



Le Groupetto

ANNÉE 2015 N° 4



Bricolage(s)

Bricolage(s)

SOMMAIRE

Page 3 Editorial : un an déjà!

Page 4 La vie du Gem

Page 5 Rencontre avec Microsillons

Page 6 Les adhérents nous racontent leurs sorties de l'été

Page 7 Au Gem Cap@cités, certains ont vu des spectacles de CIRCA 2015 et ils en parlent...

Pages 8/9/10/11 Textes libres - Poésie - humour

Page 12 Mes Chanteuses préférées...

Page 13 Bon vent Anthony!!!

Page 14 L'instant recette!

EDITORIAL : Un an déjà !

En septembre 2014 certains parmi les adhérents et bénévoles du GEM Capacités s'engageaient dans le projet de reprise du journal du GEM après une période d'interruption; le premier numéro de ce nouveau journal paraissait au mois de décembre suivant, il y a donc un an !

Depuis nous avons pu préparer et vous proposer 3 autres numéros, ce N°4 venant clore l'année 2015. Jeudi après jeudi, puisque c'est le jour de l'atelier d'écriture et de la fabrique du journal, certains d'entre nous se sont retrouvés autour de la table pour échanger leurs idées, proposer leurs écrits, leurs dessins, dire aussi leurs hésitations à se lancer dans l'écriture d'un texte et, pour certains, dire leurs désaccords avec la forme du journal ou avec le contenu de certains articles.

Tout cela est plutôt de bon augure car la parole circule et des personnes se rencontrent autour de ce projet de journal trimestriel. C'est là l'essentiel et nous souhaitons donc continuer l'aventure en vous invitant à venir encore plus nombreux avec vos textes écrits ou à écrire, vos idées, etc...

Nous pourrions faire à cet endroit là un lien avec le thème choisi pour illustrer la couverture de ce

N°4 : Le Bricolage. Tout ce qui touche à la vie quotidienne du GEM tient essentiellement par les engagements des uns et des autres... chacun d'entre nous en venant s'inscrire dans la vie et le fonctionnement de la structure effectue un écart, un pas de côté, sur le chemin qu'il trace au quotidien. Chacun participe selon son désir et ses moyens aux multiples tâches inhérentes à la vie collective et aux activités décidées en commun. Comme nous l'enseignent les dictionnaires savants le sens des mots bricole, bricoler et bricolage a évolué un cours des siècles (voir ci après) mais l'idée principale qui est restée est celle de faire un écart, un mouvement inattendu, de dévier de la trajectoire prévue. Ici au GEM, nous pouvons sans doute dire que nous bricolons ; pas de journalistes, pas de cuisiniers, pas de jardiniers, de mécaniciens professionnels etc... seulement des personnes qui ont quelques connaissances ou compétences, quelque intérêt aussi et qui ont décidé de les mettre au service du collectif formé par les membres du GEM.

Marc

* **Bricole, Bricoler, Bricolage** : selon les dictionnaires consultés (dictionnaire historique de la langue française Le Robert, dictionnaire étymologique du Français, coll.les usuels Le Robert, le petit Littré), nous découvrons qu'à l'origine du mot " bricolage" se trouve le mot "bricole" lui même emprunté vers 1630 au mot italien "bricola", signifiant "catapulte". Cette machine de guerre fonctionnait grâce au balancement d'un fléau ; nous pouvons voir des catapultes dans le très beau village gersois de Larressingle.

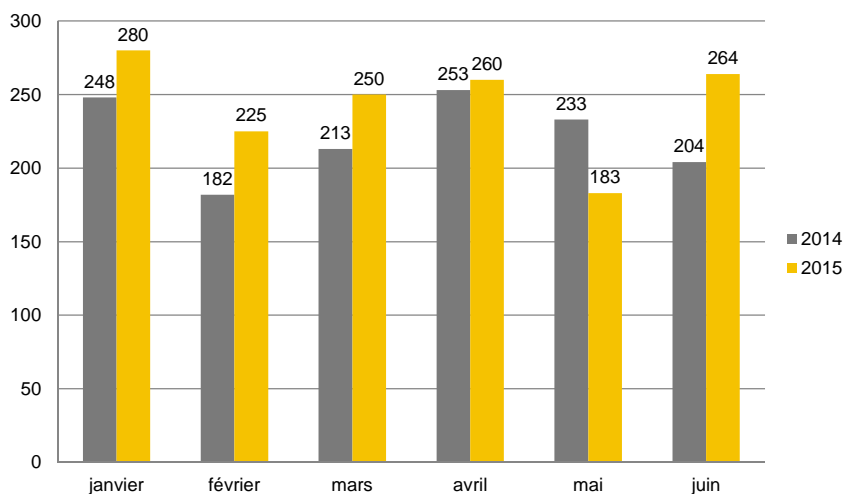
D'autres sens furent donnés au cours des siècles au mot bricole toujours en référence à cet engin lanceur de projectiles à l'aide de cordes, sangles, courroies etc...et au mouvement de balancier. Ainsi nous découvrons que la bricole peut aussi désigner une partie du harnais servant à porter les charges ainsi que les petites cordes servant à la capture des animaux. Mais c'est surtout le sens de la trajectoire du projectile lancé par la catapulte qui a évolué

