



LA GAZETTE

De La Mutuelle VIVRE ENSEMBLE

vivre-ensemble.org

code accès au Blog : mve20

L'Edito



Dans le dernier numéro l'automne dernier, nous évoquions l'importance de la pratique sportive, mise en lumière dans le contexte des Jeux Olympiques et Paralympiques.

D'autres événements récents mettent en avant une pratique tout aussi essentielle pour les personnes accueillies, travailleurs à l'Esat ou résidents des Foyers : les activités artistiques. L'exposition de tableaux réalisés par les résidents, exposition préparée de longue date et présentée à Mareil-Marly en début d'année avec l'appui de la municipalité, a mis en valeur leurs talents ainsi que ceux des professionnels qui les guident. Lors du vernissage, un visiteur parent faisait remarquer la force des couleurs dans la plupart de ces tableaux.

La musique est elle aussi très présente comme on peut le voir au fil des gazettes, par les activités et les divers témoignages ; il faut noter en particulier l'arrivée du BAO-PAO à l'Esat l'an dernier, outil qui permet de faciliter l'accès à la pratique musicale.



Bref, une grande place donnée à la découverte et l'expression artistiques, essentielles à l'épanouissement de chacun.

A Vos Agendas !



La Mutuelle Vivre Ensemble est heureuse de partager avec vous les dates des prochains événements où vous êtes cordialement invité.

✓ **Samedi 26 Avril 2025**

Ouverture de la Ressourcerie,
Foyer rue de Poissy, Saint Germain en Laye

✓ **Samedi 17 Mai 2025**

Les Olympiades,
Versailles

✓ **Dimanche 18 mai 2025**

Rencontre Kustom Biker's Charity,
Carrières sur Seine

✓ **Samedi 24 mai 2025**

Brocante Vivre Ensemble,
Foyer rue de Poissy, Saint Germain en Laye

✓ **Dimanche 25 mai 2025**

Sortie Vélo-Convergence
Saint Germain en Laye

✓ **Jeudi 12 juin 2025**

Fête d'été à l'Esat L'Atelier
Chambourcy

✓ **Samedi 14 juin 2025**

Nuit du Handicap
Le Vésinet

✓ **Jeudi 19 juin 2025**

Fête du Foyer,
Foyer rue d'Alsace, Saint Germain en Laye

✓ **Samedi 20 septembre 2025**

20 ans du Fam,
Foyer des Champs Droux, Mareil Marly

Certains événements nécessiteront certainement votre aide. Par exemple, nous aurons besoin de bénévoles pour la Brocante du 24 mai prochain. Merci de contacter Marie N'Dour au 06 64 19 47 71 pour plus d'informations.



FAM



FOYER



ESAT



Marché de Noël



Le mois de décembre est celui des marchés de Noël et Mareil Marly n'a pas dérogé à cette tradition.

Le 14 décembre, le FAM représenté par Mériem et Marie-Anne, a présenté à la vente les créations des résidents. Cadeaux originaux à offrir : bijoux (bracelets, colliers, boucles d'oreilles), objets en tricot, nombreux éléments de décorations de Noël. Moules en plâtre, déjà décorés ou naturels, sont à poser directement sur la table, sur le sapin ou bien à peindre pour laisser aux petits et aux grands leur fibre artistique s'exprimer



Bonne journée en compagnie des nombreux autres artisans de la ville et d'ailleurs.



Par ailleurs, nos résidents ont pu participer à un atelier pour se faire plaisir : fabrication de baume sous forme de pommade anti-inflammatoire ou diffuseur à vaporiser dans leur chambre un parfum léger et naturel qui contribue également à rafraîchir l'air.



Visite des Bikers au FAM !



Ils portent des blousons de cuir noir ... Parfois un habit rouge et blanc, une grande barbe blanche, ils arrivent sur des traineaux vrombissants.



Pour Noël, leur hotte contenait un ensemble de fauteuils pour l'accueil du FAM. Un peu plus tard, ils sont revenus à nous comme des Rois Mages, chargés de délicieuses galettes.

Ce qui est sûr quand ils arrivent, c'est toujours la fête pour tous les résidents de Vivre Ensemble. La certitude de partager des moments chaleureux, spontanés, que nous attendons avec impatience et qui nous donnent beaucoup de bonheur.



BIK'

Merci du fond du cœur pour votre présence.



L'ESAT débarque à Disneyland



Pour finir l'année 2024 en beauté, les usagers ont voté afin de choisir une sortie commune à tout L'ESAT : Disneyland l'a remporté haut la main !

Des groupes ont été constitués afin de proposer des attractions calmes ou à sensations fortes en fonction des souhaits de chacun. La journée a été adaptée à la fatigabilité de tous. Certains sont partis à 17h00. Les autres sont restés jusqu'au soir afin de profiter du spectacle son et lumières, du feu d'artifice et d'un diner dans un des restaurants de Disney Village.

A 9h30, un super convoi (1 bus + 3 trafics) a pris la route direction Disney ! Une fois sur place, tous les groupes se sont dispatchés afin d'aller « s'éclater » dans les attractions.

Vers midi, grâce à Alberto et Marie qui avaient préparés 85 paniers repas, tout le monde a pu profiter d'un pique-nique. Certains se sont même retrouvés par hasard et ont pu manger ensemble.



Le PassPrioritaire nous a permis de faire une multitude d'attractions. Tout au long de la journée, les groupes ont pu se croiser, favorisant l'échange des émotions (rires, peur, joie...). Dans l'après-midi, tout le monde a pu regarder la parade défilier sous un superbe soleil, sans oublier le passage « obligatoire » dans les boutiques souvenirs du parc. Vers 17h00, des moniteurs ont reconduit au foyer ou à la gare les usagers qui souhaitaient rentrer.

