveautés !

Les membres du Comité de Rédaction de *Mots en Tête* se sont réunis le 5 mai en visio-conférence. Vous découvrirez ci-dessus le nouveau logo du journal *Mots en Tête* ainsi que la nouvelle mise en page de l'encadré. Un grand merci à Jean-Marie, à Guillaume, à Vanessa et à Thierry pour leur travail.

Le Hors-Série 2022 de *Mots en Tête* sortira à l'automne. Voici le thème : « *Osez le dire !* ». L'occasion de s'exprimer sur des sujets qui nous paraissent tabous, que ce soit par le biais d'un texte, d'une photo ou d'un dessin, d'un film, d'un livre ou bien encore d'un site internet, c'est vous qui choisissez !

Aviez-vous bien noté la date de la 7^{ème} Journée Inter GEM ? Le samedi 16 octobre, ce sera enfin l'occasion de tous se retrouver dans la grande salle de la Maison du Chemin de l'Île à Nanterre (92), de 11h à 17h. Nous reprenons le thème et le programme qui était initialement prévu pour la précédente journée qui a été annulée en raison de la situation sanitaire. Sous l'intitulé « *Une journée ensemble, pour être heureux* », le programme se déclinera comme suit : repas avec traiteur ; deux espaces d'activités distincts : blind-test / karaoké d'un côté et pétanque de l'autre ; un espace expositions ; un espace photomaton. Une journée de retrouvailles...

Les mois estivaux sont l'occasion de retrouver les activités et événements de plein air. Le Comité de Rédaction vous invite à répondre à la question thématique suivante pour le prochain numéro : « *Quels sont vos plaisirs de l'été ?* ». Concernant le précédent thème « *Handicap et société : comment trouver sa place ?* », je vous invite à vous rendre aux pages 5 et 6 pour découvrir vos réponses.

Je vous souhaite de passer un très bel été.

MARIE MEIGNEN

MIEUX CONNAITRE L'AFTC

Petit aperçu d'actualités

L'association a encore une fois changé d'adresse. Ses nouveaux locaux sont situés 80 rue de Paris à Montreuil (93100). Ils sont accessibles en métro ou en bus. Le numéro de téléphone et l'adresse mail restent inchangés.

Le N° 133 de notre revue "... PARCOURS ..." est paru. Encore merci pour la contribution des GEM à l'iconographie. Nous comptons sur vos photos pour le prochain numéro à paraître fin septembre.

Notre association est partie prenante de la course "Les 10 km de l'Hexagone" qui a lieu dimanche 26 juin à l'Hippodrome d'Auteuil (départ à 9h). Les amateurs sont bienvenus pour participer à cet événement sportif et familial.

L'AFTC IdF / Paris

LA FÊTE DES TULIPES



Le samedi 16 avril, nous sommes allés à la Fête des Tulipes de Saint-Denis. Nous avons apprécié cette journée, nous avons bien rigolé. Les couleurs des tulipes étaient splendides et très variées. Il y avait de nombreux stands. Nous avons apprécié découvrir comment faire des instruments avec des légumes, comme la carotte qui devient un véritable sifflet ! Nous avons aussi fait la découverte d'un orchestre de récup' (instruments réalisés à base de produits de récupération comme des bouteilles en plastique ou des tuyaux d'évacuation). Il faisait très beau, alors nous en avons profité pour boire un verre dans une ambiance musicale.

ARTUR, MAHAMADOU et ANTOINE, du GEM L'ASTROLABE

BONS PLANS

BONS PLANS DU 77!

Au GEM des Remparts à Meaux, nous nous rendons au cinéma GAUMONT à Disney Village une fois par mois et, juste avant la séance cinématographique, nous nous restaurons au McDonald's. Nous apprécions énormément cette sortie mensuelle. Voici l'adresse du cinéma : **Esplanade François Truffaut 77705 MARNE-LA-VALLÉE.**

De plus, nous allons au bowling La Briqueterie, près de notre ville, dans sa proche banlieue. Voici l'adresse : **2 rue de la Briqueterie 77470 POINCY.**

Dans notre local, nous aimons écouter diverses musiques trouvées au hasard. Il ne faut pas oublier nos activités manuelles avec lesquelles nous confectionnons divers objets comme des cendriers, des plateaux de repas ou autre. Nous pratiquons aussi la peinture et la pâte à sel.



