Mars 2021

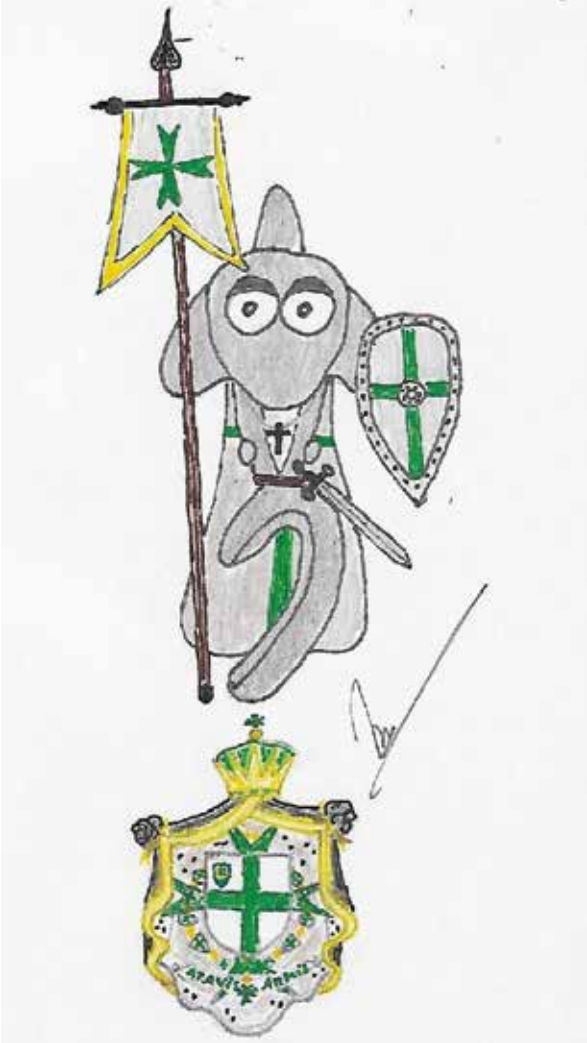
La gazette de l'association PRISM

PRISMag

PRISM

Prévention Réinsertion Information en santé mentale

Ordre Militaire et Hospitalier de Saint Lazare de Jérusalem et de Notre Dame du Mont Carmel



En 65 après Jésus Christ, des moines arméniens ont commencé à soigner des personnes atteintes de la lèpre dans un hôpital en dehors des portes de Jérusalem. C'est un ordre monastique et hospitalier. Cet Ordre a la particularité d'être œcuménique et n'est en aucun cas représenté par le Vatican.

L'Ordre a été militarisé en 1099 par Gérard le Bienheureux qui fut le premier Grand Maître de l'Ordre.

En 1249, le Roi Louis VII, dit Louis le Jeune, revient des Croisades avec 200 chevaliers lépreux de l'Ordre de Saint Lazare, dans la ville de Boigny-sur-Bionne.

Boigny-sur-Bionne est le siège magistral historique d'Occident depuis Saint Louis qui leur a offert ce magnifique château.

L'Ordre continue de perduré dans le monde. Il est réparti par une quarantaine de pays et il est représenté par le Sérénissime Grand Maître Don Francisco de Bourbon, Comte de Hardenberg. C'est le fils du Duc de Séville ; et il est également le 50ème Grand Maître de l'Ordre.

A Limoges, une Lieutenance de l'Ordre de Saint Lazare a décidé de faire de notre capitale Limousine son berceau.

Je suis chevalier de cet ordre depuis le 17 décembre 2017. Nous sommes 41 chevaliers et dames chevaliers dans cette lieutenance qui est géré par le Comte Pascal Gambirasio d'Asseux. Nous sommes sous les ordres du Comte Christian d'Andlau Hombourg, Grand Prieurde France et qui représente notre Sérénissime Grand Maître. Loïc

Dans ce numéro :

P1 - Ordre militaire et hospitalier de Saint Lazare de Jérusalem et de Notre Dame du Mont Carmel

P2 - Madeleines Bijou

P3 - Comment l'écriture me permet de m'évader

P4-5 - M.D.P.H

P6 - Les voitures électriques, solutions réelles ?

P7 - Mais lorsque le visage est masqué ? - Les ostensions limousines

P8 - La chandeleur– Le persil

P9 - La langue des signes

P10 - Ma sortie au château de Chalucet

P11 - Un Noël et Nouvel An pas comme les autres - Bien conscient d'avoir eu beaucoup de chance

P12 -13 Du foyer de vie à la famille d'accueil en pays Arédien

P14 - Le Gem Arédien

P15 - Mathieu JALIBERT—La ciboulette

P16 - Ma vison de la tolérance au sein d'un groupe

P17 - Isolement et confinement = Billet d'humeur

Madeleine Bijou.

Cette année, j'ai décidé de m'occuper des commandes Bijou avec une collègue.

Le travail que nous avons à faire, consiste à afficher les différentes feuilles de présentations dans tous les ateliers « service aux entreprises, menuiserie, blanchisserie, travail à façon puis dans les salles de détente. »

