



LE GROUPELTO

N°18



SOMMAIRE

Le Groupetto N°18

Sommaire :

- Éditorial
 - Du côté de la poterie !!!
 - Nos sorties, nos envies, nos em...
 - Coin Lecture et écriture !
- Un peu de foot dans ce monde de brute mais pas que...
 - Nos amis les bêtes
 - Les nouvelles du front !
- Planning des activités pour le mois de Février 2021

Bonne
lecture !

EDITORIAL

....On the road again...enfin presque !!

Le tour de France est enfin parti avec 2 mois de retard... Pour les adhérents du GEM le rendez vous traditionnel avec le passage des coureurs du Tour dans la région n'a pas eu lieu, dommage !! ce crû 2020 très particulier à bien des égards, comprenait de très nombreuses et difficiles étapes de montagne ; la formation de "grupettos" dans la montée des cols fût donc indispensable pour de nombreux engagés qui avaient besoin de rentrer dans les délais pour ne pas être éliminés.

Au GEM Capacités, malgré la désorganisation liée à la première période de confinement, quelques activités ont été maintenues au cours de l'été bien que le nombre de personnes présentes pendant les mois de juillet/août ait été réduit . Dès la fin du mois d'août Le journal du Gem Capacités tente lui aussi un nouveau départ même si le virus est toujours présent et impose encore des mesures exceptionnelles et contraignantes ! Quelques adhérents reporters et écrivains nous amènent leur écrits et nous reprenons aussi quelques textes restés en suspens dans les mois précédents. La préparation du numéro18 du Groupetto est lancée ! L'atelier Arts plastiques est à nouveau ouvert par Luce. Nous étions dans une ambiance de rentrée !

Ainsi le 29 septembre la tenue dans le jardin du GEM de l'Assemblée Générale du GEM Capacités (qui n'avait pu avoir lieu au printemps pour cause de confinement) permettait de solder l'activité et les comptes de l'année 2019 et de se projeter vers une reprise de l'activité au cours d'une année 2020 profondément marquée et perturbée par le Virus. Il faisait très beau ce jour là et flottait dans l'air une envie d'aller de l'avant, Marie Pierre et Mario les animateurs avaient hâte de confirmer la nouvelle organisation du fonctionnement et des activités du Groupe d'Entraide. Par ailleurs le nombre des nouveaux adhérents était en augmentation et les anciens faisaient peu à peu leur retour...

Mais ce bel élan fût rapidement, sinon stoppé, tout au moins ralenti par une nouvelle attaque de ce satané virus nécessitant à nouveau d'envisager courant octobre un couvre feu et surtout une nouvelle période de confinement.

Pour autant Le GEM ne fermait pas ses portes et avec prudence l'accueil de adhérents fût maintenu avec le déroulement de certaines activités ; l'atelier journal/écriture du jeudi matin a continué et a permis de composer ce nouveau numéro du journal. La préparation du N° 19 est en route en espérant des jours meilleurs en 2021.

Nous vous souhaitons tout de même de belles fêtes de fin d'année

Marc

DU cÔté de La PoTerie

Ce jeudi 19 septembre 2019 c'était la reprise de l'atelier arts plastiques ; pour moi j'étais super content de reprendre cet atelier qui m'avait beaucoup manqué pendant l'été. Avant de partir à Pessan pour faire le pique nique j'ai aidé Mario à préparer ce pique nique. J'ai préparé tout ce qu'il voulait mettre dans la caisse du GEM pour amener à PESSAN ; quand nous avons eu fini nous avons tout mis dans le minibus du GEM et nous sommes partis pour revoir Luce qui nous a manqué pendant tout l'été! Quand nous sommes arrivés à Pessan Mario pensait que nous avions rendez vous à la ferme de Luce alors qu'elle nous attendait à côté de son local au village. Luce avait presque tout préparé et je suis allé avec Serge prendre des chaises pour tout le monde puis nous nous sommes mis à table pour partager ce très bon pique nique. Mario a mangé avec nous et après il est reparti au GEM et il est venu nous rechercher à 16h30 .

Après ce bon repas et un bon café nous avons commencé à faire l'atelier arts plastiques ; Luce nous a fait un cours avec les mains et tout le monde a pris un bandeau pour se cacher les yeux, Céline avait très peur, elle croyait que nous allions toucher des souris ou des serpents comme dans les jeux de la télé style fort Boyard. Luce nous a dit que ce n'était pas du tout ça pour nous rassurer ! On ne voyait rien il fallait seulement entendre la voix de Luce pour faire l'exercice : on a pris un morceau de tissus mouillé qu'il fallait mettre sur la table et avec les morceaux de terre qu'elle nous a donnés nous devons faire des petites boules et ensuite les mettre dans notre petite boîte ; avec les morceaux de tissus et la terre nous devons aussi faire des boudins et les mettre aussi dans la boîte. Avec un autre morceau de terre il fallait faire un bol pour mettre tout ce que nous avons fait quand on avait le bandeau sur les yeux ! Tout le monde a aimé faire cet exercice, nous sommes allés ensuite au village pour voir où nous avons caché les pièces avec Luce pour l'exposition de l'été. Tout le groupe a dit que l'exposition était très belle et que les pièces étaient bien cachées dans un joli coin du village. Merci encore à Luce pour cet après midi passé à Pessan.

Christophe.N. Le 19/09/2019



Ce jeudi 17 septembre 2020 était enfin la reprise de l'atelier arrêté depuis longtemps à cause du Covid 19. Il s'était arrêté au mois de mars 2020.

Pour la reprise nous sommes allés à Pessan pour cuire les pièces que l'on avait faites avant le confinement. C'était super bien de revenir à Pessan et aussi de revoir Luce avec qui nous avons passé la journée. Les pièces que nous avons cuites au four à gaz c'étaient les cuillères et les petites coupes pour boire le café dedans.

Il faut que tout le groupe de l'atelier du jeudi revienne pour faire les grands oiseaux que nous devons réaliser l'été dernier pour les exposer au village pour l'exposition annuelle. Luce a dit que nous allons faire les oiseaux après avoir terminé les cuillères.