GEM des Remparts

LE NOUVEAU LOCAL DU GEM SUR SEINE



PHOTO © GEM SUR SEINE

Après trois longues années d'attente, le GEM sur Seine a enfin déménagé dans son nouveau local. Toujours dans la ville de Nanterre, nous nous sommes rapprochés de Nanterre Université, quittant Nanterre Ville. Bien plus grand que le précédent, il permet à tous de pouvoir s'exprimer mais aussi de se déplacer comme ils le souhaitent. Dans notre nouveau local on peut trouver un espace repos avec un canapé (bientôt deux), trois fauteuils bien confortables, un espace création, un bureau et une cuisine. Nous avons hâte de vous le faire découvrir si l'envie vous y prend.

WASSIM, du GEM sur Seine

POÈMES

LE MAGNOLIA

Paysage bucolique, à l'aube s'émerveille la renaissance du printemps, une belle saison.
La réapparition du magnolia.
Demoiselle d'une noblesse, très courtisée.
Elle s'habille de blanc, de rose, de pourpre, de jaune.
Belle harmonie, rayonnante d'une splendeur.
Des lumières, des étoiles plein les yeux.
Rayon de soleil, coup d'œil, oiseaux volant de partout, certains cherchent de quoi manger.
D'autres partent vers une autre campagne.
Un éclat de pure joie, la beauté l'a sublimée.
Odeur sucrée de la cueillette des clémentines, arôme de bonheur.
Bouquet de lumière étourdissante, reflet de diamant au loin, un sourire, un soupir.
C'est tout un poème.
C'est une fumée de je t'aime.

VALÉRIE, du GEM LOGIS



PHOTO © GOOGLE

MA VIE SPORTIVE

(Poème créé en alexandrins)

Mon rêve, c'est le triathlon comme sportif,
deux bécanes neuves disparues dans ma vie,
me restait la vieille de mon père, pour l'envie,
en natation et marathon, je fus actif.

Un quatorze août, j'eus en vélo l'accident,
suite à mon coma, je repris ce que j'aime,
par le basket doucement à notre GEM,
la danse, le bowling, c'est pour moi, évident.

A Paris sur les dix bornes, en trottinant
pour les handicapés, mon rêve, pensé
une médaille, le lendemain un AVC,
un quatre juillet, quelque peu enquinant.

Le vingt mai, l'opération indispensable
me seront posés, une valve et un drain
ce qui ne m'empêchera pas d'être capable
de composer pour vous de beaux alexandrins.

OLIVIER, du GEM La Boussole

QUOI DE NEUF AU GEM CHEZ GODOT ? ET SES ALENTOURS ?

Je me présente :

Bonjour à tous, je m'appelle Sacha, j'ai 26 ans et j'habite à Baillet-en-France. Je viens au GEM chez Godot depuis le 13 novembre 2018. J'ai découvert les GEM grâce au SAMSAH Belle Alliance qui se trouve à Groslay. J'ai entendu parler du GEM Chez Godot par Mme Ivandekics qui m'a présenté cette association avec qui j'ai pris contact. Je vais au GEM au moins trois fois par semaine : le lundi, le jeudi et le vendredi. J'adore, il y a des activités et sorties diverses et ça me permet de sortir de chez moi.

J'adore écouter la radio et la musique et j'adore particulièrement les radios d'autoroute comme 107.7 car ce sont les seules radios qui sont en direct 24h/24 et 7 jours sur 7. Avec des animateurs, j'ai déjà visité les studios d'une de ces stations (SANEF 107.7) à Senlis dont j'ai pu découvrir le fonctionnement. J'ai déjà assisté le 26 mars 2018 à la matinale de la station qui s'appelle « Le morning drive ». Le 29 janvier 2020, à l'émission de fin de journée qui s'appelle « le Grand format », j'ai pu parler en direct à l'antenne. La station SANEF 107.7 a lancé, sur la radio numérique, une déclinaison spéciale pour la région Île-de-France.

Je suis un passionné d'informatique, je me débrouille bien. Avec les animateurs du GEM, je m'occupe d'alimenter la page Facebook de l'association. Depuis 2019, je suis bénévole dans un spectacle historique en Seine-et-Marne dans la ville de Meaux.