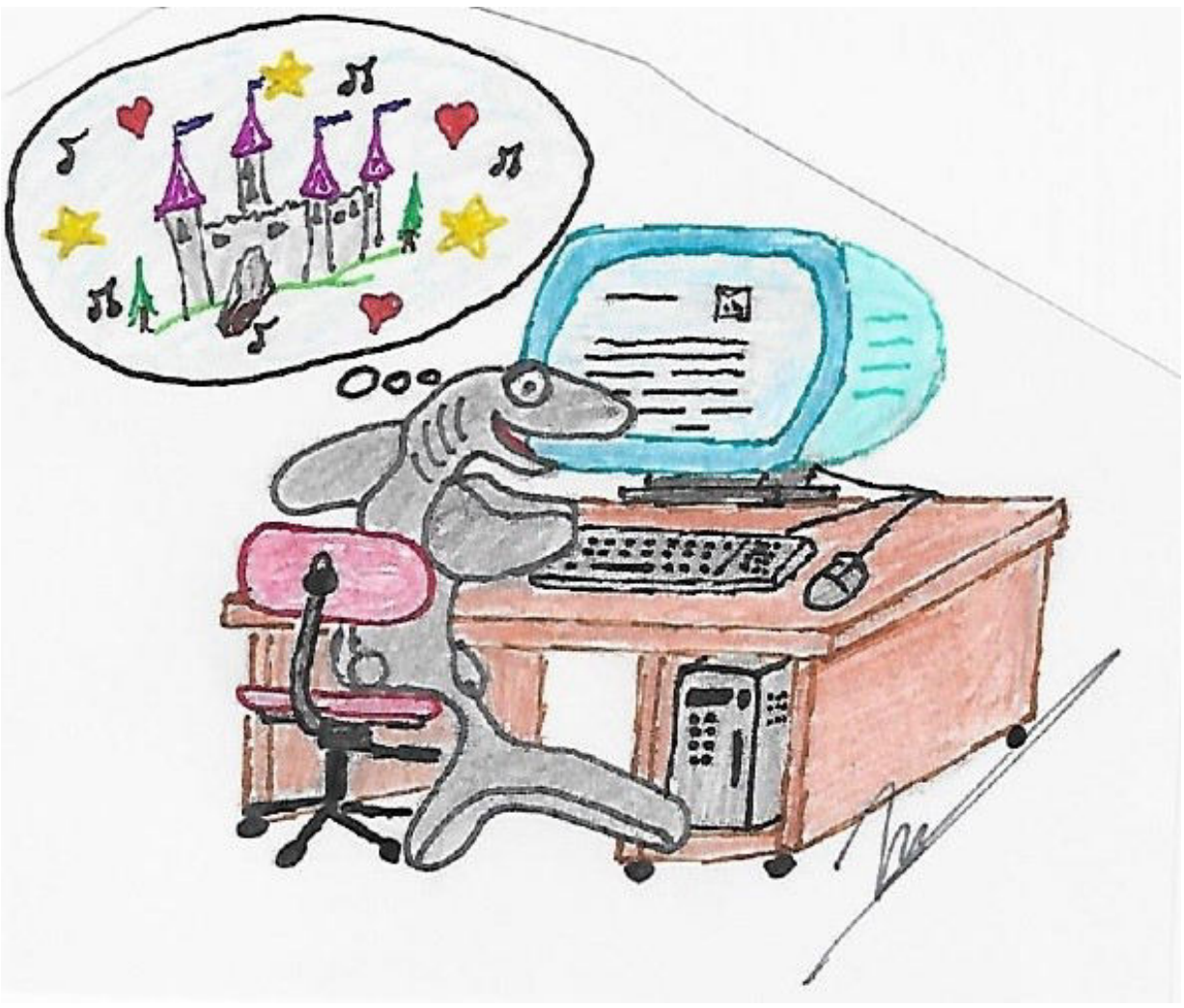
Les travailleurs de chaque atelier lisent les dépliants qu'on leurs proposent, si ça les intéressent, ils me demandent un bon de commande et inscrivent leurs choix. Ils ont une date à respecter pour me rendre leur commande avec la somme à payer.

Ensuite nous téléphonons à madeleine Bijou, pour les commandes, puis ils nous fixent une date pour la livraison. A la date prévue, un livreur amène les boîtes de madeleine, que nous avons commandées. Nous vérifions la commande pour voir si tout est là, puis nous lui remettons la somme d'argent. Ensuite nous passons dans chaque atelier pour la distribution.

Isabelle

Comment l'écriture me permet de m'évader.

Depuis l'age de douze ans, je suis atteint de dépression chronique. En cause, une capacité d'analyse développée qui, pouvant sembler être un don, ne l'est pas forcément pour moi. Le monde a commencé à ne plus m'émerveiller et me sembler de plus en plus étrange pour moi. Pour commencer, la méchanceté de certaines personnes de mon entourage à mon égard sans vraiment en comprendre la cause et par la suite le monde en lui-même. L'égoïsme, l'appât du gain, jusqu'aux gouvernements que je ne comprenais pas et que je ne comprends toujours pas. Certains fais divers et bien d'autres choses, sans compter sur mon côté un peu pessimiste... De ce fait, j'ai créé mon propre monde, celui dans le quel je peux m'évader quand j'écoute certaines musiques par exemple. Je les associe à divers périodes de ma vie ou des choses qui pourraient se passer dans ce monde merveilleux qui est le mien. D'ailleurs, c'est peut-être pour cela que j'écoute principalement de la musique instrumentale, sans paroles, histoire de pouvoir en définir quelque chose par la seule force de ma créativité. Étant amoureux de science fiction et de fantastique, j'ai donc commencé à écrire, à travers des personnages hauts en couleurs (c'est ce que je préfère, créer des personnages et leurs parcours de vie). J'écris donc mon univers en rassemblant tout ce que j'aime.



Des personnes, des films, des histoires, des lieux et des aventures pour ne citer que cela. Le tout en une seule œuvre. Au fur et à mesure, j'ai commencé à me sentir beaucoup mieux. Ma vie un peu sombre s'en va au profit de cette formidable thérapie. Je ne me coupe pas forcément du monde qui m'entoure, car il y a des choses merveilleuses malgré tout et des gens qui comptent pour moi et qui m'apportent énormément, que ce soit en amour, en attention ou encore en amitié. Il y a aussi les nombreux voyages et bien d'autres joies que j'ai eu et aurais la chance de vivre. Toutes ces choses merveilleuses enrichissent mes écrits et mon jardin secret. Je l'appelle ainsi en raison que beaucoup me conseil de le partager ou voudraient le connaître d'avantage, ce qui n'est pas forcément possible... A mesure que j'écris, une grande partie de moi s'est insinuée dans ce monde imaginaire, une grande partie de ma personnalité, de mes envies, de mes craintes ou encore de mes croyances, choses que je ne peux pas partager avec tout le monde, du moins pas pour le moment et peut-être jamais. Qui sait ? Bien entendu, j'ai un suivi médical pour atténuer la dépression, mais c'est véritablement l'écriture qui m'aide le plus et la chance de pouvoir avoir ce paradis, que j'enrichis par tous ses écrits, dans ma tête, où que je sois, à n'importe quel moment, je peux m'éclipser et retrouver ma paix intérieure. Je pense que chacun peut trouver cette paix en suivant une passion, un sport...En y mettant tout son cœur et s'offrir ces petits moments de répits dans ses pensées. Ce qui est très certainement la seule chose que personne ne peut nous prendre et qui nous accompagnera toujours et partout. Franck

M.D.P.H

Maison départementale des personnes handicapées

La M D P H se trouve

8 Place des Carmes

B P 73129 87000 Limoges

Je suis allée visiter la M D P H de Limoges le Jeudi 19 Novembre 2020 de 9 heures à 11 heures dans le cadre du DUODAY. De charmantes personnes m'ont accueillie. Elles m'ont expliqué comment fonctionne la M D P H. Sur 40 personnes employées, je n'en ai vue qu'une dizaine, car nous étions en confinement. Les autres personnes étaient en télétravail chez elles.

A la M D P H il y a un accueil. Elles sont trois personnes. La première reçoit les personnes qui amènent des dossiers. La deuxième voit dans son bureau les personnes afin de les orienter par rapport à leurs recherches et la troisième c'est le médecin qui fait une première visite.

A la M D P H, il y a deux étages. Au 2eme niveau, on reçoit pour débattre et expliquer les différents sujets. Le bureau d'expertise médical fait des entretiens sociaux pour les différents handicapés en vue de projet d'emploi. Mission de compensation et de reprise des besoins d'enseignement, de logements suivant les handicapes. Besoin de la personne pour vivre au mieux dans sa vie. Enfants, personnes âgées il n'y a pas d'âge. La M D P H existe dans tous les départements.

