

# LE GROUPE N°10

*Une année de plus avec vous !*

ARTS PLASTIQUES



NOS SORTIES



CIRCA



NOS REPAS CONVIVIAUX



## Sommaire

*Editorial : Chaud et froid*

*Informations et autres nouvelles.*

*Les activités de l'été 2017, Jour de France, etc...*

*Des nouvelles de l'atelier Arts plastiques*

*Tous à Circa 2017, photos, comptes rendus .*

*Le voyage à Marseille par Christophe et Thierry.*

*La rubrique sport, cinéma de Christophe A.*

*Le petit journal de Xavier*

*Textes...poèmes...et autres écritures des adhérents:  
Christelle, Hugo et Philippe*

*La recette de Christelle*

*La saga de Quentin (suite)*



## Editorial

L'été a joué le prolongations tout au long du mois d'octobre permettant d'apprécier les extérieurs de la nouvelle maison du GEM et autorisant la prise du café du matin et les échanges autour des tables dans le jardin, sur la pelouse bien tondue par Patrick. Peu à peu, parfois lentement, ces nouveaux locaux prennent vie, un peu de décoration sur les murs, la chambre froide réinstallée, l'investissement de certaines pièces pour les ateliers tout concourt à la prise par chacun de nouveaux repères .

Dès septembre certaines activités ont repris, atelier d'écriture/journal, arts plastiques, et bien sûr la préparation de la participation des adhérents du GEM en qualité de bénévoles, à la semaine de CIRCA. Certains participaient aussi à une rencontre à La Fenière avec le comité départemental de sport adapté.

Ce bel élan a été quelque peu contrarié par l'arrivée des premiers frimas de novembre et surtout par la panne survenue dans le circuit de chauffage de la maison ; d'importants travaux ont du être réalisés entraînant la fermeture de la maison pendant trois semaines. Tout est à ce jour rentré dans l'ordre et le froid n'a pas altéré la production de textes pour préparer la sortie de ce numéro 10 du journal du GEM que nous vous offrons.

Nous vous souhaitons d'heureuses fêtes de fin d'année !





## Nouvelles et informations

• **Atelier arts plastiques.....c'est reparti !** Depuis le 21 septembre dans les nouveaux locaux du GEM le groupe se retrouve à nouveau un jeudi sur deux en présence de Luce l'animatrice de l'atelier. Pour le moment nous travaillons sur de petits personnages avant de se lancer dans un nouveau projet à plus long terme. En attendant le cloporte réalisé l'an passé est exposé dans l'entrée de l'hôpital d'Auch. C'est une très belle réalisation collective et nous sommes fiers d'avoir participé à sa réalisation !



**Thierry, les 2 Christophe, Florence, Christelle, Bernadette, Henry**

(Les problèmes ponctuels de chauffage des locaux du GEM nous ont amené à interrompre nos activités pendant quelques semaines)

### • **Nouveau voyage au Sénégal en vue !**

Pour la 4ème année nous allons Henry et moi prendre la compagnie aérienne portugaise (TAP) vers le 6 ou 7 janvier prochain pour nous rendre au Sénégal où l'on va séjourner 4 mois et demi. Il y a en ce moment beaucoup de changements dans le village où nous allons parce que des Chinois veulent construire une chaîne hôtelière et prendre du terrain aux villageois en les mettant dehors.

Nous allons arriver dans un contexte tendu car les Chinois ont estimé le terrain de 2 hectares pour essayer par la suite de le vendre ; les villageois ne se sont pas laissés faire ! A suivre...



**Christophe A.**

- Bienvenue à Mario qui remplace Michel en arrêt maladie ; nous souhaitons à ce dernier un bon rétablissement.



## Rubrique sortie – loisirs

### **Retour sur la sortie de juillet dernier à Tournay(64) pour voir le passage du tour de France.**

Nous avons passé une agréable journée pour voir le Tour de France 2017 qui passait dans les Pyrénées ; nous avons pique niqué sur place, tout le monde était content ; Michel, Bernadette, Thierry, les deux Christopes et Henry participaient à cette journée. Avant le passage des coureurs nous avons ramassé quelques porte clefs.