SACHA, du GEM Chez Godot

Un diplômé au GEM :

Bonjour, je m'appelle Guillaume, je suis un traumatisé crânien depuis 7 ans et adhérent au GEM « chez Godot » depuis 5 ans. Chez Godot m'a permis de retrouver un quotidien, une qualité de vie et surtout un sens à donner à ma nouvelle vie. Je veux dire par là que j'ai découvert le métier d'animateur. Après un stage, ma voie était confirmée. Je vais devenir animateur et apporter de la vie, de la joie autour de moi. 36 mois de formation plus tard me voici diplômé d'un BPJEPS et prêt à transmettre ma passion comme cela m'a été fait par le GEM chez Godot. Je remercie Thomas, Alexia, Johanna mais également tous ses bénévoles Madeleine, Marc, Tassadite, Isabelle...

GUILLAUME, du GEM Chez Godot



Ateliers du mois :

Comme chaque mercredi au GEM, on fait de la poterie. Par cet atelier, je retrouve des souvenirs et des sensations d'enfance. Bien sûr, les pièces ont évolué et pour moi tout est possible : je peux créer, inventer. On fait aussi des pièces pour le GEM ou d'autres organismes. Nous avons créé un petit jardin japonais et on a fait des anges en céramique. Pour moi, c'est un plaisir personnel de créer quelque chose de mes mains mais aussi un plaisir collectif.

GÉRALDINE, du GEM Chez Godot

Sortie :

Le beau temps revient et les sorties en soirée aussi. Nous sommes allés à un spectacle de magie/clown/illusion à Garges-Lès-Gonesse. J'ai aimé le spectacle "Le syndrome de Cassandra". Cependant, j'ai moins aimé que l'histoire se passe avec un seul acteur sur scène.

MICHAEL, du GEM Chez Godot

HANDICAP ET SOCIÉTÉ : COMMENT TROUVER SA PLACE ?

Je trouve ça très compliqué. La société n'est pas toujours tolérante et elle est parfois très dure envers les personnes en situation de handicap.

LÉA, du GEM La Boussole

L'instant Café Philo au GEM LOGIS, à suivre...

Ma question : A quand la réelle égalité sur terre ? (humainement parlant)

(SILENCE au 5ème étage : non les anges ne passent pas, ils sont assis devant moi)

Ma réponse : le jour où les poules auront des dents LOL (morte de rire).

MYRIAM, du GEM LOGIS

Le moins que l'on puisse dire est qu'aux personnes en situation de handicap, on ne fait pas la partie belle... Les commerces, les cinémas non accessibles : cela arrive hélas trop souvent... Il y a quelques années, des camarades Gémos en fauteuil se sont vu refuser l'accès à un cinéma pourtant situé sur les Grands Boulevards. Certains étaient venus en taxi. Furieux, mon compagnon, lui-même Gémou, est reparti en se promettant de ne jamais remettre les pieds dans le cinéma en question. Il tient parole !! Le MK2 le plus proche de chez moi (je vis dans le 20^{ème}) est totalement inaccessible aux personnes à mobilité réduite... Nous avons dû nous résoudre mon compagnon et moi à « appeler au boycott ».

Bien sûr, des progrès ont été faits en matière d'emploi mais, trop souvent, et je sais de quoi je parle, une personne qui se retrouve en situation de handicap après un accident ou une maladie se retrouve placardisée... Après mon AVC, lorsque j'ai repris mon travail dans la fonction publique, j'ai vite compris que je ne servais plus à rien. J'ai travaillé deux ans et je me suis ensuite retrouvée placardisée. Il m'arrivait de regretter, si si, regretter d'avoir survécu !!! J'ai tenu le coup grâce au GEM, à ma famille et bien sûr, à mon compagnon qui m'a vu sortir en larme du ministère où je travaillais...

Et je souhaiterais aussi parler des non-voyants : pourquoi les appareils auditifs, les scanners etc. qui leur permettent de lire les textes sont-ils si onéreux ?

Handicap et société oui, il reste encore beaucoup à faire.

NADINE, du GEM La Boussole

Habile herboriste, Hervé hume du hachisch.

Abasourdi, Hervé s'abîme dans cette activité abjecte, qu'il abhorre mais qu'il adore aussi.

Naïf il noie sa noblesse et nage dans le néant. Neurasthénique une nausée noue ses neurones neutralisés en névralgie.

Dangereusement son discours devient décalé. Il défaille.

Impact impensable, imprévu, immuable. Hervé immigre dans son imaginaire illuminé sur un ice-boat ignoble. Une idylle idiosyncratique avec l'institution impose l'imagerie médicale qui instituera son état intellectuel définitif.

C'est du joli ! C'est râpé complètement ! Son cerveau cadennassé, cassé... cafouille. Une cohabitation commence dans son corps où il est colocataire.