Pour faire un dossier : dépôt d'une demande. Le dossier est posté ou envoyé en mail. Etude de la demande pour attribution des droits. Sensibiliser la population. 27000 décisions il y a eu 10% de contestations en 2019.

Au 1er étage : pôle accueil instruction. Au 2eme étage : pôle évaluation. Il y a un délai de 4 mois pour étudier un dossier. Pour calculer le taux du handicap, ils se servent d'un guide avec les taux de la personne, qui, permet de voir l'incapacité et la répercussion de l'handicapé dans la vie quotidienne. Compensation on essaie de trouver les moyens de connaître le handicap.

Comment se déroule l'étude d'un dossier ? - La demande est à déposer auprès de la MDPH. Elle est assortie de diverses pièces justifiant de l'identité de l'intéressé et de son domicile, d'un certificat médical de moins de 3 mois et d'un justificatif de ressources. - Après un examen administratif de ces éléments, l'instruction de la demande comporte une évaluation des besoins de compensation par l'équipe pluridisciplinaire d'évaluation (EPE) qui établit un plan de compensation. - La commission des droits et de l'autonomie des personnes handicapées (CDAPH) prend ensuite sa décision à partir du plan proposé à l'intéressé. A la retraite : l' AAH s'arrête pour les 50 à 79 %-Pour le 80% et plus l'AAH continue. Isabelle

Les voitures électriques, Solutions réelles ?

Depuis l'introduction des voitures électriques sur le marché et voyant la plupart des marques automobiles proposer ce genre de véhicules, je me pose des questions qui selon moi sont plutôt pertinentes... Je me base pour sur des articles, de connaissances que j'ai pu acquérir auprès de professionnels, à qui j'ai posé mes questions. Il y a deux catégories de véhicules électriques, les 100% électriques qui fonctionnent exclusivement à l'électricité. Les hybrides rechargeables qui combinent un moteur thermique et un ou plusieurs moteurs électriques. Pour la première catégorie, le véhicule est certes plus "propre" mais n'offre qu'une autonomie limitée de plus ou moins 300 à 400 kms, idéal pour les petits trajets en ville mais complètement inutile pour les longs trajets. Ces automobiles se rechargent via une prise spécifique ou sur secteur bien que d'une ou deux heures de charge, on passe à plus de huit heures pour la prise secteur. Pour les véhicules hybrides rechargeables, ils peuvent être chargé comme le premier ou se recharger en roulant sur l'énergie que produit le moteur thermique, conséquence : le véhicule consomme plus de carburant et pollue de la même manière, voir plus qu'une voiture à moteur thermique standard de même gabarit et pour n'emmagasiner qu'une légère autonomie de 50 km... Plus écologique notre hybride rechargeable ??? Passons donc aux questions que je me pose, si l'on considère qu'il faut sur un an l'énergie d'un réacteur nucléaire pour alimenter nos simples et innocentes petites box internet, combien en faudra t-il d'avantage pour nourrir nos voitures propres si tout le monde suit cette vague ??? Je ne vous parle pas de la pollution qu'engendrent ces centrales nucléaires ! Je sais, vous allez me dire qu'il y a d'autres sources d'électricité, les barrages ? Oui, combien de cours d'eau détournés et combien de faunes aquatiques misent en danger ? Les éoliennes ? Soyons sérieux, pour pouvoir produire autant que des centrales nucléaires, il en faudrait des millions, partout... Et que dire du prix de l'électricité ? Ne va t-il pas lui aussi grimper ? Que deviendront les gens à faibles revenus ? Des bougies pour s'éclairer ? Belle avancée, sachant qu'on octroie déjà des millions de chèques énergie à l'heure actuelle pour aider un grand nombre de personnes... L'un des professionnels, vendeur de ce genre de véhicule m'a dit, après avoir écouté mon point de vue, " Si tout le monde roulait en électrique demain, nous serions en Black Out total le soir même, ces véhicule sont une alternative, rien de plus." Une alternative... Le problème, c'est qu'on ne nous les présente pas comme tel, on nous les présente comme l'avenir, le futur de l'automobile et les constructeurs ne cherchent donc pas, ou très peu de réelles solutions viables à long terme. Si l'on est un peu extrême, on pourrait penser que ces autres solutions existent, mais que nos très chères lobbys font en sorte que ces projets soit remisés au placard, le temps de vendre, le temps de gagner énormément d'argent... Je ne suis pas forcément contre les véhicules électriques, pour les transports en commun, pour un citadin qui roule très peu, oui, c'est une solution intéressante, mais le plus grand nombre roule bien d'avantage, trop que pour que cela soit une réelle solution et comprenons bien que comme je l'ai insinué plus haut, l'électricité n'est actuellement pas une ressource non polluante, on a vite fait de vous le faire penser, mais ce n'est pas le cas, seule une petite partie de la production électrique peut réellement se dire "Verte"... Franck

Mais lorsque le visage est masqué ???

Je suis malentendante et je suis toujours en recherche de lieux tranquillisants. J'ai trouvé dans le Gem une sorte de refuge ou il n'y a pas trop de bruits. Je me suis fait des amis qui comprennent que parfois je ne leur réponds pas. Pourtant, j'aime discuter, mais je n'ose pas aborder les gens que je ne connais pas. C'est très gênant de faire répéter aux gens leur phrase quand on n'en comprend pas toujours le sens car les sons vous ont échappés. Dans ce cas, je fais semblant de comprendre. Lorsque les gens chuchotent, je pense toujours qu'ils disent du mal de moi. Avant la COVID, c'était plus simple, je pouvais lire sur les lèvres, mais avec le port du masque, je me sens bien plus isolée. Si une personne me dis bonjour sans bouger la tête, je ne comprends pas et je risque de passer pour une malpolie. Mais ce qui s'ajoute à ma peur, ce sont les bruits que je n'entends pas toujours bien, les voitures électriques, les pas des gens, les cris aussi. Au Gem, je me sens en confiance, on peut sortir en petit groupe, je sais que quelqu'un veillera sur moi en traversant ou si le groupe prend de la distance. Lors des confinements, malgré l'attention que l'on me portait avec le Gem, je ne comprenais pas toujours les conversations au téléphone et cela me fatiguait beaucoup. J'ai trouvé comme un autre refuge au petit Lourde de St Auvent, il y règne une certaine sérénité. Ce lieu m'apaise et je l'appelle mon médicament. YVETTE du Gem de Saint Junien