J'espère que l'année prochaine la sortie au Tour de France se renouvellera dans les mêmes circonstances. Je remercie encore les personnes du GEM et à très bientôt à nous lire.

Thierry le 28/09/2017



Jeudi 13 juillet nous sommes partis avec le GEM voir une étape du Tour de France. Michel nous a amenés à Tournay (64) pour voir passer la course ; nous étions contents de voir la caravane qui permet d'avoir plein de cadeaux ; les vélos eux sont très vite passés, nous avons pu voir le maillot jaune et tous les autres coureurs. On a même pu se voir à la télé, on faisait coucou devant les caméras pour se voir sur l'écran de télévision.

Christophe A.

### **Visite Exposition à Pessan**

Nous sommes allés à Pessan pour voir l'exposition, à laquelle nous participons avec notre cloporte, une après-midi ensoleillée. Nous avons fait tout le tour du village et pu admirer toutes les œuvres des autres adhérents et participant à l'exposition organisée par Incandescence. Merci pour cette petite balade artistique!



## **Rubrique sortie – loisirs (suite)**

### **SPORT ADAPTE**

Nous sommes allés passer une matinée à la Fenière dans le cadre d'une réunion avec Amandine, éducatrice sportive, pour notre adhésion au Sport Adapté en compagnie de Camille et des adhérents de la Société d'Entraide..

Nous avons joué, écrit, écouter et dessiner pour expliquer ce que le sport représentait pour nous. Amandine nous a expliqué pourquoi, comment et avec qui nous pourrions exercer une activité physique qui reste adaptée en fonction de nos capacités.

Nous sommes très motivés et avons hâtent que cela commence !

Encore merci pour ce moment et merci également pour le somptueux repas que nous avons pris au restaurant de la Fenière. A recommencer avec plaisir !



### **Atelier Pâtisserie**

Un grand merci à Xavier et Christophe qui nous ont préparé un goûter croustillant ! Suivant la recette de Xavier, ils nous ont cuisiner des roses des sables ! Un vrai régal pour nous ! Recommencer quand vous voulez !!!



### **Peignez vos pots !**

Petite activité peinture en vue d'une décoration florale pour notre nouvelle maison !

Vivement le Printemps qu'on y mette de belles fleurs et de belles plantes .





## TOUS A CIRCA 2017 !!!

### Les 30 ans de CIRCA – Octobre 2017

La matin, Xavier, Thierry, Christophe, Catherine, Henri, Marie-Pierre et moi sommes partis pour la parade des 30 ans de Circa.

Les personnes de Circa ont joué de la musique et elles ont invité les gens à danser.

A midi tout le monde a été manger à la salle du Mouzon. L'après midi nous sommes allés à la Maison de Gascogne pour donner des billets aux gens et regarder le spectacle.

C h r i s t e l l e



Jeudi 26 octobre je suis parti à Circa, pour la 2ème fois j'étais bénévole ; j'étais super content de moi ; on s'est mis des masques sur la tête et nous avons le nez rouge, c'était rigolo.

Le matin nous sommes partis du GEM pour aller au Garros pour faire la parade ; Nous avons fait le tour du quartier du Garros, il y avait 3 circuits à faire. Il y avait un groupe de musiciens, les Sambastone, ils jouent très bien avec leurs gros tambours.

Il y avait beaucoup de monde ; à chaque arrêt il y avait des gens du cirque qui faisaient de jolis numéros de cirque et les enfants aussi ! Beaucoup de personnes ont fait une super danse, Xavier a participé à cette danse.