et nous retrouvons la bricole et le verbe bricoler pour désigner le ricochet, mais aussi en équitation les mouvements imprévus d'un cheval évitant les obstacles ou d'un chien de chasse qui ne suit pas la piste ; on parle aussi de bricoler concernant le mouvement de la balle contre le mur au jeu de paume et celui de la boule de billard qui touche la bande avant d' aller frapper l'autre boule. Nombreux sont tous les sens dérivés de ces mots et nous retiendrons seulement ici la notion de "variation" dans le mouvement, d'écart sur un trajet prévu.

Le sens actuel des mots bricoler, bricoleur et plus tard de bricolage est relativement récent (fin du 19^e/début du 20^e siècles)et concerne "des personnes "qui se livrent à des travaux de façon intermittente et sans connaissances techniques (1853)... "parfois une nuance péjorative a pu être appliquée à ces mots.

La vie du Gem

FRÉQUENTATION EN 2015



Cette année 2015 connaît une forte progression d'adhésions et nous en sommes heureux! Nous avons de nouveaux arrivants et parmi eux d'anciens adhérents qui nous font le plaisir de revenir à l'association!

Nous espérons quand 2016 cela va continuer! Nous avons mis en place un nouvel atelier : l'atelier « Photo » tous les mardis après-midi de 14h à 16h.

Bien sûr nous continuons l'atelier d'arts plastiques ainsi que l'atelier du journal!!!

N'oubliez pas de visiter notre site et pour tous renseignements nous nous tenons à votre disposition!

Bonne lecture!

Rencontre avec Microsillons !

Nous étions une douzaine le samedi 27 juin pour accueillir Adrien, Vincent et Anthony de l'association toulousaine Micro Sillons ; nous avons déjà fait connaissance avec cette association quelques années auparavant lors d'une rencontre organisée à l'IME Mathalin au cours de laquelle ils avaient évoqué leur histoire commencée dans le cadre d'un hôpital de jour pour adolescents à Toulouse et leur évolution au fil des ans ? Ils nous avaient aussi ce soir là relaté leur beau voyage à Buenos Aires en Argentine et leur rencontre avec les membres de la Radio La Colifata.

Mais ce 27 juin ils avaient souhaité venir interviewer les membres du GEM Capacités pour mieux connaître le fonctionnement et l'organisation du GEM.

C'est autour d'un apéritif et d'un repas que les échanges ont commencé; Vincent faisait preuve d'un bel appétit pour les plats préparés mais se montrait aussi un redoutable animateur et intervieweur .

Dans cette ambiance conviviale la suite du repas a permis d'approfondir quelques questions sur l'histoire et l'évolution du GEM Capacités, sur ses règles de fonctionnement, ses activités, etc... Anthony membre de l'association Microsillons mais aussi adhérent du GEM Capacités fût le premier à sortir le matériel d'enregistrement suivi de Vincent et Adrien; tous trois ont alors pu questionner certains adhérents pour compléter les échanges qui avaient eu lieu autour de la table.

En attendant un retour de ces échanges nous avons eu le plaisir courant juillet de découvrir l'important dossier que la revue ASH (Actualités Sociales Hebdomadaires) a réalisé sur l'association toulousaine Micro-sillons. Ce document est à disposition des adhérents au secrétariat du GEM Capacités.

Marc

GEM La Radio

<https://soundcloud.com/asso-microsillons>

Sorties de l'été...