C'est un calvaire pour lui et pour les autres : il ne peut même plus être cajolé !

A

P

MARC, du GEM Le Canal

La réponse du GEM Colibris de Rungis



PHOTO © GEM CHEZ COLIBRIS DE RUNGIS

« T'as vu le gogol là-bas ? » : c'était ce qu'on pouvait entendre il y a quelques années. Les personnes handicapées étaient mal vues, elles pouvaient même être cachées. Certains lieux étaient très mal adaptés. Heureusement les temps ont changé. Grâce à des lois promulguées en faveur du handicap et grâce au droit de vote, nous sommes des citoyens à part entière. Les Jeux Paralympiques diffusés à la télévision, qui amènent un public nombreux, et les films tels que « *Intouchable* », « *Patients* » et « *Presque* » ont mis les personnes handicapées sur le devant de la scène.

Les personnes en situation de handicap ont aussi plus de place dans la société grâce aux associations, aux thérapies mises en place, aux ESAT (Etablissement et Service d'Aide par le Travail) où le porteur du handicap peut travailler suivant ses possibilités. Les transports sont de mieux en mieux adaptés, tel le TRAM T7 qui dessert Rungis avec une station près de nos maisons et du GEM. Et puis, nous avons le service PAM et certains taxis.

Nous avons la chance d'avoir le GEM Colibris de Rungis. Le GEM qui, par sa responsable et ses animateurs très professionnels, nous aident à trouver et ouvrir des portes comme le Duo Day, un stage d'un jour en entreprise, ou encore des activités sportives, artistiques et culturelles dans des lieux dédiés proposés par la commune. La sensibilisation auprès des enfants à la ludothèque et à la médiathèque est un grand atout. La possibilité de faire des études dans des lieux adaptés est un grand progrès dont certains de nos adhérents profitent. N'oublions pas les rencontres, les échanges avec la population, les repas partagés qui sont un grand soutien pour nous. Certains adhérents de notre groupe nous proposent des exposés sur l'aviation civile, sur l'énergie renouvelable, sur Perpignan, sur l'Espagne, qu'ils animent. Nous avons un nouveau projet de pièce de théâtre, dont les répétitions commenceront en septembre prochain, le spectacle est prévu en avril 2023. « A nous la scène » !!

Après tout ce que nous venons de dire, nous sommes persuadés que nous avons toute notre place dans la société.

MARC, BRICE, TEDDY, XAVIER et FRANCOISE, du GEM Colibris de Rungis

A L'ŒUVRE DU PRINTEMPS



Le printemps par Mariam

PHOTO © GEM LE CANAL



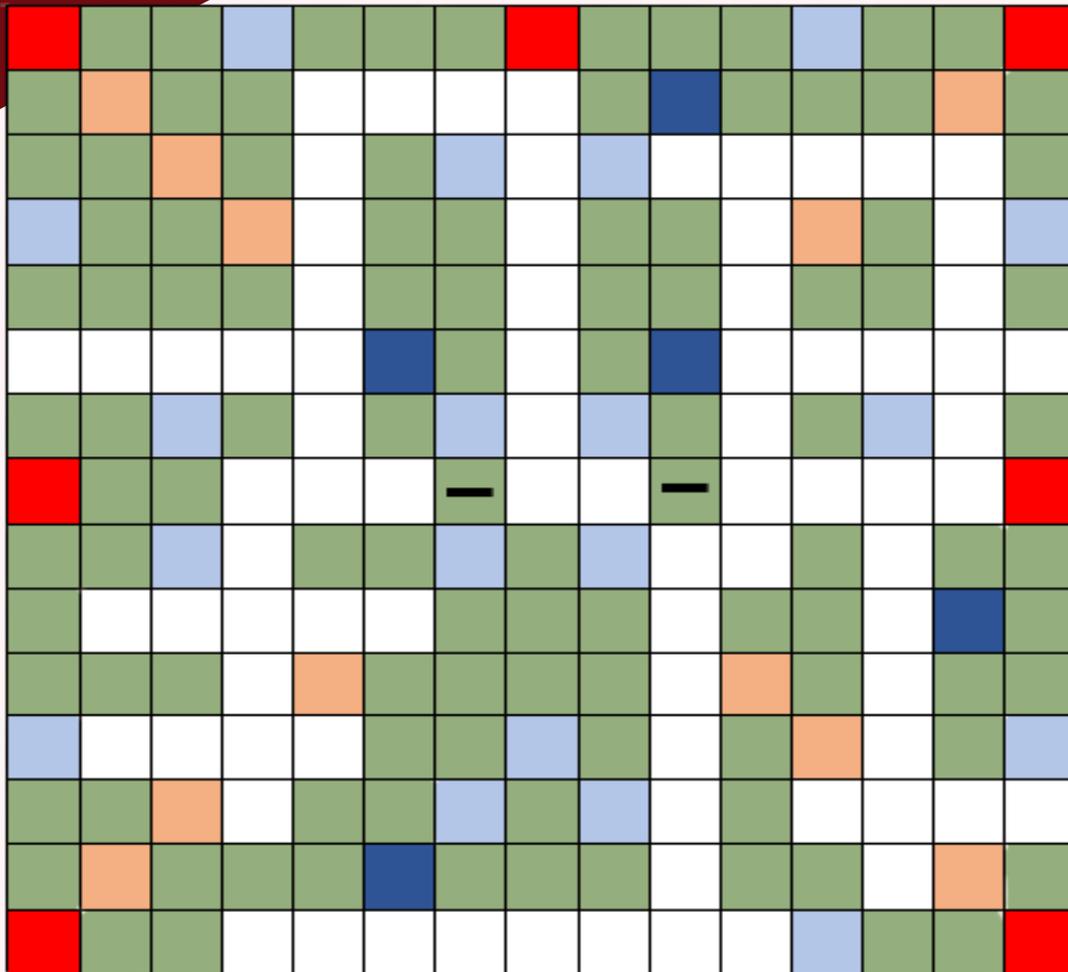
Fucien à l'œuvre du printemps
PHOTO © GEM LE CANAL