A midi on a mangé à la salle du Mouzon avec tous les autres bénévoles, le repas était très bon. Après le repas nous étions bénévoles à la Maison de Gascogne pour le spectacle des écoles de cirque de Lyon. Avant le spectacle on était à l'entrée pour donner le programme aux gens qui venaient voir ce spectacle. Les gens étaient très gentils avec moi quand je leur donnais le programme ils me remerciaient. Il y avait beaucoup de monde et la salle était pleine. J'ai bien aimé ce spectacle, ce qui m'a beaucoup plu c'est lorsque les acteurs assis sur la chaise se tapent la tête sur la table chacun à leur tour, je pense qu'ils avaient mal à la tête !! Et à la fin du spectacle une fille est montée à la corde pour faire un tour et un garçon a joué de la musique à ce tour, c'était très bien ! J'étais super content d'être bénévole pour ce Circa 2017 ! Vivement l'année prochaine pour être encore bénévole à Circa 2018 ! Merci le GEM.

Christophe N.



Nous avons été 11 bénévoles du Gem Capacités a participé au festival CIRCA 2017, nous avons fait trois accueils public sur trois spectacles, que nous avons eu le plaisir de regarder ( encore merci) et nous avons également participé à la parade du jeudi 26 Octobre. Nous serons présent pour le festival 2018 qui sera notre troisième année de bénévolat.

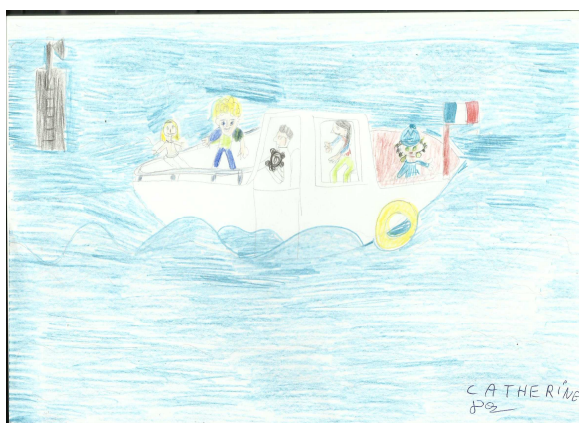
## **VOYAGE, VOYAGE !!!**

### **Voyage à Marseille...**

Avec l'association Espoir Voyages nous sommes allés à Marseille du 4 au 7 octobre ; nous avons visité le port de Marseille en bateau et sommes aussi allé voir notre dame de la Garde ainsi que le stade vélodrome. Nous étions logés à l'hôtel en bordure de route.

Nous avons aussi par la suite été en bateau jusqu'au château d'If ainsi que dans les criques et calanques ; nous avons été bien accueillis. Notre séjour s'est déroulé sur 4 jours et nous sommes tous rentrés très contents avec la tête remplie de souvenirs. Merci à vous Espoir voyage ; une réunion aura lieu le 20 janvier 2018. Abientôt à vous tous.

Thierry



Je suis parti en voyage à Marseille avec une autre association qui s'appelle Espoir voyages, nous étions 39 personnes avec le chauffeur ; nous avons pris un grand car pour le voyage ; le rendez-vous était à la gare d'Auch, nous sommes partis vers 6h30. On s'est pris les bouchons à Toulouse le matin.... un peu après Toulouse nous avons fait une pause pour déjeuner et on a pris un bon café bien chaud.

On est arrivé à Marseille dans l'après midi et nous avons pris le petit train pour visiter Marseille. Nous sommes montés à notre dame de la Garde et l'avons visitée, c'était très beau, on voyait tout Marseille ! Le premier soir nous avons retrouvé les bouchons pour aller à notre hôtel en ville; celui ci était super bien, on a bien mangé le soir et le petit déjeuner était à volonté.

Le mardi on est allé visiter Cassis en bateau ainsi que les calanques de Marseille, c'était super bien. Le même jour nous étions très contents de voir le plus beau stade de Marseille, le stade vélodrome Orange, c'est le deuxième plus grand stade de France après le stade de France à Paris ; moi je suis un grand fan de l'équipe de Marseille ! Après nous sommes allés à la boutique du stade. Nous avons ensuite visité les studios de Plus belle la vie dans le quartier du Panier qui était dur à trouver.

Le dernier jour, nous avons visité Arles, super belle ville ; nous avons vu le arènes. Après le repas nous sommes repartis pour Auch, ce voyage était un beau séjour.