Je vous écris un article pour les sorties du GEM ; tout d'abord la sortie à Saramon où nous sommes allés par deux fois et où j'ai eu plaisir de me baigner avec les membres du GEM. J'ai aussi apprécié la sortie au château de Lavardens où nous avons pu voir des tableaux de grands maîtres

Thierry

Sortie au château de Lavardens -

Le 18 août 2015 nous nous sommes rendus au château de Lavardens, classé monument historique par la préfecture du Gers. L'endroit de pierres taillées à la main couvre de nombreuses œuvres d'art, notamment une exposition de peintures sur toiles.

De nos pas nonchalants nous avons exploré les vieilles pierres taillées de main de maître par des artisans talentueux. Cette visite fût très intéressante de par le dû En taille de pierre d'époque. Je remercie le GEM Capacités de nous avoir proposé cette sortie.

Georges



Au Gem Cap@cités, certains ont vu des spectacles de Circa 2015 et ils en parlent...

A propos du spectacle NUIT par le Collectif Petit Travers :

Nous étions 8 personnes à nous rendre au centre Cuzin ; c'est dans le cadre de CIRCA avec des jeux de jonglage . La pièce s'est tenue dans le noir. J'ai aimé un petit instant de la pièce qui s'est déroulé dans l'obscurité, sans paroles et uniquement dans la gestuelle...

J'ai bien aimé les jeux de balles, c'était bien! c'est du beau travail.

Le spectacle n'a pas plu à tout le monde, moi j'ai bien aimé l'adresse des jongleurs.

Christophe



Contrairement à Christophe je n'ai pas apprécié la mise en scène du spectacle "NUIT"; j'ai trouvé ce spectacle sans âme, dans le noir, sans paroles et la musique triste, quasiment morbide !

Monique

Dans la suite du spectacle " Le syndrome de Cassandra" par la Compagnie L'Absente :

Un clown, lugubre, seul en scène.

Illusionniste, qui fait surgir des imprévus à volonté.

Qui apostrophe les spectateurs. "Alors que voulez-vous que je fasse maintenant ?"

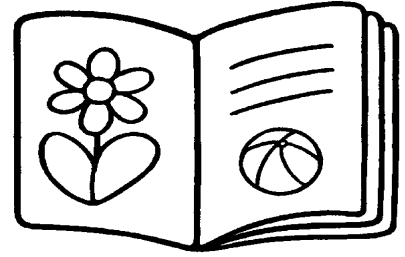
J'ai pensé " la découverte de l'Amérique par Christophe Colomb" mais je n'ai pas osé le dire.

Qui est mort sur scène en se tirant une balle dans la tête, comme un policier avec son arme de service, alors qu'il aurait du mourir de rire...



Louis

les devoirs de vacances c'est bien de les faire pendant une période scolaire. Cela rappelle le soleil, la mer, le sable, les odeurs de résine etc...



Lui : c'est quoi la montagne la plus élevée d'Europe ?

Elle : Le Mont Blanc

Lui : quelle hauteur ?

Elle : 4807 mètres

Lui: au dessus de quoi ?

Elle : au dessus du niveau de la mer.

Lui : à marée haute ou à marée basse ?

Elle : ??

Petite tranche de vie...

... avec mon fauteuil roulant électrique je commençais à me frayer un chemin entre les tables de la terrasse du bistrot, me dirigeant vers une table à l'ombre, quand un serveur m'a sauté sur le râble "mais vous ne voyez donc pas que vous dérangez les tables, que vous gênez les touristes etc ... !?" La terrasse était quasiment vide et les touristes ne viennent pas en hiver, aurais je du rétorquer. Mais j'étais interloqué. Et le serveur de me conduire en bordure de terrasse à l'écart et en plein soleil.

J'ai bu mon café. Il n'était pas bon.

Heureusement, d'habitude les gens sont plutôt sympas et serviables avec l'handicapé physique que je suis. Même parfois trop . Je ne suis pas encore un mollusque.

Louis

Je boue, bave, mousse, ...bref j'écume...



Laurence, je t'aime et toi tu fumes...

Que tu fatigues, que tu t'enrhumes...

*Avec plein d'Esprit, je me parfume,
Mais de tes clopes tu nous enfumes...*

*Alors, dans tout l'Univers, j'allume,
Pour que tu, les cigarettes, inhumes
Et que tu, notre amour, exhumes.*

*Si toute la Nature, je humes,
Tu n'en respirez que les « agrumes »*

Ainsi, que la Vie ne se consume!

Non, Le goudron, c'est pour le bitume.