Un jour nous avons eu envie d'exposer nos travaux de l'atelier arts plastiques réalisés avec Luce ; nous avons demandé à la Fenièrre à Pavie s'il était possible d'exposer nos œuvres mai nous n'avons jamais eu de réponse à notre demande écrite par courrier ; c'est super dommage... nous essayerons de trouver un autre lieu d'exposition.

Christophe.N. Le 17/09/2020

DU côté de La POTerie

En ce samedi matin 17 octobre 2020 avec ce temps un peu gris je me suis dit que j'allais faire un article sur l'atelier poterie/céramique de Luce du jeudi après midi ; comme ça l'article passera au prochain numéro du journal Le Groupetto N°18. C'est aussi pour dire aux personnes qui viennent à l'atelier poterie avec Luce qu'elles me manquent beaucoup comme Thierry, Christelle, Fabrice, Félix et Henri ! Ce jeudi nous n'étions que 3 personnes, Florence, Céline et moi Christophe. L'atelier a repris au mois de septembre 2020, il s'était arrêté en mars 2020 à cause du confinement, c'était très dur pour moi. Il faut que les personnes dont j'ai parlé reviennent à cet atelier ; on sait qu'il y a encore ce Covid mais on peut se protéger avec le masque. Luce ne vient qu'un jeudi tous les 15 jours pour nous faire atelier au GEM Capacités. Quand il le faut nous allons parfois à Pessan chez Luce pour ramener les poteries que nous avons faites. Quand tout le monde est présent nous réalisons de jolis objets en terre et ça fait plaisir de partager un bon moment tous ensemble.

J'espère que ce bel article va faire revenir les adhérents qui me manquent, cela me ferait plaisir de les revoir et que l'atelier céramiques revive au GEM Capacités !

Christophe.N. Le 17/10/2020



NOS SORTIES, NOS ENVIES, NOS EM...

Nous sommes partis avec la famille d'accueil, Thierry, François et Pascal. Nous avons été à Mimizan où nous avons loué un mobile-home pour une semaine. Visite de l'Écomusée de Marqueze à Sabres dans les Landes. (www.marqueze.fr) Là nous avons rencontré Nathalie, la fille de la famille d'accueil.

Nous avons très bien aimé la visite de l'Écomusée de Marqueze et de plusieurs endroits anciens. Entre autres activités nous avons été à la mer tous les après midi de la semaine et tous les jours à midi au restaurant près de Mimizan ; nous avons pris des glaces à l'italienne. Nous sommes rentrés le samedi avec plein de souvenirs !

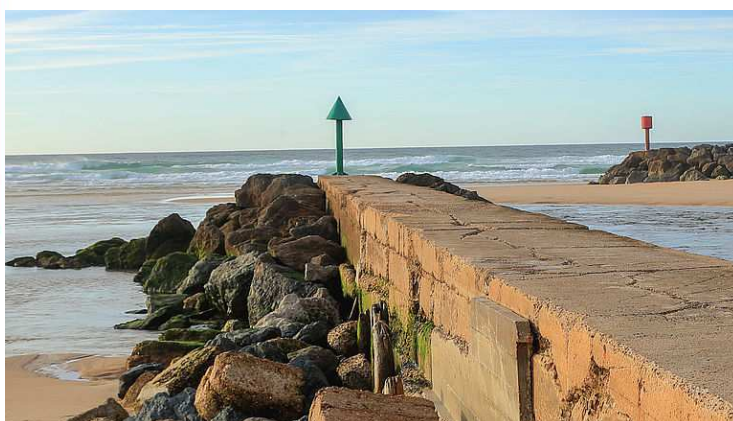
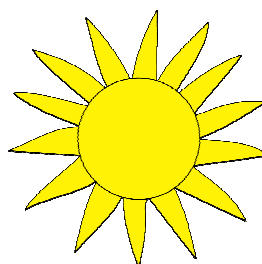
Pascal, Thierry et François.

MARQUEZE



Écomusée de la Grande Lande

COLLECTION
DECouvertes



NOS SORTIES, NOS ENVIES, NOS EM...

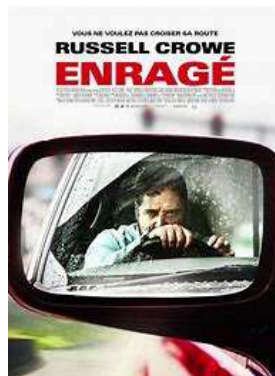
Greenland - C'est un film de science fiction et d'action. L'histoire se situe aux Etats- unis où il y a plusieurs comètes qui vont s'écraser sur la terre ce qui va provoquer une énorme catastrophe ! John et son ancienne épouse ainsi que leur fils vont tenter de rejoindre un bunker qui les mettrait à l'abri de la catastrophe. Ils n'ont pas pu monter dans l'avion à cause du diabète de leur fils et ont du se réfugier chez leurs grands parents...ils ont dû affronter de nombreuses difficultés mais ces multiples péripéties les ont rapprochés et ils se sont à nouveau aimé comme avant !

J'ai aimé ce film d'action plein de rebondissements.



- **Enragé** - C'est un film noir et angoissant ; dès le générique du film, Rachel l'héroïne du film est engagée dans une course poursuite angoissante pour elle et les spectateurs du film ; un individu dangereux et sanguinaire cogne avec violence le pare choc de la voiture de Rachel ; celle ci très énervée est prise au piège par ce psychopathe dont le comportement et la violence font froid dans le dos ! A un moment du film cet homme pervers et dangereux est au restaurant avec une personne, il la brutalise et lui plante un couteau dans le cou ; c'est un ami de Rachel. Le psychopathe reçoit une balle dans l'épaule et après il s'acharne de nouveau sur Rachel ! Ce film est vraiment violent et sanguinaire !!

Christophe A.



NOS SORTIES, NOS ENVIES, NOS EM...

Retour de Sandikoli au Sénégal

Nous sommes partis le 6 avril pour rentrer en France ; le voyage s'est très mal passé ; on s'est fait arrêter 8 à 10 fois par la police qui demandait le laisser passer délivré par la préfecture. Lors d'un contrôle on s'est fait arrêter par la gendarmerie ! Une intervention de l'ambassade a été nécessaire pour que nous puissions continuer notre trajet vers l'aéroport de Dakar.