UN PEU DE DÉTENTE !

SCRABBLE

Un jour, nous avons joué à placer sur une grille de Scrabble des mots qui nous évoquaient la joie. Voici ci-dessous les mots en question. Arriverez-vous à reconstituer notre grille ?

Bonheur ; Soleil ; Vacances ; Plage ; Arc-en-ciel ; Sourire ; Enfance ; Gaité ; Paix ; Amitié ; Emotion ; Musique ; Fêtes ; Aider ; Joie ; Boum



BLAGUES

Thomas, grand amateur de blagues « Monsieur et Madame... », anime nos déjeuners en nous proposant des devinettes. En voici ci-dessous un échantillon :

- **Monsieur et Madame Danlgarage ont une fille, comment s'appelle-t-elle ?**

Réponse : Mélodie

- **Monsieur et Madame Versaireauchampagne ont quatre filles, comment s'appellent-elles ?**

Réponse : Elsa, Rose, Laure, Annie

- **Monsieur et Madame Ouquoi ont deux fils, comment s'appellent-ils ?**

Réponse : Ted et Bill

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.aftcidfparis.org dans l'onglet
« Documentation » ou sur le site du GEM
L'Astrolabe **gem-astrolabe.jimdo.com**

Dans le prochain numéro...

« Quels sont vos plaisirs de l'été ? »

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

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

Comité de rédaction

La prochaine réunion est prévue
**Le jeudi 8 septembre à 15h
en visioconférence**

**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
3 avenue Victoria
75184 Paris Cedex 04**

Imprimé par ANRH Paris 13^{ème}

Tiré en 564 exemplaires

Directrice de publication :

FRANÇOISE FORET

Responsable de rédaction :

MARIE MEIGNEN

GEM TC / CL IdF

GEM Loisirs et Progrès

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

10 rue Marceline Leloup

77176 Savigny-le-Temple

Tél : 06 56 82 89 12

gemlabrie77@gmail.com

GEM des Remparts

9 rue Longperrier – 77100 Meaux

Tél : 06 98 19 64 76

gemdesremparts@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 – 07 67 64 59 99

infos@gemlecap.com

GEM sur Seine

5 allée Jean-Baptiste Lamarck

92000 Nanterre

Tél : 07 69 26 86 25

contact.gemnanterre@gmail.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 Le Canal

5 avenue Anatole France – 93500 Pantin

Tél : 06 51 50 33 25

contact.gempantin@gmail.com

GEM Les Colibris de Rungis

7 rue Walter Gropius – 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

Tél : 07 88 37 48 02

gem.chezgodot@gmail.com

GEM O'Pluriel

18 boulevard de la Paix – 95800 Cergy

Tél : 06 23 89 36 39

gem.opluriel@gmail.com