Christophe N.





### Résumé du film **Mother**

Le film se passe dans une maison avec une ambiance un peu spéciale ; il y a du sang dans un film sombre et opaque. L'acteur principal écrit des livres ; le film fait référence à des situations un peu glauques, il y a du monde qui rentre dans cette maison sans y être invité ! J'ai apprécié ce film noir et déroutant.

Christophe A.

-----

### **Le match aller PSG / Bayern de Munich**

On a vu un match engagé ; entre la 5e et la 25e minute de jeu les joueurs du Bayern de Munich ont beaucoup "pressé" l'équipe du PSG et ils ont obtenu environ 15/16 corners qui se sont révélés infructueux.

M'Bapé a une grande force d'accélération balle au pied ! Avec Neymar et Cavani ils se sont trouvés les yeux fermés à plusieurs reprises. Le gardien du PSG a fait de beaux arrêts surtout sur une reprise de volée de 20 mètres qu'il a détournée. C'était un match très plaisant à voir.



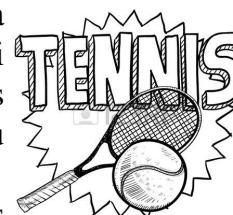
Christophe A. le 28/09/2017

### **Finale du tournoi de tennis de Paris Bercy**

Le match était très serré ; le premier set a été dominé par le Serbe Krajinovic qui a remporté le set 7 jeux à 5. Le second set a été remporté par Jack Sock l'américain qui a aussi facilement gagné le dernier set 6 jeux à 1. Il a remporté beaucoup de points grâce à son coup droit ; avec cette victoire il s'est qualifié pour le Master et au classement de la Race il est 9ème mondial.

Depuis André Agassi et Pete Sampras jamais un américain ne s'était qualifié pour les Masters.

A retenir aussi que le français Beneteau s'était qualifié avec panache et brio pour les demi finales de ce tournoi de Paris Bercy. Déception par contre du côté de JW.Tsonga.



Christophe A. octobre 2017

### **Match de foot France-Bulgarie**

A signaler aussi que l'équipe de France de Foot a joué son avant dernier match de qualification pour la prochaine coupe du monde ; ce n'était pas un match très emballant ! Les occasions de marquer ont été rares, heureusement Matudi a marqué ! M'Bapé quant à lui n'a pas très bien joué. L'équipe de France a fait un match sérieux et volontaire l'essentiel étant de se qualifier. Il ne reste plus qu'un match pour confirmer cette qualification pour la coupe de monde 2018. Une défaite lors du prochain match les Belarusses serait synonyme de match de barrage.

Christophe A.

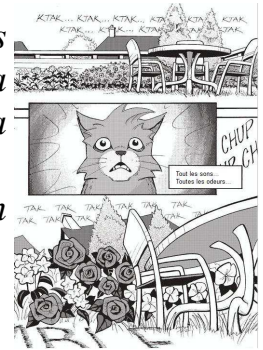


## *Le petit cahier de Xavier*

***Jeudi 14 septembre 2017***

*En ce moment je lis un Manga dont le titre est : La guerre des clans ; j'ai commencé à le lire et ça va très très bien, j'en suis à la page 25 déjà ! Ce livre est pour moi, c'est un livre pour adulte , ça parle des chats et des chiens.*

*Avec ma chérie on se voit dans le train le vendredi et j'irai la voir un lundi dans son appartement de l'ESAT La Caillaouère.*



***Jeudi 19 octobre 2017***

*J'ai acheté un livre de rugby, Le livre d'or 2017, il a coûté 24,90€; l'auteur s'appelle jean Cormier et la préface est de Camille Lopez. En ce moment je lis, le rugby c'est ma passion ; je fais du foot le mercredi aux Garros.*

*Jeudi dernier 12 octobre j'ai eu 21 ans ; j'ai rendez vous au CMP avec Hélène pour que je discute de mes problèmes et ça me fait du bien, je suis plus détendu.*