On a contacté la tutrice de l'UDAF pour que l'on nous envoie les médicaments car nous n'en avons plus ! Ces médicaments n'ont pu nous parvenir car ils étaient arrêtés à la frontière du Ghana ! Heureusement que la famille d'accueil a espacé la distribution des médicaments pour ainsi parvenir à la fin du séjour.

On a dormi chez l'habitant qui nous a loué avec gentillesse des chambres. A l'aéroport nous avons pris un Boeing 777 qui contenait 500/600 passagers. Les stewards et hôtesse ont fait le voyage de rapatriement gratuitement ; nous avons fait escale en Mauritanie à Nouakchott puis on est repartis pour Roissy Charles de Gaulle à Paris. Nous avons transféré les vêtements de plusieurs valises pour faire de la place aux ??... Nous avons ensuite pris la route pour Toulouse avec une voiture de location. La famille d'accueil a téléphoné à leur fils Sylvain pour lui demander des informations sur le fonctionnement de la voiture ; nous avons fait 4 ou 5 pauses pour prendre du café afin que ceux qui conduisaient ne s'endorment pas au volant ! A Toulouse nous avons pris un taxi qui nous a amenés jusqu'à la maison à Mirande.



Christophe.A

COIN LECTURE et ÉCRITURE

Florence a lu récemment un livre, '*Eboueur sur l'échafaud*', qui lui a plu et elle a souhaité nous en parler et même nous offrir quelques extraits.

C'est l'histoire très compliquée et douloureuse d'une famille algérienne venue vivre en France et dont les membres, parents et enfants, se débattent dans de terribles difficultés !

L'auteur Abdel Hafed Benotman a lui même eu une vie difficile ; la quatrième de couverture du livre nous dit qu'il « n'a pas fini éboueur et qu'il n'est pas non plus monté sur l'échafaud. Quelque part entre les deux, il a fait plusieurs séjours derrière les barreaux. Il a aussi beaucoup écrit : entre autres, *Les Forcenés*, et ce « roman » où il se met en scène sous les traits de Fafa. »

Pages 13 et 14...

Le père masque la mère dans le cœur de l'enfant un insecte brûlé qui toujours volera de ses ELLES atrophiées.

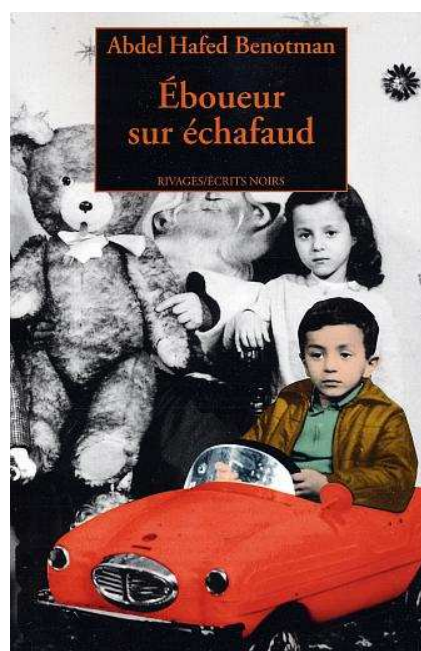
Le savoir - lire et écrire - ne lui servait à rien. Il en avait pourtant bouloché, des bouts de crayons. Il s'en était avalé, des millilitres d'encre. Il se l'était mâchouillée, à en avoir des aphtes, la langue. Sans parler des torticolis, de la scoliose, du durillon au coude et, malgré tout ça, pas de récompense. Il se l'était tapé, cet alphabet, lettre à lettre, voyelles et consonnes. Puis dans son petit crâne, il avait sans rien bouger tiré et les verbes et les temps de ce double mikado intellectuel - grammaire-orthographe. Il en avait sorti, phrase à phrase, la compréhension pour maîtriser lecture et écriture<<<< ; <résultat ? Zéro.

Fafa cherchait son prénom dans le calendrier des PTT. Nada. Dans celui des pompiers ? Walou. Idem pour les éboueurs de Paris. Que dalle. Son index rongé, désonglé d'angoisse, avait beau suivre dans tous les sens le nom des saints, pas le moindre Faraht. Il y avait bien fatima, cette salope qui l'avait induit en erreur, dans un légitime pourquoi elle et pas moi? Mais de Fafa que tchi. Ne le trouvant décidément pas, il sût ce jour là, intuitivement, instinctivement, qu'il ne serait jamais un saint dans ce bas monde... pourtant, ce fût souvent sa fête. Il lui restait tout de même un petit espoir, le Bottin !

Il ouvrit l'énormité et se perdit dedans. Saloperie tout juste bonne à se poser le cul dessus pour se faire ratiboiser le crâne chez le merlan. Fafa ne savait pas chercher dans ce là-dedans-là mais, vaillant, ne se laissant pas décourager, coudes sur la table de la salle à manger, visage entre les mains, il partit en quête du b majuscule de son nom, lui le petit dernier de la famille bounoura. Fafa minuscule.

Mauvais karma, pas plus de bounoura dans le bottin que de Faraht dans les calendriers. Fafa douta un instant de son existence avant de se dire qu'il existait peut-être quelque part un saint Fafa enturbanné puisque, depuis peu, ses parents lui ayant expliqué qu'il n'était pas français d'origine gauloise mais algérien ex-colonisé croisé musulman, il serait question d'une fête en son honneur mais en temps et en heure. En attendant Fafa se sentait un rien en devenir de bien peu.