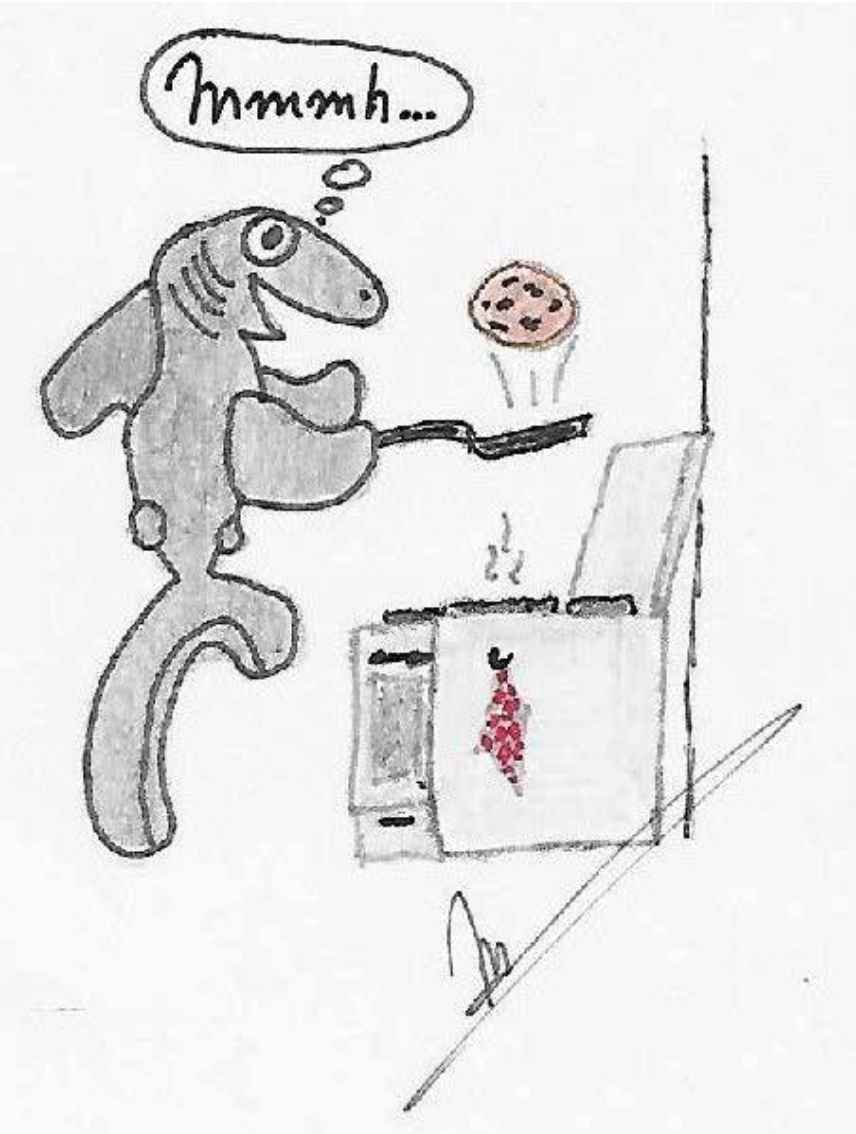
---

Les Ostensions limousines

Les premières ostensions Limousines datent de 994, année à laquelle le limousin était touché par ce que l'on appelait autrefois le mal des ardents. C'est un parasite qui contaminait le pain de seigle. Elle provoquait d'atroces brulures et des hallucinations, des crises de convulsions, des spasmes douloureux, des diarrhées, des démangeaisons, des maux de tête, des nausées et des vomissements.

En 994, cette maladie est perçue comme un châtiment de Dieu. A Limoges, les malades venus implorés la protection divine, s'entassent dans les églises. Face à l'étendue du drame, l'Evêque Hilduin et son frère Geoffroy, abbé de Saint Martial décident d'organiser un grand rassemblement autour des reliques de plusieurs saints Limousins. Le 12 Novembre 994, après trois jours de jeun et de prières, le corps de Saint Martial, 1er évêque de Limoges et protecteur de la Cité, est levé de son tombeau et placé dans une chasse d'or et porté en procession depuis la basilique du Sauveur (place de la République) jusqu'au Mont Jovis. Le 4 décembre 994, alors que le corps de Saint Martial est ramené jusqu'à son tombeau, l'épidémie a cessé de sévir. Les chroniques de l'époque font l'état de 7000 guérisons. Loïc

La chandeleur.



Cette année la chandeleur tombe le 2 Février. Jour où l'on fait sauter les crêpes.

Voici l'histoire de son origine : Fête religieuse. Elle est célébrée chaque année 40 jours après Noel, jour de la présentation de l'enfant Jésus au Temple. Le nom chandeleur provient à l'origine des « chandelles » traditionnellement utilisées à cette occasion. Pourquoi fait-on des crêpes ?

La forme ronde et la couleur dorée des crêpes représentaient le disque solaire et le retour à la lumière. En effet, en ce début du mois de Février, les jours commencent progressivement à rallonger. La consommation de crêpes serait donc un hommage au cycle de saisons et plus précisément à l'arrivée du printemps qui annonce des jours meilleurs. Cette fête est également accompagnée de superstitions. Si les paysans ne faisaient pas de crêpes à la chandeleur, le blé serait mauvais l'année suivante.

Pour être assuré que la récolte sera bonne et les finances prospères, ils se devaient de retourner la première crêpe en la jetant en l'air de la main droite en tenant un Louis d'or dans la main gauche, en veillant à ce qu'elle retombe parfaitement dans la poêle. La crêpe était ensuite déposée en haut d'une armoire.

Nous vous souhaitons en cette nouvelle année une bonne chandeleur et quel régale. MMMH. Isabelle et Christelle

Le persil

PETROSELIUM SATINUM : famille des ombellifères. Espèces et variétés : persil plat, frisé et persil tubéreux très rustique. Historique : plante bisannuelle. Partie utilisé : les feuilles, les racines, les graines, l'huile. Bienfaits : Frais ou sécher on l'utilise pour les contusions, les coups, les crevasses, les entorses. Il est diurétique, il soigne les indigestions les flatulences, la cystite, l'arthrite, les rhumatismes, pour les problèmes de rénaux. La teneur En vitamine c et les minéraux important, riche en fer, fortifiant. Ouvre l'appétit, contre la tension, dépuratif, stimule le système nerveux, antiscorbutique. Contre l'anorexie, l'anémie les troubles menstruels ? la goutte. On l'utilise pour les salades, la crudité, en omelette en purée associé aux beurre pour les viandes les courts bouillons les poissons. Attention, il peut être allergisant. Véronique

Langue des Signes Française

Histoire :

L'Abbé Charles Michel de l'Epée, fut en 1760, le premier entendant connu à s'intéresser aux modes de communications des « sourds-muets » en observant un couple de jumelles sourdes communiquer entre elles par gestes. Il décide alors de regrouper une trentaine d'élèves pour les instruire. Il apprend lui-même la langue des signes grâce à ses élèves et démontre les progrès obtenus devant la Cour de France.

C'est ainsi qu'il ouvre la première école pour sourds qui deviendra plus tard l'Institut national jeunes sourds, aujourd'hui l'Institut Saint Jacques.

A la mort de l'Abbé de l'Epée en 1789, l'Abbé Sicard lui succède et tente d'imposer un langage gestuel conventionné et agrémenté d'une grammaire de signes méthodiques qui sera abandonné par la suite.

En 1880, le Congrès de Milan interdit la langue des signes dans les écoles et même dans les cours de ré-création.

