



Journal de l'Escale

GROUPE D'ENTRAIDE MUTUELLE

13, rue Jules Legrand - LORIENT

EDITO

De nos jours, en France, l'évolution de la prise en charge des personnes en difficulté psychique s'est considérablement améliorée.

L'usager de soins est considéré comme un citoyen à part entière et soutenu par des manifestations comme la « Semaine d'information sur la santé mentale ».

L'évolution de ce secteur en témoigne : l'AAH (Allocation Adultes Handicapées) accordée en 1975, la création des GEM en 2005, le décret de juillet en 2011 nous conforte dans notre situation, reconnus dans les récompenses obtenues pour le jardin et le théâtre témoigne d'une nouvelle vie active au GEM.

Grâce au GEM, on peut retrouver une place dans la vie sociale.

Aujourd'hui, le GEM répond à l'attente des adhérents usagers à un moindre coût.

Le comité de rédaction

ASSEMBLEE GENERALE

DE

L'ASSOCIATION

Vendredi 27 avril 2012

15h

Maison des associations, cité Allende, Lorient
Bâtiment A - salle AO2

Sommaire :

Éditorial /	p 1
Les bons plans/recette cuisine.....	p 2
Coup de projecteur/Réunion des adhérents.....	p 3
Les brèves de l'Escale/sortie ciné.....	p 4

Coup de projecteur



Les Bouchons du
Pays de Lorient

Suite p3

LA 5^{ème} RENCONTRE PROFESSIONNELLE

LA REHABILITATION PSYCHOSOCIALE « ICI ET AILLEURS »

Tel était le thème de la rencontre le jeudi 9 février 2012 de 9H à 17H à l'EPSM JM CHARCOT.

Le GEM L'ESCALE était présent avec Pierre, Régine et Patrice qui ont eu l'occasion de témoigner de l'action du GEM devant une assemblée composée de professionnels de la psychiatrie.

Lorsque nous sommes intervenus, Pierre était aux commandes avec un diaporama sur la vie des adhérents du GEM. Patrice et Régine ont présenté l'esprit du GEM, son organisation et son fonctionnement.

Notre intervention était d'autant plus importante que le GEM a conclu une convention de partenariat avec l'EPSM JM CHARCOT. Cela permet d'officialiser une relation d'entraide dans l'accompagnement de personnes adhérentes tout en protégeant leur liberté et leur recherche d'autonomie.

L'Escale réserve à l'EPSM CHARCOT un poste d'administrateur au sein de son conseil d'administration et désigne un membre de son C.A. pour siéger à la commission des relations avec les usagers. (C.R.U.) de l'EPSM JM CHARCOT en tant que représentant des usagers.

Notre intervention a été appréciée et nous a permis de nous faire connaître et reconnaître dans notre rôle d'accueil de personnes ayant des difficultés psychiques stabilisées.

Le diaporama a particulièrement attiré l'attention de l'auditoire qui nous a applaudi et a pu se rendre compte de l'éventail des activités que nous proposons pour une adhésion de 16 €.

Michaël et Patrice

Directeur de la publication: Patrice LEANNEC
Président de l'Association, GEM l'Escale,
13, rue Jules Legrand, 56100 LORIENT
☎ 02.97.21.83.80,
Courriel : gem.lescale@orange.fr
Site : http://gemescale.e-monsite.com
Maquette: Atelier informatique du GEM
Reprographie: imprimé à l'Escale
Numéro tiré à 200 exemplaires

LES BONS PLANS !

LORIENT

Football

Le 15/04/2012 à 19 h 00 @ FC Lorient – Montpellier HSC

Le 29/04/2012 à 19 h 00 @ FC Lorient – Olympique de Marseille

Le 05/05/2012 à 19 h 00 @ FC Lorient – Dijon FCO

Le 20/05/2012 à 19 h 00 @ FC Lorient – Paris SG

Absurde « Compagne étant donné »

Le 3 avril à 19 h 30 au Studio Danse

ou le 4 avril à 10 h 00 ou à 15 h 00

Tarif : 7 euros à partir de 6 ans

STUDIO : au Grand Théâtre – Place de l'Hôtel de Ville

Contact : 02 97 830 101

« Comment ai-je pu tenir la dedans ? »

Le 25 avril à 19 h 30 au Centre Dramatique De Bretagne

Tarif 7 euros à partir de 7 ans

CDDB : à Merville, 11 rue Claire Droneau

Contact : 02 97 830 101

« L'été où le ciel s'est renversé »

Le 4 mai à 19 h 30 au GT

Musique à partir de 10 ans

Tarif : 7 euros

GT : au Grand Théâtre – Place de l'Hôtel de Ville

Contact : 02 97 830 101

BON A SAVOIR!

La Volvo Océan Race fait escale à Lorient

Du 17 juin au 1^{er} juillet 2012

Expositions, animations, les voiliers seront amarrés au pied de la cité de la voile.