Pour calmer ses inquiétudes, il lui fût juré qu'en bon petit mouslem il serait inscrit dans le grand livre de dieu, bouquin qui valait tous les Bottin et calendriers du monde.... »



COIN LECTURE et ÉCRITURE

Hell

Je commence la journée

J'éteins ma clope dans ma tasse
de café

Putain, je suis pas encore levé

Faut me laver, mais

J'ai pas envi

C'est la chienlit

La musique à fond

C'est du hard ce son

L'enfer est pavé de bonnes
intentions

J'ai des crottes

Sous mon paillason

Les jeunes me font des blagues

Ou c'est mon cerveau qui
divague

J'enfile mon pantalon

Un vieux tee-shirt et c'est bon

Pas vu, pas pris

La liberté du zizi

Mon vinyle est fini

Je vais déjeuner avant la saillit

Avant direction : la boulangerie

Non je déconne

Je suis en psychothérapie

Faut que j'avance

J'ai mon bras qui me lance

Les pompiers éteindrons tout à
la lance

Une flamme me dis « je t
aimes »

Quand même ça me fait de la
peine

L'enfer est pavé de bonnes
intentions

C'est la peur ou la haine

Les psys me montrent le chemin

Qui conduit au début de la fin

J'attaque le col

De mon galopin

Quatre degrés cinq

A la sortie des écoles

Merci COVID

Maintenant on est tous des
timides

Un couteau dans le dos

Oui c'est gênant

Surtout par un clochard, un
clodo

Mais maintenant

Je vais voler un vélo

Direction le marché du Jeudi

J'ai l'odeur du poisson dans le
dos

Y'a que des vieux, des mamies

Je suis Parano,

C'est ma maladie

Hugo 22

septembre 2020



Etats d'ânes ?...

Dans de très nombreux pays de l'hémisphère nord, après la trêve estivale, conformément à de nombreuses prévisions, le Coronavirus ressurgit et laisse présager de gros problèmes sanitaires pour l'hiver.

Grosso modo, les Etats gèrent la crise par des compromis entre le maintien d'une activité que l'on dit encore économique et l'engorgement des services hospitaliers, un peu à la façon dont l'humanité persiste à maintenir son hyperactivité alors qu'elle connaît sans encore en mesurer toutes les conséquences, les limites climatiques et matérielles de notre planète.

Parallèlement, le coup de frein quasi mondial qui a été donné ce printemps pendant plus de 2 mois, n'aura fait reculer le jour de dépassement que de 4 semaines montrant au Monde entier la voie à suivre pour atteindre le nécessaire équilibre économique qui consiste à ne pas consommer sur une année plus que ce que la Nature renouvelle comme produit sur la même période.

Et il reste plus de 4 mois de surconsommation à corriger, autant dire la généralisation annuelle de l'état d'urgence imposé au premier semestre 2020.

Seulement voilà, le modèle politique et commercial dominant actuel avec sa loi de l'offre et de la demande ne peut s'y adapter : Ici, on a besoin d'argent pour financer les fonds, là on a besoin de travailler pour vivre, c'est-à-dire pour payer l'inflation locative, pour financer des « investissements » soit disant économiques, pour payer des produits souvent inutiles, acheter des voyages, des voitures, des navires de croisière, laissant au bord de la route, pour ne pas dire laissant se noyer, les êtres à la fois attirés par les modes de vie des pays « riches », et souvent, repoussés de régions aux climats météorologiques et politiques devenus impossibles...

Et tout le Monde regarde sans voir, écoute sans entendre, amasse du « capital » sans épargner l'essentiel.

Pourquoi ?

Pourquoi avancer sans progresser ?

L'Argent, qui devrait permettre de mesurer au quotidien la richesse, la valeur d'un bien ne signifie plus rien : quand les cours boursiers baissent, que les investissements n'attirent plus, on crée de la monnaie jusqu'à ce que, l'argent perdant de sa « valeur », les cours remontent... Et à chaque fois que le prix des choses qui ne servent à rien, diminue naturellement, les banques centrales compensent en « achetant » de la dette, comme si, une fois les matières premières consommées à l'instar du pétrole grâce à ces « emprunts », elles se régénéreraient... Comment rendre ce qui n'existe plus, et qui, par sa transformation irréversible, détruit simultanément l'environnement? Alors, au milieu de tout ça, la politique elle-même se gangrène... Celle par qui devrait émaner une solution, se gave de la perversion du système... On ne parle même plus de proposition ou d'idéal mais presque exclusivement d'offre confrontée à une demande, bref un marché « démocratique » de la politique où l'on achète, sans même plus s'en cacher les voix des électeurs... Ici, tu votes pour un tel qui promet des prothèses auditives, là tu votes pour un autre et tu auras une bonne situation professionnelle, là encore, un autre promet un revenu de base financé par de la dette publique...

Faudra-t-il en arriver aux drames pour réagir ?

Le pourra-t-on encore ?

Sera-t-il encore temps ?

Si, malgré le Concept Dit Zident, tels des ânes, nous nous entêtons dans de mauvais choix politiques et économiques, dans quels états nous trouverons-nous ?

Des Etats d'Anes ?...

Philippe LAFFONT
15/10/2020

A retrouver sur le site du Parti dit Zident...

<http://www.parti-dit-zident.com/2020/10/etats-d-anes.htm>

UN peu de FOOT dans Ce MONDE de BRUTES mais pas Que...

Ligue 1 PSG / OM

Sur fond de polémique entre les 2 meilleurs ennemis de Ligue 1 l'OM croit heureusement en ses chances, l'OM qui n'a plus gagné à Paris depuis le 28 février 2010 peut nourrir de réelles ambitions ce soir. Jamais un classico n'avait été programmé aussi tôt dans la saison. Rétablis du Covid 19 Neymar, Di maria, Navas et Paredes seront là. L'OM a fait disjoncter Le PSG et Marseille s'est imposé face au PSG pour la première fois depuis 9 ans. A l'issue d'un match houleux 3 parisiens dont Neymar et 2 marseillais ont été exclus dans le temps additionnel quelques minutes avant le coup de sifflet final l'arbitre du match venait de sortir 5 cartons jaunes et rouges en 3 minutes !! Steve Madanda a été décisif dans la victoire de l'OM hier soir ; Marseille a marqué sur sa seule occasion du match ; cela faisait 5 ans que l'OM n'avait plus mené au parc des princes ! Marseille peut afficher un très large sourire. Moi aussi je suis super content que mon équipe préférée, L'OM, ait gagné à Paris ! Je suis un très grand fan de l'OM depuis longtemps.