En 1968, Bernard Mottez réussit à convaincre le Ministre de l'Education National pour que la langue des signes devienne une langue à part entière.

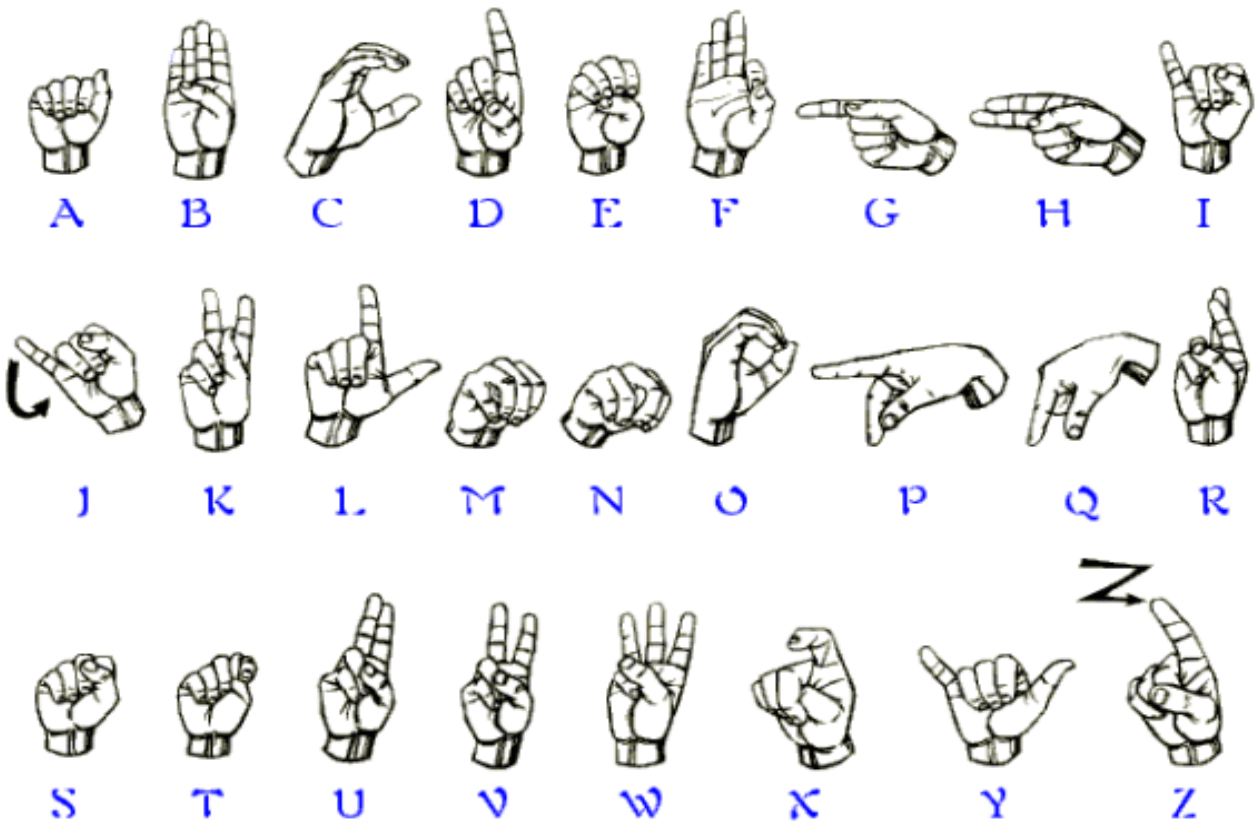
Sur la Haute-Vienne, nous avons deux personnes célèbres qui sont nées sourdes :

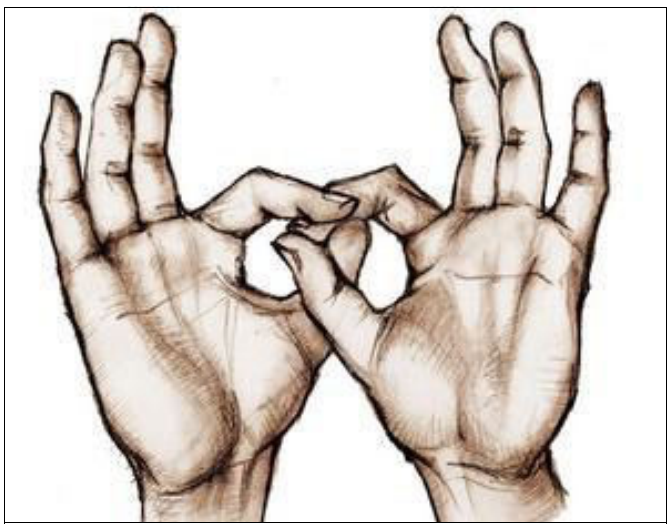
Sophie Vouzelaud qui fut la première femme sourde à devenir 1ère dauphine de Miss France en 2007 et Cyril Jonard qui a un immense palmarès au niveau mondial dans sa discipline qui est le Judo.

Enfin, à Limoges, nous avons deux associations pour les personnes sourdes :

La Maison des Sourds de la Haute-Vienne dont j'ai été le secrétaire général pendant 3 ans et l'association LSF Pi Tous qui a confectionné des masques transparents pour les personnes sourdes qui sont indispensables pour eux, surtout dans la période que nous vivons actuellement.

Loïc





Ma sortie au château de CHALUCET

Le jour férié de l'ascension, je décide de préparer mon repas pour aller me promener dans le bois autour du château de CHALUCET.

Je suis partie avec ma voiture. Habitant Limoges, je me suis mise en route pour environ une dizaine de kilomètres. Je me suis arrêtée au village du VIGEN pour demander mon chemin. Je n'étais pas loin, bien renseignée, j'y suis allée tranquille. Arrivée au parking, j'ai pris le chemin qui m'amène à l'accueil pour emprunter le sentier de randonnée à l'aide du plan. J'ai été bien accueillie par le personnel. Je suis partie avec mon sac à dos, prête pour l'aventure. J'ai suivi les flèches. J'ai marché, marché, bien sûr, j'avais mon téléphone sur moi au cas où je me perdrais pendant mon parcourt. Ce jour-là en chemin, j'ai croisé des gens sympathiques. Mon téléphone a sonné, c'était mon ami Jean-Marc. Je lui ai annoncé où j'étais, on a discuté. Après ça, j'ai continué mon chemin. Je me suis aperçue que je m'étais trompée. Je retombais toujours sur le même chemin, donc là, je me suis assise sur un tronc d'arbre, le cœur battant pour un petit moment. Un chien est passé devant moi. Je n'ai pas eu peur de lui, je savais qu'il n'allait rien me faire. Il était accompagné de ses maitres, je leur ai parlé pour leur expliquer que j'étais perdue, ils m'ont dit quel chemin prendre. Il y a eu un endroit difficile pour revenir avec une grande descente. Je ne pouvais passer que par là, il n'y avait aucune branche pour se tenir. Je me disais, ça passe ou ça casse, je n'avais pas le choix. Ça descendais tellement que mes pas se sont accélérés. J'ai eu peur mais ouf enfin c'est passé, j'ai trouvé cet endroit dangereux. J'ai vu le pont que j'avais franchi dès le départ, et là j'ai vu l'arrivée. J'avais faim, je suis allée à ma voiture chercher mon repas, pour pique-niquer sur place à une table. Pendant mon déjeuner quelqu'un m'a dit bonjour, c'était une personne qui me connaissait, Toute contente je lui ai répondu de même. Cette personne venait de terminer un stage dans mon établissement. Elle se trouvait là avec son chien et sa maman. J'ai terminé mon repas. J'ai plié mes affaires, je suis allée à ma voiture pour les poser et après je suis allée à l'accueil pour m'acheter des badges pour moi et mon ami Jean-Marc. J'ai bien amusé le personnel de l'accueil, j'ai bien rit avec eux, j'ai passé une bonne matinée, c'était génial. Je vous recommande ce petit endroit pour vous promener surtout si vous êtes seul, car si vous vous perdez, vous pouvez compter sur l'accueil en les appelant. Marie France