*Le mardi 24 octobre je vais à Circa et le jeudi 26 octobre je participe à la parade de CIRCA.*



***Jeudi 7 décembre 2017***

*En ce moment je commence à lire un manga, le titre est : "Du sang dans les algues".*

*Le chanteur Johnny Halliday est mort d'un cancer du poumon le 6 décembre 2017.*

*Xavier*







## Dédicace aux Mamies et aux Papis

*A totas las mametas e tots los papets.*

Aux Mamies et aux Papis

*Que s'ocupan de los dròlles.*

qui s'occupent des drolles

*Que, a cops, prenguen deus parents los ròtles.*

Qui parfois prennent des parents le rôle

*Que saben cosinar*

Qui savent cuisiner

*Que vician los nenès*

Qui gâtent les bébés

*Que coneishen la vita*

Qui connaissent la vie

*Que la vita a usats*

et que la Vie a usés

*Que s'en van tot croishits*

Qui s'en vont tout courbaturés

*Que de temps en temps s'eisharolhan...*

Et qui de temps en temps s'écroulent

*Que devisan sus los beròis dias et*

Qui devisent sur le bon vieux temps

*tanben sus los maishants dias.*

et aussi sur les temps mauvais

*Que cau botar au caut l'ivern*

Qu'il faut mettre au chaud l'Hiver

*e au fret l'estiu.*

et au frais l'été

*Que per cops pèrden los estrius*

Qui parfois perdent les pédales

*Mes que jamei despaciençan.*

mais qui jamais ne perdent patience...

*Dedicacion à la mametas e los papets*

Dédicaces aux Mamies et aux Papis

Philippe LAFFONT

le 2 décembre 2017

Lien vers la musique:

[http://data.over-blog-kiwi.com/1/47/47/25/20171203/ob\\_7a5fd2\\_163-dedicaces-aux-mamies-et-papis.mp3](http://data.over-blog-kiwi.com/1/47/47/25/20171203/ob_7a5fd2_163-dedicaces-aux-mamies-et-papis.mp3)



## Quand le "Barça" embarrassa...

La Catalogne indépendante?

A quand  
l'exclusion du "Barça" et des catalans  
des Ligues sportives espagnoles?

...

Quand le "Barça"  
embarrassa,  
on embrassa  
la baraka...

Philippe LAFFONT  
Le 19 octobre 2017

Lien vers la musique:

[http://data.over-blog-kiwi.com/1/47/47/25/20171019/ob\\_20131a\\_060-quand-le-barca-embarrassa.mp3](http://data.over-blog-kiwi.com/1/47/47/25/20171019/ob_20131a_060-quand-le-barca-embarrassa.mp3)

### Autre texte écrit par Hugo

Dinguelingdon...dingueln...C'est ce que chante un barde près de la cheminée. Les flammes de l'âtre font danser les lumières dans la salle de l'auberge par ailleurs plongée dans l'obscurité. Quatre hommes et une femme se réchauffent en mangeant un bon repas. Les écuelles d'étain tintent sur la table tandis que les chopes d'argile s'entrechoquent. Dans un coin, un homme grand et mince joue avec un bâtonnet doré. Une peau de bête recouvre son dos, tandis qu'un pantalon de cuir noir recouvre ses longues jambes. Les rires gras des convives résonnent soudain alors que le barde vient de trébucher et manque de tomber dans le feu.

On frappe alors à la porte et l'aubergiste se lève de derrière son comptoir et va ouvrir. Quand il ouvre la lourde porte qui grince sur ses gonds de fer, elle s'ouvre sur le noir de la nuit. La pluie tombe fort et un homme apparaît à l'entrée. Il est encapuchonné de noir et s'appuie sur un bâton noueux. Ne cordelette d'argent pend à sa taille. L'aubergiste reconnaît là un prêtre de l'ordre de Krull. Il laisse entrer l'homme pour qu'il se mette au chaud et se sèche. L'homme reste un moment sur le seuil, puis entre d'un pas lent dans l'auberge. Toutes les voix s'arrêtent alors et chacun dévisage l'étranger. Celui-ci découvre alors son visage et on peut voir un regard dur et une grande balafre le long de la joue. Il s'approche de longue-jambe puis va s'asseoir à l'opposé, dans la pénombre, commandant une bière.