Phillipe

*Et je crains beaucoup que tu n'assumes,
Tous les troubles et toutes les brumes :*



*Je suis amoureux
d'une fille aux yeux verts.
Quand on est tous les
deux
on part direct en enfer
avec le rire ténébreux
de deux enfants corsaires
qui jettent aux aïeux
leurs fermetures éclair
et mettent dans leurs che-
veux
tout le sel de la mère.*

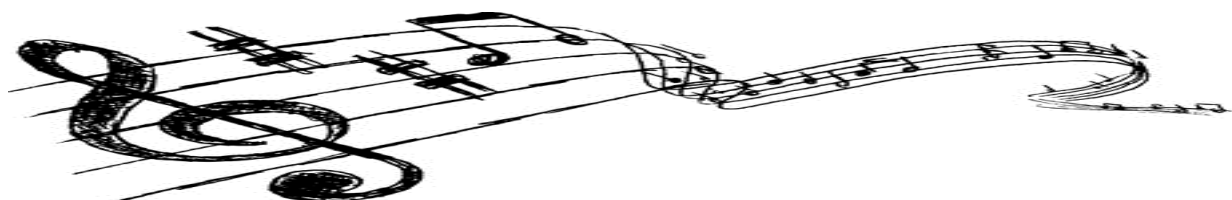
*et partager mes mois
sous le même toit
sur un fil
avec elle.*

*Ainsi vivrons nous
sans penser à vous
loin des villes
et des mortels.*

Louis

L'atelier de musicothérapie – Françoise et Georges -

J'aime beaucoup l'atelier de musicothérapie le jeudi après-midi avec Valérie qui nous apporte beaucoup d'entrain et de bonheur. Nous sommes 7/8 personnes pour faire des vocalises et nous donnons de la voix pour continuer. L'allégresse donne à Georges et à moi l'énergie et l'harmonie avec l'atelier de musicothérapie. Nous sommes accompagnés au piano et à la guitare. Le jeudi matin avec ce jour nous avons un atelier d'écriture avec Marc et après cette mise en train nous nous sentons forts pour aller à 14h30 voir Valérie et toute l'équipe de l'atelier musique. La répartie chantée et travaillée sur la voix. Le jeudi après-midi nous sommes avec Valérie accompagnés par la musique .
La pose nous attend !



LA DETTE

*Il faut rembourser la dette,
Il faut rendre les sous.
Il faut rendre les pépettes,
Il faut boucher le trou.*

*On a tout dépensé,
Et on n'a rien laissé.
La nature est blessée,
Les ressources épuisées.*

*Comment rembourser la dette?
Comment rendre les sous?
Comment rendre les pépettes?
Comment boucher le trou?*

*Il reste du papier;
On va vous en fourguer...
Il reste l'Amitié,
Et vous, vous en voulez!*

*Voilà remboursée la dette,
Voilà rendus les sous...
Voilà rendues les pépettes.
On n's 'est pas foutu d'vous.*

Non, non, non, non, pas du tout...

Philippe

Moi qui l'aimait tant lorsqu'il me tenait entre ses lèvres! Il me laisse car il est malade. Il me manque.

Tout cela est tellement vrai et si fou...! que veux-tu faire? une manif. contre l'état?

C'est plus que des ABUS - Faut le dire, même le crier dans la rue, pourquoi pas! C'est une honte de nous traiter de la sorte. Pour qui se prennent-ils? Assassins, criminels, voleurs!

Il veut mieux être soude. Mais faire à toutes les agressions faut réagir!

Sais entendu parler d'un détecteur de fumée dans toutes les habitations aux frais des contribuables. Pourquoi encore? TAXE...!

hé bien, après say plus de mégots pour les Épocharde qui nous redonnaient une petite vie!

Quand je pense à la cigarette électronique, j'ai entendu que c'est une vraie galère. le bouton, reste bloqué, ça casse à tout va et en plus d'être fragile, quand sa machine, En faisant le plein de cetme, ils s'en mettent partout.

toublies pas tous les autres produits de substitution à la cigarette, du rouge à lèvres au spray, les patches bien plus polluants! et si je peux me permettre, j'ai vu un type qui s'était couvert de patches! Je ne te dis pas la sudose de nicotine, injectée sans contrôle.

Malgré que je sache que la cigarette fait du mal! oui! Politiquement, c'est injuste de subir toutes ces attaques. Alors qu'on nous taxe à tout va... Aujourd'hui, c'est nous et demain à qui le tour? Je ne crois pas que cela ait pu arranger la santé! non! non! non!

Tu penses vraiment arriver à te faire entendre?