Un Noel et un nouvel an pas comme les autres.

Pour Noel 2020, le 18 décembre, Teddy, le directeur, a fait un petit discours relatant le travail effectué au cours de l'année, puis il nous a remis des pochettes surprises avec des cookies, un Donuts, une boisson, une gourde avec notre nom, des chocolats, etc.

Il y avait également la remise des bons d'achats de 50 euros à l'Intermarché de Ventadour, qui sont valables un an sous la forme d'une carte bancaire.

Pour le nouvel an, nous avons fêté les rois, c'était le 15 Janvier.

Nous avons eu deux parts de galette chacun et du jus d'orange. Chacun dans son atelier et chacun sa pochette, dans laquelle il y avait les parts de galette et le jus de fruit. Une des galettes était à la frangipane et l'autre brioché. Isabelle a préféré la frangipane car elle est gourmande.

Nous espérons que l'année prochaine tout redevienne comme avant. Isabelle et Christelle

---

Bien conscient d'avoir eu beaucoup de chance...

Le jeudi 14 janvier 2021, le premier ministre de la France, annonce que la vaccination face au COVID-19, sera ouvert la population dite « à haut risque », le 18 janvier 2021.

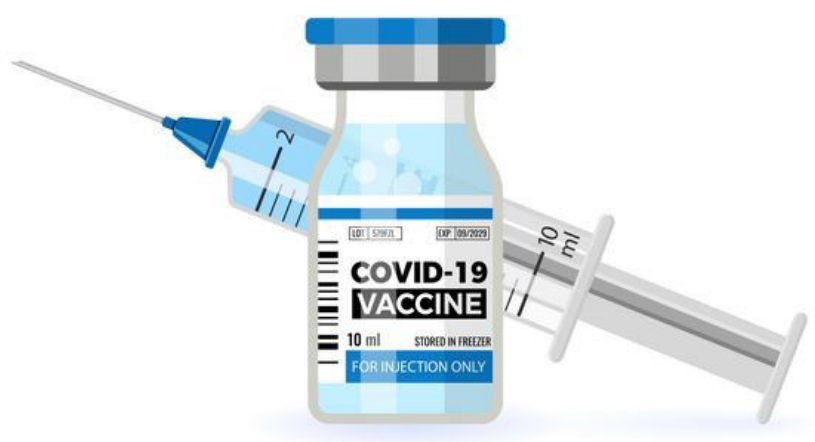
Ayant plusieurs pathologies handicapantes physiques, en plus des problèmes psychiques, je fus surpris d'apprendre que je pourrai faire partie de cette première vague de vaccination.

Le lendemain de l'annonce, soit le 15 janvier 2021, je me connecte sur le site internet de Santé.fr, dès l'ouverture. Je rencontre beaucoup de problèmes de connexion. En même temps j'essaie sans aucun résultat, de téléphoner au centre de vaccination, pour avoir un précieux rendez-vous.

Puis tout à coup un MIRACLE ! Un créneau se libère le 19 janvier 2021.

Mon premier ressenti, fut un ENORME réconfort. Déjà d'être reconnu comme personne à haut risque, puis d'avoir eu ce fameux rendez-vous aussi rapidement.

Je précise tout de même que pour beaucoup d'entre nous, ne pas attraper ce coronavirus est une question de vie ou de mort dans d'atroces souffrances sur un lit de réanimation. Ceci m'éloigne encore plus des personnes et complique fortement les liens sociaux, qui sont déjà très difficiles pour un malade psychologique.



Sur ce, depuis la première injection je me sens un peu plus soulagé et rassuré face aux risques, et j'attends avec impatience la seconde, qui aura lieu début février, pour être encore plus serein.

Pierre-Alain - Gem de St Junien

Du foyer de vie à la famille d'accueil en pays Arédien

Présentation

Je m'appelle Tarik, j'ai 50 ans. Je vivais avec ma maman à Limoges jusqu'à son décès en 2018. Quand elle est tombée malade en 2017 je partageais mon temps entre la maison et le foyer Delta Plus. Dans ce foyer on m'a appris à gérer ma vie au quotidien (les courses, le ménage, le linge, les repas, gérer les transports, les loisirs…). J'ai émis le souhait d'aller dans une famille d'accueil et très rapidement les éducateurs m'ont proposés de rencontrer une famille le 13 Novembre 2019. Pour cette rencontre j'avais préparé un questionnaire sur l'organisation de la vie dans cette famille et je me suis présenté en quelques lignes. J'ai rencontré d'abord Laetitia au foyer Anne Dominique à Nexon accompagnée de la Chef de service de Delta Plus. La rencontre c'est très bien passée de ce fait j'ai pu visiter la maison et rencontrer le reste de la famille le 13 janvier 2020. J'ai passé la journée avec eux. C'était un dimanche, j'ai choisis ma chambre, fais connaissance avec les enfants, nous avons échangé autour d'un bon repas et nous sommes allés chercher la petite chienne de la famille nommée Praline. Puis je suis revenu passer un weekend avec eux avant de prendre la décision d'emménager pour deux mois à l'essai.

Mon arrivée dans ma famille d'accueil

J'ai emménagé le 03 février 2020 chez David et Laetitia à Saint-Yrieix-La-Perche. J'étais stressé car je quittais la ville de Limoges ou j'étais habitué à vivre. La campagne me faisait peur. Nous avons visité la ville, je me demandais comment je pourrais me déplacer car il n'y avait pas de bus comme à Limoges mais Laetitia ma rassuré en me disant qu'elle assurerait mes trajets. Grace à la gentillesse et à la réassurance de la famille mes inquiétudes ont vites disparues. Pour moi une nouvelle page de ma vie commençait, je repartais de zéro avec un nouvel environnement.