Christophe.N. Le 14/09/2020



Tirage de la Ligue des champions 2020-2021

J'ai fait cet article pour le journal Le Groupetto du GEM Capacités comme je suis un grand supporter de foot et surtout de L'Olympique de Marseille qui est mon club préféré ; c'est pour vous parler un peu du tirage de la Ligue des Champions de cette année et comme L'OM fait partie des qualifiés je suis très content. Parmi les clubs français qualifiés Il y a aussi le PSG que je n'aime pas du tout et aussi Rennes qualifié pour la première fois !

Dans le groupe C : L'OM rencontrera le FC Porto ; Manchester City et Olympiakos

Dans le groupe E : Rennes rencontrera le FC Séville, Chelsea et FC Krasnodar.

Dans le groupe H : Le PSG rencontrera: Manchester United, RB Leipzig et Istanbul.

Il me tarde beaucoup que les matches de Ligue des champions commencent ; ce sera le 20 octobre 2020 jusqu'au 8 décembre 2020 pour les phases de groupe et comme j'aime Marseille je vais suivre tous ces matches à la radio sur RMC, en espérant que l'OM réussira à se qualifier pour les phases finales. Depuis 2010 l'OM ne s'est pas qualifié en Ligue des champions.

Christophe.N. Le 02/10/2020

UN peu de FOOT dans Ce MONDE de BRUTES Mais pas Que...

Ligue des champions 2020-2021 -1ère journée : Marseille/Olympiakos

L'OM chute à son tour ; l'OM a manqué ses débuts européens hier soir sur la pelouse de l'Olympiakos ; Les marseillais se sont inclinés dans le temps additionnel chez les grecs de l'Olympiakos (0-1). Après 7 ans d'absence dans cette compétition les joueurs de l'OM manquent leurs retrouvailles avec la ligue des champions 6 jours avant d'accueillir le favori du groupe C : Manchester city. L'OM devra être beaucoup plus efficace contre les Anglais. Steve Mandanda s'est incliné devant Ahmed Hassan à qui le but libérateur a été offert par un ancien de la maison phocéenne Mathieu Valbuena 'est allé vite, centre et but on aurait pu l'éviter a regretté Jordan anavi à la fin du match
'ai regardé ce match sur la chaîne l'Equipe à l'émission qui s'appelle la grande soirée.

Christophe.N. 25/10/2020

Ligue des champions 2020-2021 - 1ère journée : PSG/Manchester United le 20 octobre 2020

Entame ratée pour le PSG!Le finaliste sortant de la ligue des champions a débuté sa campagne européenne en sombrant devant Manchester United (2-1) dont l'attaquant Marcus Rashford, déjà bourreau des parisiens en 2019 a récidivé au Parc des princes hier soir. Le PSG n'a déjà plus droit à l'erreur pour viser une qualification en huitième de finale ! Une frappe croisée impeccable de Rashford à la 87ème minute a permis aux Red Devils de s'imposer 2/1.

Je suis super content que le PSG ait perdu !

Christophe.N. 24/10/2020

UN peu de FOOT dans Ce MONDE de BRUTES Mais pas Que...

Notre correspondant du journal *Le Groupetto* rescapé du *Vendée Globe* :...fait pas beau....fait pas Chaud...allo !
Mario !c'est encore loin AUCH ?



UN peu de FOOT dans Ce MONDE de BRUTES MAIS pas Que...

TOURNOI 2020 ROLAND GARROS

8e de finale D.THIEM / H.GASTON

Le match n'était pas à sens unique ! Les 2 premières manches 6/4 6/4 pour D.Thiem et puis le vent à tourné H.Gaston a fait beaucoup plus d'amorties qui ont été payantes et ont perturbé le jeu de Thiem permettant à Gaston de gagner les 3e et 4e sets 5/7 et 3/6! Thiem, étonné de la résistance de son jeune adversaire, était obligé de courir partout et s'est retrouvé en manque d'efficacité faisant des fautes inhabituelles !! H.Gaston a brouillé les cartes par ses montées à contre temps et ses nombreuses amorties payantes. Les 2 joueurs se retrouvaient ainsi dans un 5e set à l'issue très incertaine ! H.Gaston avait un superbe toucher de balle qui mettait D.Thiem en difficultés ; cependant l'Autrichien retrouvait quelques ressources pour faire le break au plus mauvais moment pour le Français et en 10 minutes supplémentaires et sur une dernière balle servie sur le corps d'H.Gaston ce dernier ne pouvait la renvoyer et ainsi D.Thiem eut raison de la ténacité et du talent surprenant de H.Gaston qui rappelons le jouait son premier grand tournoi à 20 ans à peine. Il était 237e mondial en entrant sur le cour et est devenu en un après midi 157e mondial.

Nous attendons bien sûr la confirmation d'un tel talent.

Autre Match : Fiona Ferro /Sofia Kenin

Sofia démarrait en trombe ce match en faisant un double break ; elle frappait la balle au sommet du rebond et donnait ainsi plus de vitesse à la balle mettant ainsi en difficulté son adversaire qui manifestait son énervement en frappant souvent sa raquette sur le sol ; les « matches précédent joués par F.Ferro ont eu raison de sa ténacité et de sa résistance physique. Après un premier set emporté facilement par la Française les choses se sont quelque peu gâtées ! Au second set F. Ferro montrait déjà un peu de fatigue et s'écroulait physiquement permettant à l'américaine de placer des coups surpuissant qui déstabilisaient la Française ; à 4/0 S. Kenin en menant largement au score tapait à nouveau de rage sa raquette sur le sol ! Pourtant elle menait largement au score. F. Ferro marquait tout de même avec abnégation un jeu lui permettant de sauver l'honneur/elle utilisait tout son potentiel, se décalant sur son revers pour prendre la balle et la placer le long de la ligne hors de portée de son adversaire.

Ce match m'a plu car c'était un match à rebondissements et nous a fait découvrir un nouveau jeune talent qui venait de gagner 17 matches sans défaites et avoir gagné un tournoi à Palerme. Cette succession de matches avait certainement usé physiquement cette joueuse prometteuse ; espérons qu'il ne s'agira pas d'un feu de paille et qu'elle confirmera prochainement tous les progrès montrés pendant le tournoi.