Un éclair zèbre le ciel et l'orage se met à tonner. Les convives commencent par se lever, ils raclent leurs chaises et se dirigent vers leur chambre à l'étage. Puis on entend un ronflement, c'est le barde qui s'est endormi. Reste l'aubergiste et les deux mystérieux étrangers. « Messieurs, il est l'heure je crois de se coucher ! » lance l'aubergiste. « je crois bien que notre ami barde va dormir ici. Quant à vous il vous reste une chambre pour chacun. Le prêtre prenez la mienne, vous n'allez pas dormir sur une paille même si ce n'est pas cher. Je m'en vais dormir dans ce fauteuil ! »

Une heure après tout le monde dort, il était très tard.

Hugo

**Tous dispensés de**  
**"chercher de l'Or"**

A l'heure où l'on parle  
des Territoires et Départements  
d'Outremer  
comme de Trésors de la  
République française,

se rappeler que,

avec l'Allocation Universelle  
du Concept Dit Zident,  
financée par conception  
et par Nature,

nous sommes tous

**dispensés de "chercher de**  
**l'Or" pour vivre,**

au sens propre  
comme au sens figuré...

\*\*\*

Imaginez-vous un peu  
ce que ça représente

en terme de rationalisation  
de l'activité humaine,

en terme de préservation  
de la Maison

?

...

Philippe LAFFONT  
Le 1er novembre 2017



Octobre 2017 Philippe

LAFFONT

**Camptopus lateralis...**

[https://fr.wikipedia.org/wiki/](https://fr.wikipedia.org/wiki/Camptopus_lateralis)

[Camptopus\\_lateralis](https://fr.wikipedia.org/wiki/Camptopus_lateralis)

Merci à

Nicolas Moulin - Entomologiste

76680 Montérolier - France



## **Balance... Non mais...**

Avez vous vu les moeurs conjugales de cette Femme  
qu'on appelle Epeire Diadème?

[https://fr.wikipedia.org/wiki/%C3%89peire\\_diad%C3%A8me](https://fr.wikipedia.org/wiki/%C3%89peire_diad%C3%A8me)

Les mâles qui l'approchent doivent se méfier  
pour ne pas se faire dévorer par la Belle...

Et ils sont parfois obligés d'apporter de la nourriture  
pour combler Madame...

En plus,  
il lui en faut beaucoup:  
elle en reçoit une soixantaine,  
des Roméo entreprenants,  
la coquine!...

Elle a beau porter la croix,  
je ne la plains pas!!!...

## **Pierre BACHELET**

Pierre Bachelet est né le 25 mai 1944 à Paris : il est l'enfant de Maurice et Alberte. Il a déménagé à Calais avec ses parents. Il apprend le piano et la guitare électrique. Il a fait la musique du film : Les bronzés font du ski.

Il a chanté les chansons : Emmanuelle, Les corons, Elle est d'ailleurs, En l'an 2001 et d'autres chansons.

Il est mort le 15 février 2005, à l'âge de 60 ans, d'un cancer du poumon, à son domicile à Suresne dans les Hauts-de-Seine.

Christelle

### Vulcain

Le Dieu: [https://fr.wikipedia.org/wiki/Vulcain\\_\(mythologie\)](https://fr.wikipedia.org/wiki/Vulcain_(mythologie))

Le Papillon: [https://fr.wikipedia.org/wiki/Vulcain\\_\(papillon\)](https://fr.wikipedia.org/wiki/Vulcain_(papillon))

#### **La recette de Christelle - La tarte aux pommes -**

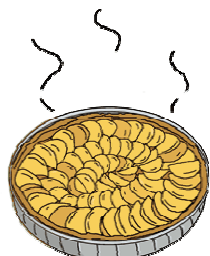
**Pour 6 personnes. Durée totale de réalisation: 1 heure 05 – préparation 30 minutes, cuisson 35 minutes.**