Mise en place de mes activités

Nous avons mis en place un planning d'activités pour que mon temps soit occupé. Deux après-midi par semaine je me rends au GEM (Groupe d'Entraide Mutuelle), ou l'on fait des jeux de sociétés, des visites, des balades, des activités manuelles. Le GEM me permet de faire de nouvelles connaissances et de maintenir voir de développer mes acquis à travers différentes activités. C'est un lieu convivial où Marie, Elisabeth et les adhérents donnent beaucoup de chaleur. Je pratique également du Do In et du Chi Kong avec l'association Kaléidoscope. Je me rends régulièrement à la bibliothèque et au cinéma. J'ai des séances de kinésithérapie deux fois par semaine pour travailler mon équilibre. Le vendredi c'est le jour où jefais le ménage de ma chambre et l'entretien de mon linge. Je participe à la vie quotidienne de la famille en aidant à la cuisine, au ménage, la mise en place de la table, la fête du cochon une fois par an, l'extraction du miel… quand j'ai du temps libre je fais du vélo d'appartement et des ballades à pieds. J'aime beaucoup participer pour préparer les repas de fêtes, souvent je prépare des petits roulés pour l'apéritif. De temps en temps Laetitia prépare des pâtes àpizza et avec les autres personnes accueillies ont les garnis. Il y a aussi de nombreuses sorties en famille quand le COVID nous laissé libre de nos loisirs. Nous sommes allés au bowling,

au parc du Reynou, Visiter des châteaux et musées, dansé au marché de pays, au restaurant, tir à l'arc, l'aquarium… Ma première sortie en famille était au tournoi des 6 nations féminin de rugby.
J'ai pu participer également à un séjour test organisé par La Châtaigneraie Limousine. Je suis partis trois jours dans le Forez ou j'ai fait des ballades en chien de traineaux et ainsi découvrir cette région.

Ma vie familiale et sociale

Dans ma famille d'accueil, nous sommes trois personnes accueillies. Il y a Jean-Marie qui est arrivé au 1er Juillet 2020 et Denis le 21 octobre 2020. Nous sommes tous les trois très différents mais notre rencontre est enrichissante et complémentaire. David et Laetitia ont deux enfants qui s'appellent Hugo et Dimitri. Nous sommes également entourés par pleins d'animaux qui nous donnent du bonheur chaque jour. Il y a les chiens Perle et Praline, Flash le perroquet, Lisa la chatte, les poissons et la volaille. Nous voyons régulièrement du monde pour partager des moments de convivialité et de rire (la famille et les amis). Je reste en contact également avec des amis de ma maman et les copains que j'ai pu rencontrer au foyer. Les amis je les vois très peu à cause de la distance mais l'on communique avec le téléphone et les réseaux sociaux. J'apprécie particulièrement le GEM car il me permet de me faire de nouveaux amis et d'évoluer dans un environnement différent ce qui est complémentaire avec ma vie auprès de ma famille d'accueil.

Tarik

LE GEM AREDIEN

" C'est une maison bleue, adossée à la colline
On ne frappe pas, ceux qui vivent là ont jeté la clef
Elisabeth, Marie, nos petits lutins, tiennent ce havre de paix
Une main de fer dans un gant de velours
Elles font autorité, un thé ou un café vous seront proposé
Avec le sourire charmeur de nos deux hôtesses
J'aime ce cadre idyllique, bucolique et généreux
Gaby en est le Président, il a succédé à Jean-Luc
Lourde tâche mais il en a l'étoffe et la carrure
Mimi est la championne des petits chevaux
Tarik et Jean-Marie en famille d'accueil chez Laëtitia
Nans le berger et moi-même pour la prose
Yoyo et Sylvie les tenants et les aboutissants
Nicole, Jo pour les intimes, Pierre Lacroix et la bannière
Marie-Noëlle le boute-en-train
Dominique sur la bonne voie
Céline la cheftaine cool and the gang
Et pour ceux que j'aurai oubliés
Il y aura un post-scriptum.
PS : et vous chers à notre cœur, les plus vulnérables
Car les plus fragiles dans votre prison dorée où l'oiseau
Ne peut bercer vos oreilles
Bruno, Georgette, Jean-Jacques, Daniel
Et Jean-Michel l'artiste
Bientôt la sortie du tunnel. Tenez bon. Courage ! "

Jean-Pierre - notre poète -

Mathieu JALIBERT « Pas envie de perdre mon authenticité »

En l'absence de Romain N'Tamack blessé à la mâchoire, l'ouvreur bordelais aura les clés du jeu de l'équipe de France pendant le Tournoi des 6 Nations.

5 Journées le 20 Mars 2021 : ECOSSE vs ITALIE à 15h15, IRLANDE vs ANGLETERRE, FRANCE vs GALLES.

David

La ciboulette

Nom : AlliumSchoenoprasum

Bulbeuse vivace de la famille des LILIACEE comme l'ail et l'oignon

On le trouve dans les zones tempérées de l'hémisphère nord, en Chine arctique et plus tard introduit par les romains. A partir de mai, ses fleurs mauves se dressent sur les tiges qui peuvent atteindre 30 cm.On le trouve dans les prairies calcaires riches en humus ou dans la pénombre des sous-bois, on les utilise frais dés-

hydrates ou surgelés. On consomme leur feuillage, parfois leurs tiges, rarement leurs fleurs mais les graines offrent un concentré de saveurs souvent apartés aux épices. Riche en huiles essentielles, elles font baisser la tension, stimulent la digestion ; Riches en vitamine c et en antioxydants, on la rajoute en fin de cuisson aux aliments, en garniture avec du pain, avec toutes les variétés de salade, de potage, de sauce, de pomme de terre, de légumes vapeur, dans les sauces à la crème fraiche ou en omelette. Je l'utilises frais toutes l'année pour les crudités. VERO

Ma vision de la tolérance au sein d'un groupe

A l'heure où les Groupes d'Entraide Mutuelle quel que soit le lieu, rime avec tolérance, il n'est pas facile, voire compliqué d'appliquer cela au sein d'une structure bien mise à mal par la COVID.

Cela fait très mal de donner sa confiance à quelqu'un qui, lorsque rien ne va plus, se détourne de vous. En temps normal, c'est difficile à supporter mais lorsque l'on est malade psy, cette souffrance est décuplée. En outre, l'épée de Damoclès au-dessus de chacun d'entre nous que représente le COVID fait que tout le monde est impacté.

Quelle est pour moi la définition du mot tolérance ?

La tolérance est un mot qui rime avec **compréhension** et **acceptation de l'autre**. En avril 2017, mois de mon intégration au sein de la structure du GEM de Saint-Junien, j'avoue que j'avais un peu de mal avec cette acceptation car je m'agaçais vite. Cependant, les gens sont venus vers moi et certains d'entre eux m'ont appris à accepter la différence.

Après plusieurs séjours en hospitalisation et avec l'aide du GEM, j'ai appris ce que c'était. Difficile à intégrer au départ, j'ai fait l'effort de comprendre pour accepter les uns et les autres tels qu'ils sont.