Mardi 6 octobre 2020 Christophe.A.

UN peu de FOOT dans Ce MONDE de BRUTES Mais pas Que...

Tournoi Roland Garros 2020 ...Suite et finale hommes

Demi finale : N.DJOKOVIC/ S.TSITSIPAS

Le match débute tambour battant ! Djokovic fait le break d'entrée et le gardera jusqu'à la fin du set et grâce à son revers à 2 mains il trouvera des angles de folie pour déstabiliser son adversaire. Malgré un sursaut d'orgueil de Tsitsipas et un débreak Djokovic emporte le set 6/3 sans puiser dans ses ressources en usant de balles décroisées pour user son adversaire. Le 2e set a été de la même veine et Djokovic a fait un double break pour saper le moral de son adversaire....

Mais il en fallait davantage pour décourager le Grec qui eut un sursaut d'orgueil qui emportait les 2 sets suivants, 7/5, 6/4 en plaçant mieux son service mettant ainsi Djokovic en difficulté à plusieurs reprises et le contraignant à un 5e set. Djokovic eut plus de ressources physiques et il fit alors cavalier seul réalisant plusieurs amorties gagnantes et des montées à contre temps lui permettant de canaliser la fougue de son adversaire et de terminer en roue libre le set 6/1 gagnant ainsi le match se retrouvant une nouvelle fois en finale ! Il a eu un très bon pourcentage de services gagnants. Ce fût une magnifique demie finale où Djokovic a eut très peur et où il a du lutter plus de 4 heures pour venir à bout de ce teigneux de Tsitsipas.

Tsitsipas a le même entraîneur que Serena Williams: PATRICK MOURATOGLU

FINALE HOMMES : Djokovic contre Nadal

Match démarré sur les chapeaux de roues Nadal faisant le break d'entrée en déportant son adversaire grâce à son service slicé et s'ouvrant ainsi la possibilité de revers faciles et l'enchaînement des points ; il a gagné ainsi facilement son engagement parvenant à emporter le set 6/1 sans que DJOKOVIC puisse contrer les velléités de son adversaire.

Au 3e set Djokovic essayait de contrer la puissance de Nadal en avançant plus tôt sur le terrain prenant ainsi plus haut la balle afin de mettre son adversaire hors de portée

Nadal emporte le match en 3 sets et gagne ainsi pour la 13e fois les internationaux de Roland Garros et un 20e titre du grand chelem. Seuls Soderling en 2010 et Djokovic en 2015 ont réussi à battre Nadal seules victoires pendant un règne de 15 ans.

Christophe.A. 13/10/2020

UN peu de FOOT dans Ce MONDE de BRUTES mais pas Que...

RUGBY Coupe D'Europe 2019/2020

Monferrand - Racing 92 : les joueur du Racing ont très rapidement mis la pression sur une équipe de Clermont indisciplinée ; le match gagné 36 à 27 par le Racing au stade Michelin (fait rarissime) permet à l'équipe du Racing 92 d'accéder ainsi à la demie finale de la coupe ! L'équipe des Saracens sera son prochain adversaire. Le match de samedi dernier a permis de voir la fragilité d'une équipe de Clermont commettant beaucoup de fautes et autorisant le Racing à marquer dès le début du match par L.Dupichot. Ce match fût haché par de nombreuses fautes et cartons jaunes. Le Racing a pu ainsi montrer son engagement et ses qualités de jeu en marquant à plusieurs reprises. En fin de match Clermont a bien tenté de réagir mais l'essai marqué par D.Penaud était insuffisant pour revenir au score. Le Racing 92 a mérité sa victoire face à une équipe de Clermont un peu décevante !

Stade Toulousain - Ulster :

Le Stade Toulousain a eu du mal à démarrer le match bien que Kolbe ait marqué un essai en tout début de match ! Par la suite une série de fautes commises par les joueurs du Stade Toulousain ont empêché le score d'augmenter ; heureusement les joueurs de l'Ulster n'en ont pas profité !! Ainsi à la mi-temps le score était de 13 à 3.

En 2e mi -temps ce les lignes arrières du Stade Toulousain nous ont offert un festival d'essais bien préparés par un pack d'avants très solides et efficaces dans le jeu debout.

Ont marqué : P.Akhi, Ch.Kolbe(2), Dupont, S.Guitoune et Th.Ramos.

Victoire incontestable des Toulousains qui accèdent ainsi à la demie finale de la coupe d'Europe contre Exeter en Angleterre.



UN peu de FOOT dans Ce MONDE de BRUTES Mais pas Que...

Exeter / Stade Toulousain, demie finale coupe d'Europe

L'équipe du Stade a perdu pied rapidement face à une équipe d'Exeter motivée et dont les avants enchaînaient les pic and go ; le Stade Toulousain encaissait ainsi 2 essais au cours de la première mi-temps alors que Th. Ramos, côté toulousain, réussissait 2 pénalités ; en fin de cette première partie du match, à la 36e minute un essai d'Alban Placines venait redonner espoir à une équipe toulousaine héroïque en défense !

Mais en 2e mi-temps le Stade, impuissant à juguler la force collective du pack anglais, encaissait 2 nouveaux essais et perdait ainsi tout espoir de remporter le match ; le bel essai marqué à la 73e minute par Lebel suite à une percée du demi de mêlée toulousain Balès relayé par P.Akhi, n'était pas suffisant rejoindre Exeter au score et c'est bien l'équipe anglaise plus engagée et dominatrice qui disputera la finale de la coupe contre le vainqueur du match Racing 92/Saracens. Score final 28 à 18.



UN peu de FOOT dans Ce MONDE de Brutes Mais pas Que...