BONNES IDEES :

Manger pas cher à Lorient

Restaurant : saveurs de la Réunion

Formule le midi : Entrée, plat et dessert 10 €

Plat du jour : 8 €

Ouvert de 11h à 14h et de 17h à 22h, du mardi au samedi

Sur place ou à emporter

48, rue Maréchal Foch - Lorient, Tél. : 02 97 840 796



Far breton aux pruneaux ou aux raisins

Pour 6 à 8 personnes

Ingrédients :

- 4 œufs
- 1 litre de lait
- 250 grammes de sucre
- 250 grammes de farine
- 100 grammes de pruneaux ou de raisins

Préparation : 10 mn

Cuisson : Environ 1 heure, thermostat 6/7 (200°C)

- Préchauffer le four au maximum.
- Pendant ce temps, mettre la farine, le sucre et casser les œufs, mélanger jusqu'à obtenir un mélange homogène.
- Verser le lait petit à petit en mélangeant.
- Beurrer le plat.
- Y étaler les raisins ou les pruneaux.
- Ajouter le mélange.
- Enfourner le tout dans un four bien chaud.

Bon appétit !

L'équipe de l'atelier cuisine

BIOGRAPHIE DE SHEILA

Sheila est née le 16 août 1945 à Créteil en France.

A l'aube des années soixante, alors que les Français ont du mal à se familiariser avec le nouveau Franc, Annie, âgée de 14 ans, réussit son certificat d'études.

Puis, elle s'inscrit dans une école de comptabilité, rue du château des Rentiers, dans le XIII^e arrondissement.

A cette époque, Annie découvre, comme tous les jeunes de son âge, l'émission Salut Les Copains.

Le transistor et l'électrophone deviennent alors ses compagnons favoris dès que l'école se termine.

Patrick

L'école est finie

Donne-moi ta main et prends la mienne
La cloche a sonné ça signifie
La rue est à nous que la joie vienne
Mais oui Mais oui l'école est finie

Nous irons danser ce soir peut-être
Ou bien chahuter tous entre amis
Rien que d'y penser j'en perds la tête
Mais oui Mais oui l'école est finie

.../...

J'ai bientôt dix-sept ans un cœur tout neuf
Et des yeux d'ange
Toi tu en a dix-huit mais tu en fais dix-neuf
C'est ça la chance

.../...

Au petit matin devant un crème
Nous pourrions parler de notre vie
Laissons au tableau tous nos problèmes
Mais oui Mais oui l'école est finie.

Coup de projecteur

LES BOUCHONS DU PAYS DE LORIENT

En 2011, la récupération de bouchons et autres plastiques a permis de récolter 28 tonnes 500 de plastique.

Cette collecte est envoyée à Vanves près de Chartres pour être fondue et transformée en boulettes.

Le matériau sera vendu pour être transformé en plastique qui permet de produire des pare-chocs, des manches d'outils, des sièges auto,...

La récupération permet d'économiser pour la fabrication d'une tonne de plastique, trois tonnes de pétrole.

L'aventure de l'association a démarré en 2004 avec pour objectif l'aide aux personnes handicapées.

Chaque année, la récupération de bouchons engendre de 10 000 à 12 000 euros.

Depuis la création de l'association, les sommes engrangées ont permis aux personnes handicapées de participer à des jeux de pétanque adaptés, à des activités sportives telles que le foot fauteuil, d'effectuer des voyages en Angleterre par exemple ou d'améliorer le quotidien en achetant une cuisinière électrique.

La décision d'aide aux personnes est prise par le comité de gestion de l'association.

Ce formidable élan de générosité est rendu possible grâce à l'investissement d'une quinzaine de personnes ainsi que de multiples soutiens.

170 points de collecte, l'aide de la mairie de Lanester pour le prêt d'un local, ainsi que la mobilisation de nombreuses entreprises pour le transport.

L'association récupère aussi les bouchons en lièges, plastifiés, les cintres ou les canettes en aluminium.

L'équipe de bénévoles se retrouve tous les mercredis et jeudis matins. Les personnes intéressées par cette action. Peuvent venir ces matinées au local.

Nos remerciements au vice-président de l'association, Daniel Le Bras.

« Les Bouchons du Pays de Lorient » Association Loi 1901

26 Rue de Kersabiec 56100 Lorient ☎06.76.36.72.63

<http://www.lesbouchonsdupaysdelorient.com>

@ bouchon.lorient@hotmail.fr

Marie-Thérèse, Roland, Patrice, Pierre



REUNION DES ADHERENTS

Lors de la réunion des adhérents du 10 février 2012, nous avons évoqué l'hygiène corporelle et vestimentaire, le ménage et l'utilisation de la cafetière, aujourd'hui gérée par les adhérents.

Nous avons fait le bilan des activités diététiques, photo, jardin et bowling. Il y a eu des propositions de sorties pour les vacances de Pâques.

Enfin, le séjour de cet été à Douarnenez et la Semaine d'information sur la santé mentale ont été abordés.