**Ingrédients : pâte feuilletée – 90 grammes de sucre - 2 œufs - 60 grammes de beurre – 5 pommes -**

**Etape 1 : mettre la pâte feuilletée dans un plat à tarte, la piquer avec une fourchette, garnir avec les pommes coupées en morceaux.**

**Etape 2 : Mélangez 90 grammes de sucre avec les 2 œufs, le beurre fondu et verser sur la tarte.**

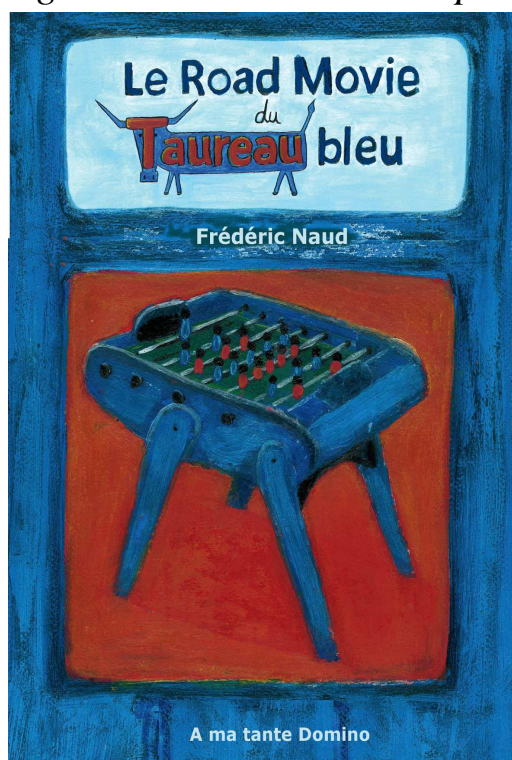
**Etape 3 : Enfournez, thermostat 6/7, (200°) pendant 35 minutes environ.**



Christelle

*"Le road movie du taureau bleu" tel était le titre du spectacle présenté le samedi 4 novembre dernier à la salle du centre de loisirs de l'hôpital. Nous étions quelques uns du GEM Capacités (trop peu nombreux) à avoir rejoint nos amis de l'association Arc en ciel veus de Marmande pour voir ce spectacle, présenté et joué par Frédéric NAUD, magnifique conteur, acteur, bruiteur, musicien, véritable homme orchestre, seul en scène et nous proposant de partir à l'aventure avec deux adolescents et quelques résidents d'un foyer de vie pour adultes handicapés, foyer nommé l'Arc en ciel. Clin d'oeil à ceux de Marmande dont l'association porte le même nom.*

*Nous avons tous apprécié ce beau spectacle plein de sensibilité et d'humour invitant à certains moments les spectateurs, venus nombreux, à participer au déroulement de l'action. La suite fût tout aussi agréable puisqu'un goûter était proposé, occasion aussi de prolonger les échanges entre participants mais aussi avec Frédéric NAUD et les organisateurs de ce beau spectacle.*



*Marc*

## LA SAGA DE QUENTIN

La saga de Quentin ne paraîtra plus dans notre journal... et oui notre auteur est tellement productif que nous avons décider de faire un numéro a part du journal qui sera consacré rien qu'à ses histoires fantastiques ! Vous aurez donc prochainement le plaisir de suivre ses aventures dans un livret.



# Groupe d'Entraide Mutuelle

## Cap@cités



GEM CAP@CITES  
93 Avenue Pierre de Montesquiou  
32000 Auch

05.62.61.07.94  
capacites32@gmail.com  
gemcapacites32.jimdo.com

Reprise Ateliers Arts Plastiques le Jeudi 21 Septembre à 14h avec Luce !  
Reprise de l'atelier Journal/Ecriture tous les Jeudis Matin avec Marc !  
*Petite info*, nouvel atelier tous les mardis matins avec REGAR à l'Abri des Possibles.