Rugby Test - Match : France-Galles

Une semaine avant d'affronter les redoutables Irlandais pour boucler le tournoi des 6 nations 2020, le quinze de France a passé 5 essais aux Gallois et ainsi renoué avec la dynamique de l'hiver dernier. Les Français ont triomphé du pays de Galles pour bien préparer le dernier match du Tournoi samedi prochain face à l'Irlande. Ce qui reste de ce match c'est que les Bleus ont encore de la marge et attendent de nouveau l'envie d'arriver rapidement à samedi prochain. La France a été sanctionnée 16 fois, c'est beaucoup !! le Pays de Galles 4 fois ! Dan Biggar a tenu son équipe dans le match avant de flancher face aux poteaux à l'heure de jeu laissant 8 points en route. Halfpenny a marqué sur la première action mais l'arrière a été beaucoup sollicité. En raison des normes sanitaires Les bleus et Antoine Dupont ont joué dans un stade de France désert ! A la mi-temps la France mène 21 à 13 et gagne le match 38 à 21.

Prochain match face à l'Irlande qui a gagné devant l'Italie 50 à 17 !! ça va être dur !

Christophe.N. Le 26/10/2020

France -Irlande tournoi des 6 nations 2020

Presque 8 mois après le dernier match joué dans ce tournoi 2020 interrompu par le Covid, les Bleus terminent le tournoi à la 2ème place ; c'est déjà pas mal, ils voulaient gagner le tournoi mais c'est l'Angleterre qui le gagne et l'Italie qui remporte encore la cuillère de bois pour la 10ème fois consécutive! La France a retrouvé les jours heureux avec cette belle victoire contre l'Irlande et elle conclue ainsi en beauté une aventure que l'on croirait entamée au siècle dernier. Les 12 mêmes titulaires ont été alignés sur 6 matches consécutifs ! L'Irlande était venue au stade de France à St Denis pour le sacre mais ils n'ont pas gagné la France ayant remporté le match 35 à 27!

Le prochain match de l'équipe de France aura lieu à la mi-novembre 2020 contre les Fidji. Ecosse /Italie c'est une autre compétition qui s'appelle Autumn Nations Cup.

Christophe.N. Le 01/11/2020

UN peu de FOOT dans Ce MONDE de BRUTES mais pas Que...

Ligue des champions : FC Porto Olympique de Marseille 3e journée

Le Porto de l'angoisse toujours en quête de son premier point ; l'OM effectue un déplacement délicat. Un nouveau revers et les marseillais égaleraient le record de défaites consécutives dans l'épreuve. L'avion ne s'était pas encore posé sur la piste q'Andrès vilas Boas se sentait déjà à la maison ! Depuis le tirage au sort le Portugais se prépare à ce rendez vous particulier dans la ville qui l'a vu naître à la vie puis au football, mais pour l'instant il est encore l'entraîneur de l'OM !! Ce match contre Porto est son dernier match pour rêver à une qualification en huitièmes de finale.

Ce premier match commence mal l'OM a perdu 3 à 0 à Porto ! Moi qui suis toujours un super grand fan de ce club j'étais très déçu par la défaite. Les Marseillais sont embourbés en fond de classement à cause de 2 défaites en 2 matches mais aussi agacés par cette impression que la Ligue des champions attendue depuis plus de 7 ans pourrait passer devant eux sans qu'ils aient vraiment eu le temps d'y goûter. Vont ils enfin lâcher la bride alors qu'ils se distinguent déjà par le record désolant du plus grand nombre de défaites d'affilée en Ligue des champions pour l'instant détenu par les Belges d'Anderlecht qui on perdu 12 matchs de suite en C1 ! L'OM est à 11 ce matin et il n'ont pas envie d'entrer dans cette histoire là ! Et après cette défaite je pense aussi que le PSG doit rigoler de Marseille. Je pense que mon club de cœur peut viser la ligue Europa pour finir 3ème de sa poule, pour cela il faut gagner tous les matches retour de la Ligue des champions. Comme on dit affaire à suivre au prochain numéro en décembre à la fin de la phase de poules.

Christophe N. le 04/11/2020



NOS AMIS LES BÊTES

Le petit bestiaire de Christelle...suite...(du 31/10/2019 au 05/03/2020

Le phoque commun

Le phoque est un mammifère marin, il fait partie de l'ordre des carnivores. Il mange environ 2 kg de poisson (hareng, bar, anchois, merlan, morue de l'Atlantique, plie, sole, saumon, cabillaud etc...) Le phoque vit en Arctique ou en Antarctique. Le mâle peut vivre jusqu'à 25 ans, l'espérance de vie de la femelle est de 35 ans.



Le Lapin

Le lapin est un petit mammifère proche du lièvre. Il est herbivore. Il a de grandes oreilles, un corps poilu, une queue touffue et un petit museau qu'il remue.

Il existe une soixantaine d'espèces de lapins dans le monde. Le lapin n'est pas un rongeur, il a quatre incisives dont deux plus courtes et cachées par celles de devant. Les rongeurs ont seulement deux incisives à la mâchoire supérieure.

Le lapin a deux grandes oreilles très sensibles ; ses pattes sont adaptées à la course, son nez remue en permanence pour renifler l'air et identifier les odeurs. Son museau est doté de longues moustaches qui sont des organes tactiles très sensibles. Sa queue est courte et touffue.

Le lapin mange des légumes, de l'herbe, des écorces d'arbustes et d'arbres, des fruits.



NOS AMIS LES BÊTES

Le paon

Le paon est poche du faisan et de la pintade. La femelle du paon est appelée la paonne (on prononce "panne" et le petit s'écrit paonneau et se prononce "panneau").

Le paon braille ou criaille quand il pousse son cri caractéristique. Il fait la roue pour séduire la femelle lors de sa parade nuptiale. Il étale en éventail les longues plumes de sa queue, puis il tourne sur lui-même en les agitant pour faire admirer sa parure.

Le paon mange des céréales, des végétaux, des fruits, des vers et des insectes. Il est originaire de l'Inde, vit dans les forêts mais a besoin d'un point d'eau. En général le mâle a une queue énorme dont le plumage est bleu mais certains paons sont blancs.



e Koala

Le koala, appelé Paresseux australien, est une espèce de marsupial qui vit dans les arbres et se nourrit d'herbes. Il y a le koala dans les régions côtières de l'Australie méridionale et orientale. Il ne mange que des feuilles d'eucalyptus.