Le GEM a fait Portes Ouvertes le jeudi 15 mars.

Pour plus de précisions, le compte rendu est affiché sur le panneau « Vie de l'association » dans la salle de jeux.

Prochaine réunion des adhérents : mercredi 18 avril 2012 à 14h30

LES BREVES DE L'ESCALE

ATELIER JARDIN

Bois du château

Nous sommes allés à l'Assemblée Générale des jardins de Bois du Château ou l'on a procédé au vote des délégués et à l'adoption du bilan financier.

Nous avons arrêté d'utiliser le jardin du Polygone.

Depuis la mi-février, nous avons repris l'activité au jardin du Bois du Château : nettoyage, bêchage, plantations d'échalotes, d'ail,...

Pour toute personne intéressée, nous y allons le mercredi de 10 h 00 à 12 h 00.

Par le bus, bus 1, sens 1b, arrêt Massenet.

Nous remercions également les personnes qui s'y rendent régulièrement à savoir Etienne, Bernard, Pierre H. et les autres...

Rue Jules Legrand

Tous les lundis après-midi, Marie-Thérèse L et les personnes qui le souhaitent entretiennent le jardin de l'Escale permettant ainsi d'avoir quelques fleurs pour égayer nos locaux.

Marie-Thérèse L M

« LA FERME DE SAINT-NIAU C EST SYMPA »

On a la chance de pouvoir toucher et caresser des animaux, en l'occurrence un âne et une ânesse, leur encolure est si douce. On peut également cuire du pain à l'ancienne et peut être tenir un chevreau dans ses bras.

C'est dépaysant et très ludique!

Le lundi de 14h à 16h30.

LA GALETTE DES ROIS

Vendredi 20 janvier 2012

En partageant ce moment festif, nous avons pu apprécier les galettes de la boulangerie « d'Isabelle et de Thierry ».

En présence des membres du Rotary, d'eau et rivières et Den Dour Douar, de Madame CANY et des étudiantes de l'UBS.

.....



Comme une étoile

Nous sommes comme chaque étoile dans l'univers,
il suffit d'une étincelle
pour que nous brillons comme elle sur cette terre.

Martine C.

LE LOTO

Le loto s'est déroulé le 27 février 2012.

Le GEM de Quimperlé s'est joint à nous.

Dans une ambiance studieuse, chacun a pu participer pour essayer de gagner de nombreux lots offerts par les commerçants de Lorient et le GEM.

Nous avons passé ensemble un agréable après-midi de détente et pour clôturer la journée, nous avons partagé un goûter.

Merci à Yves et aux personnes qui se sont impliquées pour la réussite de cet après-midi.

ATELIER THEATRE

Lors de l'Assemblée Générale de la caisse locale du Crédit Agricole, le 1^{er} Mars 2012, nous avons eu la satisfaction d'être récompensés dans le cadre des Trophées de la vie locale. Notre activité théâtre a retenu l'attention du jury qui nous a octroyé un prix de 200 €. Nous les en remercions.

Cette année l'atelier théâtre de l'Escale et la compagnie MICHJO préparent une comédie de boulevard : « le poisson d'A » qui sera jouée en mai sur le Pays de Lorient.

.....

Sortie Ciné

Martine et Marie-Thérèse ont sélectionné pour vous quelques films :

« **Cioclo** », c'est le destin tragique d'une icône de la chanson française décédée à l'âge de 39 ans, qui plus de trente ans après sa disparition, continue de fasciner. Star adulée et business man, bête de scène et pro du marketing avant l'heure, machine à tubes et patron de presse, mais aussi père de famille et homme à femmes... Cioclo ou le portrait d'un homme complexe, multiple ; toujours pressé, profondément moderne et prêt à tout pour se faire aimer. Réal. Florent Emilio Siri ; avec Jérémie Rénier ; Benoît Magir. (France, 2012 ; 2h28 mn). **Actuellement sur les écrans.**

- « **une éducation** » : 1961, Angleterre. Jenny a seize ans. Elève brillante, elle se prépare à intégrer Oxford.

Sa rencontre avec un homme deux fois plus âgé qu'elle va tout remettre en cause.

Dans un monde qui se prépare à vivre la folie des années 60, dans un pays qui passe de Lady Chatterley aux Beatles, Jenny va découvrir la vie, l'amour, Paris, et devoir choisir son existence.

Réal. Lone Scherfig ; avec Carey Mulligan ; Peter Sarsgaard ; Emma Thompson ; Alfred Molina.

(Grande-Bretagne, 2010 ; 96 mn)

A la médiathèque François Mitterrand Lorient : Gratuit

En partenariat avec le CCAS/La Passerelle

Vendredi 27 Avril à 15 h 00

COMITE DE REDACTION

Pierre F., Patrice L., Roland LM, Martine C.
Patrick. N., M.T. L.M., Michaël G, Antoine DV

Remerciements à :

l'équipe de l'atelier cuisine, Sonia, Evangeline