Réclamons du sérieux. Alors nous accepter, sans rien dire, une injustice à vous cever les yeux?! Si Bob ne peut plus fumer aujourd'hui, il n'aurait pas du abuser. En ce qui me concerne, comme Gainsbourg, "cigarette opies cigarette" ce n'est plus l'apprécier. Regardons les choses en face.

Fin

Ah! si les clopes pouvaient parler!

Mes chanteuses préférées...

ALEXANDRE

Pour le numéro quatre du journal de Cap@cités (Groupe d'entraide mutuel) :

Je propose une page sur les quatre premières places de mon classement de mes plus grandes idoles sur plusieurs centaines.



Priscilla Betti est la meilleure chanteuse de tous les temps et une danseuse juste exceptionnelle, elle fait que des tubes et elle est juste magnifique, si les anges existe sur terre, elle les le premier ange repéré sur terre.



Léa Seydoux est la meilleure et plus belle actrice de tous les temps, elle représente le cinéma dans le monde entier et toutes les autres choses qui à dans l'univers entier, ses plus qu'une personne, elle est se qui à de plus important dans l'univers entier.



Selena Gomez est juste la chanteuse, difficile de décrire cette personne qui représente tout pour moi, ses chansons sont tout pour moi, elle est dieu pour moi, elle est se que j'ai de plus précieux sur terre.



Marie Lopez alias EnjoyPhoenix est une filles qui n'a pas encore de métier mais je l'aime tellement, elle est la française la plus célèbre de YouTube est elle la écrit un livre qu'elle à vendu, je les acheter, il marche dans les commerces, mais sinon elle n'a pas encore de métier fixe, elle la mon age, son livre est le meilleur que j'ai lu de ma vie.

C'est en jeune homme élégant et sérieux que tu arrivais le jeudi matin au GEM Capacités : belles fringues, superbes chaussures, le monde diplomatique, Libé ou le courrier international sous le bras ! souvent un sac ou une sacoche sur l'épaule.

Depuis quelques temps cette étape du jeudi au GEM faisait partie de tes multiples cheminements effectués pendant ton séjour auscitain de plusieurs années. Cette journée au Groupe d'Entraide Mutuelle te permettait de participer aux divers ateliers, aux sorties, au repas de midi etc... Tu recherchais les échanges et pouvais évoquer tes démarches et activités hebdomadaires.

Tu souhaitais nous faire connaître l'importance de certains de tes engagements ; nous avons bien compris à quel point ton investissement dans l'association toulousaine Micro sillons est fort. La fréquence et l'insistance de tes interrogations sur la composition d'un conseil d'administration et d'un bureau d'association en faisaient parfois sourire certains et le sérieux de tes propos sur le statut et le rôle d'un président d'association venait buter sur les amicales plaisanteries des uns et des autres sur ce sujet. Il est vrai que tu aimais te placer en bout de table lors du repas de midi, une manière parmi d'autres de "présider"... et de te faire quelque peu "taquiner" !

Tu as été un des premiers à participer à l'atelier d'écriture où tu essayais de porter sur la feuille blanche des comptes rendus concernant aussi bien ta participation aux chantiers d'été avec l'association Concordia que tes voyages et visites d'expositions .

Aujourd'hui tu quittes Auch pour un retour vers Toulouse où d'autres projets sont en cours et où certainement une autre tranche de vie se dessine pour toi.

Nous te souhaitons bon vent !

Marc

Bon vent Anthony !!

Alliance de la banane et du chocolat

Temps: 10 min
pour 6 pers

- 110 g de sucre
- 2 œufs
- 120 g beurre
- 150 g de farine
- 2 bananes
- 1 sachet de pépites (tablette de 100g)
- 1 sachet de levure

Four 180°

T_h 6

Dans 1 saladier mélanger le sucre, les œufs
la farine et la levure

Faire ramolir le beurre et l'incorporer au
mélanger

couper les bananes en cubes et les ajouter
à la préparation

Enfin ajouter les pépites

Mélanger

Beurrer 1 moule à cake
et verser la préparation dans le moule

cuisson: 30 à 40 mn

Mouze



***La liberté d'expression donne le droit à l'expression.
Un droit ne s'use que si l'on ne s'en sert pas, c'est bien connu.***

Joyeuses Fêtes



A TRES VITE POUR UN PROCHAIN NUMERO!!!!

GEM CAP@CITES

12, Rue Albert Camus 32000 AUCH



05.62.64.07.94



capacites32@orange.fr



Gemcapacites32.jimdo.com