Le koala a un petit corps carré, ses membres sont courts, il a de grandes oreilles rondes et poilues, une fourrure marron-gris argenté qu'il entretient régulièrement ce qui permet à l'eau de pluie de perler comme sur le plumage d'un canard. Cette couleur lui permet aussi de passer inaperçu parmi les branches d'eucalyptus. Les poils des oreilles forment des franges blanches. La fourrure plus dense du postérieur sert aussi de coussin à l'animal. Le chanfrein noir et glabre du front jusqu'au nez, glabre lui aussi et très bombé. Ce nez proéminent et ces grandes oreilles montrent l'importance des perceptions auditives et de l'olfaction (fonction par laquelle les odeurs sont perçues).

NOS AMIS LES BÊTES

La chauve-souris

La chauve-souris est un mammifère volant, elle chasse la nuit et est insectivore ; c'est un animal nocturne. Elle se nourrit de petits insectes volants, mouches, moustiques, papillons nocturnes. Les insectes sont capturés en vol. Elle habite dans des grottes, des mines abandonnées, dans des trous d'arbres faits par des oiseaux migrants. Elle fait un bébé par an, la naissance a lieu en été ; la mère le porte accroché à son ventre.

La chauve-souris attrape les insectes avec les ultrasons qu'elle émet par les narines et sa bouche et qui lui reviennent aux oreilles. Les chauve-souris abondent sous les tropiques, un peu moins de 40 espèces vivent en Amérique du Nord tandis que 100 espèces ont été dénombrées dans l'Ouest de L'Afrique..La chauve-souris a une espérance de vie de 41 ans.

Christelle



LES NOUVELLES DU FRONT !

Tout d'abord, nous espérons que vous allez bien !!!!

Nous au gem, on va bien même très bien ! Nous avons la chance de pouvoir continuer à vous accueillir et de maintenir un planning d'activités et d'ateliers bien remplis !

C'est vrai, il y a quelques changements, il faut s'inscrire à l'avance pour venir, nous ne pouvons accueillir plus de 6 personnes, il faut porter le masque...etc. vous connaissez la chanson ! Mais nous restons de bonne humeur et nous prenons plaisir à vous recevoir et que ça dure !!!

Donc si vous voulez venir nous voir appeler avant !!!

On vous redonne toutes les infos pour nous joindre :

Tel 05.62.64.07.94 ou 06.47.34.83.38 N'hésitez pas à laisser un message !

Pour nous écrire : capacites32@gmail.com

Notre site internet : <http://gemcapacites32.jimdofree.com>

Vous y trouverez les plannings d'activités, les photos...

Prenez soin de vous et à bientôt !





Maximum 6 personnes dans le GEM
Il est donc fortement conseillé de s'inscrire ou de téléphoner au GEM avant de venir
GESTES BARRIERES ET PORT DU MASQUE OBLIGATOIRE

Sport adapté : gym douce, renforcement musculaire

Bénévolat à l'imag'in création mappemonde occitanie !

PLANNING activités Février 2021

GEM fermé et/ou en activité extérieure		OBLIGATOIRE	
DATE	HORAIRES	MATIN	MIDI
Lundi 1 Février	14h-18h		APRES-MIDI
Mardi 2 Février	10h-18h	Temps libre + préparation repas	Atelier couture et créations
Mercredi 3 Février	10h-18h	Temps libre + préparation repas	Temps libre + activités intérieures
Jeudi 4 Février	10h-18h	Atelier Ecriture	Atelier Poterie 14h-16h
Vendredi 5 Février	10h-18h	Temps libre + préparation repas	Temps libre + activités intérieures
Lundi 8 Février	14h-18h		Atelier couture et créations
Mardi 9 Février	10h-18h	Temps libre + préparation repas	Temps libre + activités intérieures
Mercredi 10 Février	10h-18h	Temps libre + préparation repas	14h-15h Sport adapté + Temps libre
Jeudi 11 Février	10h-18h	Atelier Ecriture	Temps libre + activités intérieures
Vendredi 12 Février	10h-18h	Temps libre + préparation repas	Temps libre + activités intérieures
Lundi 15 Février	14h-18h		Atelier couture et créations
Mardi 16 Février	10h-18h	Temps libre + préparation repas	Temps libre + activités intérieures
Mercredi 17 Février	10h-18h	Temps libre + préparation repas	14h-15h Sport adapté + Temps libre
Jeudi 18 Février	10h-18h	Atelier Ecriture	Atelier Poterie
Vendredi 19 Février	10h-18h	Temps libre + préparation repas	Temps libre + activités intérieures
Lundi 22 Février	14h-18h		Atelier couture et créations
Mardi 23 Février	10h-18h	Temps libre + préparation repas	Temps libre + activités intérieures
Mercredi 24 Février	10h-18h	Temps libre + préparation repas	14h-15h Sport adapté + Temps libre
Jeudi 25 Février	10h-18h	Atelier Ecriture	Temps libre + activités intérieures
Vendredi 26 Février	10h-18h	Temps libre + préparation repas	Temps libre + activités intérieures

Atelier Ecriture / confection du Journalle Groupetto animé par Marc le Jeudi matin de 10h à 12h au Gem

Atelier couture et créations en partenariat avec l'Ime de la convention et la boutique Imag'in : confection et création (bourse en cuir, sac en jeans...)

Sile soleil estia : balades, pétanque, quilles...

Atelier d'Arts Plastiques animé par Luce de 14h-16h un jeudisur deux au Gem

Le fonctionnement actuel du Gem Capacités nécessite des contraintes de limitation du nombre de personnes accueillies et des modifications de nos activités. Un planning présentiel a été mis en place pour les adhérents afin de se conformer aux préconisations de l'ARS et de protéger au mieux les personnes accueillies. Les gestes barrières doivent être appliqués et le port du masque est obligatoire.

Groupe d'Entraide Mutuelle

Cap@cités

Echanges

Prêt de livres, jeux
vidéo...

Rencontres

Sorties

Festivals, expos, concerts...

Ateliers

Cuisine, arts plastiques,
informatique ...

Partage

Repas, goûters, Jeux ...



Gem Cap@cités

93 Avenue Pierre de Montesquiou

32000 Auch

05.62.64.07.94