Comment se remettre en cause ?

Il faut se poser les bonnes questions : comment aurais-je réagi à la place de l'autre ? Comment pourrais-je améliorer les situations qui posent problème ? Comment puis-je corriger mes défauts ?

Toujours est-il que je n'oublierai pas les paroles dites à un moment où j'étais en faiblesse psy (j'ai tout de même été désagréable et en retour je me suis offusquée d'avoir reçu des propos indélicats). J'ai été hospitalisée du 02 au 28 janvier 2021 et je ne suis pas encore sortie de ma misère psy. Néanmoins, je me sens prête à écouter et discuter pour apaiser les tensions que j'ai pu créer en cette période de faiblesse, il me faut faire un gros travail sur ma propre remise en question.

En conclusion, je dirai que quel que soit le comportement tolérant ou intolérant de son interlocuteur, l'on se doit de faire preuve de latitude et de lui laisser une chance de s'exprimer calmement avec le recul de l'un comme de l'autre.

Au final, ne sommes-nous pas tous fait pour vivre ensemble ? Se soutenir à la hauteur de ses possibilités, et comprendre que ces dernières peuvent fluctuer à tout moment.

Dominique L

Isolement et confinement : Billet d'humeur

Depuis des années, on doit se battre contre l'isolement social, conséquence du handicap psychologique, et du manque d'activités reconnues.

Le travail d'ailleurs, les gens pensent souvent que **l'on ne veut** pas travailler, car on pourrait...

Toutefois il faut prendre en note que de travailler, c'est être opérationnelle 8 heures par jours, et 5 jours d'affiler dans la semaine. Hors, ceci est devenue presque impossible lorsque l'on est bipolaire ou schizophrène. Les symptômes sont trop variables aux fil des jours… Voir des heures...

Mais revenons à l'isolement.

C'est être seul. Ou au moins **se sentir seul.**

Seul face à la maladie, souvent incomprise de l'entourage, et plus encore par le grand public.

L'humain n'est pas fait pour vivre seul.

Heureusement des structures existent et permettent de rompre cette solitude extrême.

Et puis lorsque que l'on arrive à trouver une forme d'équilibre et de stabilité psychologique, là il nous arrive une chose aussi invraisemblable.

Une pandémie.

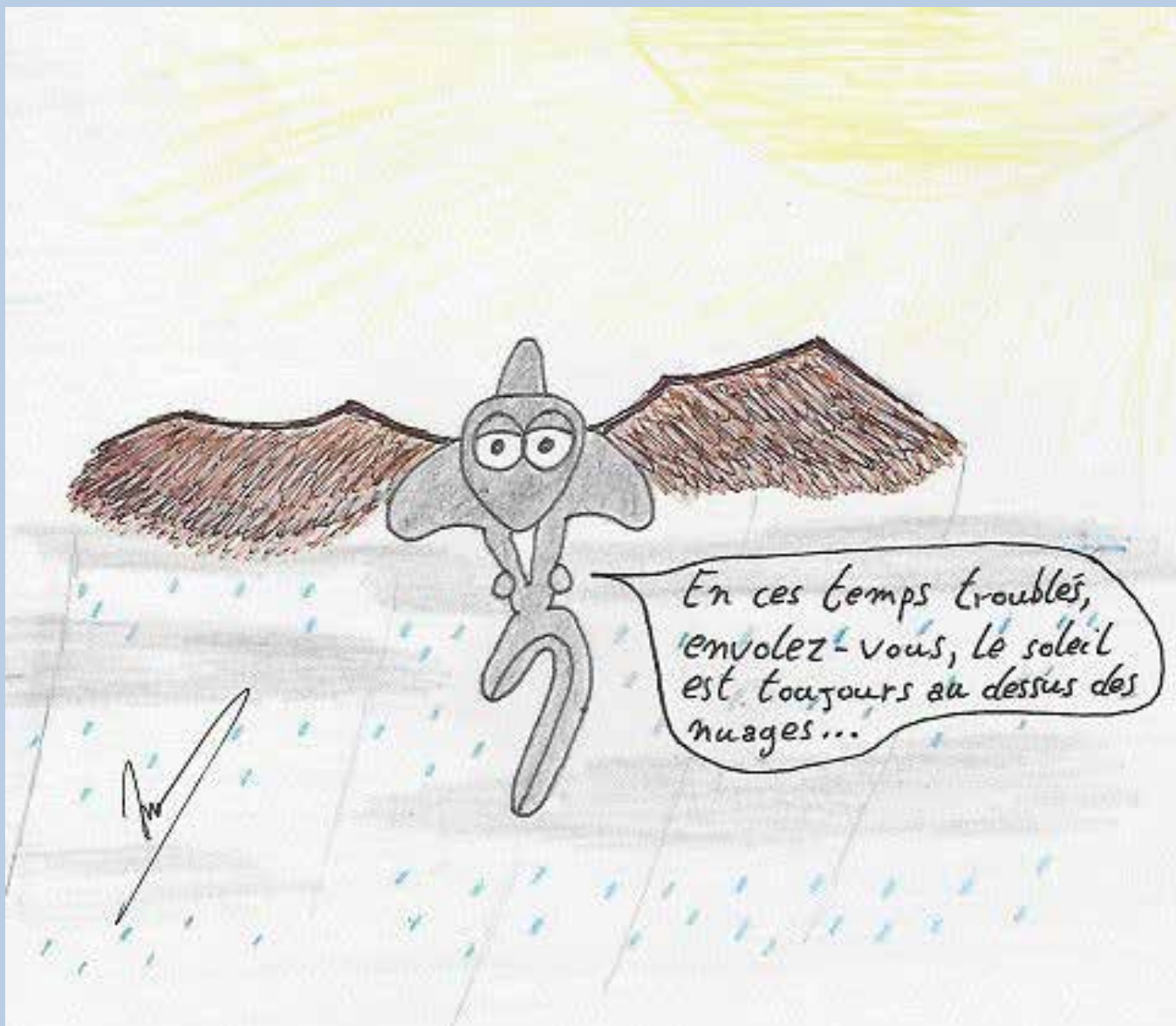
Alors à la veille d'un 3eme confinement fort probable, en moins d'un an, on peut se rendre compte, que tout ce travail sur la socialisation, pendant des années pour certains d'entre nous, est fortement abîmé par ce virus.

Beaucoup de personnes, non malades psychologiquement, sont de plus en plus en détresse par rapport à la situation. Sachant que cette dernière n'est peut-être pas fini avant un long moment, et que nous autres malades, sommes particulièrement fragiles ; comment pourra t'on passer de l'autre côté de cette mauvaise période ?

Pierre Alain du GEM de Saint Junien.

La gazette de l'association PRISM

PRISMag

COMITÉ DE RÉDACTION

- Le PRISM
- Les RESIDENCES ACCUEIL
- Sites de DEGAS-GRECO-CUSSAC
- Les GEMS
- Le SAMSAH
- Le POLE DES USAGERS
- La CAFETERIA