Le soir, une fois le feu d'artifice fini, tout le monde s'est retrouvé au restaurant où nous avons pu profiter d'un agréable diner tous ensemble.

Le retour s'est fait en car qui a déposé les usagers du foyer à St-Germain, les autres sont arrivés à l'ESAT vers 22h00. Des usagers étaient attendus par leur famille. Les autres ont été reconduits chez eux par les encadrants.

Cette merveilleuse journée de partage entre usagers et encadrants s'est révélée pleine de joie, d'éclats de rire et restera longtemps gravée dans nos mémoires.

Nous félicitons les usagers qui, malgré cette longue et très belle journée, étaient tous présents et à l'heure à leur poste de travail le lendemain ... avec certes des petits yeux mais la tête remplie d'étoiles.



Fête de Noël au City Rock



Avant la Fête quelques préparatifs sont de rigueur : maquillage, coiffage et habillage au foyer d'Alsace.



Nouveauté au City Rock avec karaoké et dance floor.



Les résidents ont apprécié cette activité. L'ambiance était parfaite. Beaucoup de sourires et d'énergie pour une soirée réussie.





Les DuoDays 2024



Le 21 novembre dernier, les DuoDays ont une nouvelle fois offert une expérience humaine et enrichissante à des usagers de l'ESAT, leur permettant de découvrir le monde du travail dans un cadre bienveillant et inclusif.

Cette journée, placée sous le signe de l'échange et de la découverte, a été marquée par des moments forts et de belles rencontres.

Comme les années précédentes, la mairie de Carrières-sous-Poissy a ouvert ses portes à trois usagers pour former un duo « technicien de maintenance », un duo « agent d'accueil » et un duo « dessinateur projeteur ».



De son côté, la mairie de Saint-Germain-en-Laye a accueilli quatre usagers pour former un duo « responsable communication », un duo « assistant de direction senior », un duo « aide à domicile » et un duo « communication numérique ».



Une belle avancée cette année : la Cour d'Appel de Versailles a participé pour la première fois à l'événement avec notre ESAT. Un usager a eu la chance de former un duo avec une greffière et d'assister à plusieurs audiences tout au long de la journée. Une immersion exceptionnelle au cœur du système judiciaire qui restera un souvenir marquant pour lui.

Encore une fois, cette édition des DuoDays a été une belle réussite où chaque participant a pu grandir, s'épanouir et partager des instants précieux avec des professionnels investis. Un grand merci à toutes les structures partenaires qui, par leur engagement, rendent ces moments possibles et contribuent à promouvoir l'inclusion professionnelle des personnes en situation de handicap.

Rendez-vous en 2025 pour une nouvelle édition des DuoDays, toujours placée sous le signe du partage et de la solidarité !



Exposition-Vente du 25 au 31 Janvier 2025



Durant le mois de janvier, notre foyer a vibré au rythme de l'art et du partage grâce à une magnifique exposition vente des œuvres réalisées par nos résidents.

Cet événement, organisé dans une salle gracieusement prêtée par la mairie de Mareil-Marly, a rassemblé une belle diversité de participants : des résidents fiers de présenter leurs créations, les parents et les familles venus les encourager, les professionnels de la mairie ainsi que les élèves et leurs maitresses des classes primaires qui ont découvert avec enthousiasme les talents de nos artistes. Un article sur ce sujet est paru dans le Courrier des Yvelines.



A travers cet événement, les résidents ont voulu se montrer hors murs pour raconter ce qui donne sens à leurs Vies. Ils ont certes reçu des instructions, qu'ils ont suivies pour créer et recréer à nouveau ce qui les touche au plus profond d'eux.



Grâce à l'investissement de chacun, une trentaine de tableaux ont trouvé preneur, générant ainsi un bénéfice significatif.

Nous remercions chaleureusement toutes les personnes qui ont contribué de loin ou de près à la réussite de cette exposition ainsi que les professionnels de la mairie de Mareil-Marly pour leur soutien précieux.





Emménagement !



La maison ANDRÉ a ouvert ses portes le 3 Mars 2025 et accueille quatre résidents : John BILLOTTE et Nathalie CAEN au RDC

Didier BERTHELOT et Camille VOLFF au 1er étage.

Le projet de vie sociale et partagée de la Maison André a pour objectif de :

- ✓ Favoriser le "Vivre Ensemble" et limiter le risque d'isolement.
- ✓ Développer la vie collective au sein de l'habitat.
- ✓ Permettre aux habitants de s'insérer dans la vie du quartier et de la commune, pour déployer ou maintenir des liens sociaux, avec le voisinage par exemple.

Ainsi les résidents vont pouvoir exprimer leur autonomie au sein d'une structure adaptée.

La Maison André est l'ancienne annexe de la Maison de la rue d'Alsace, entièrement réhabilitée grâce au legs de Madame André. Elle est composée de quatre studios meublés et équipés en électroménager tel que four, micro-ondes, réfrigérateur, rangements et salle de bain équipée. Une machine à laver est à disposition dans la partie commune prévue à cet effet.

Le règlement et le cadre institutionnel ont été définis par la Direction et une équipe d'éducateurs référents.

Bon emménagement à tous les 4 !





Mots de FAM



L'invité du mois : Jean-François Ridel

Nous avons convenu que Jean-François viendrait me retrouver dans la salle d'activités de Kiwi. Je sais que Jean-François arrive, je l'ai entendu faire un petit arrêt pour jouer du piano.



Bonjour Jean François, comment vas-tu ?

- Ça va très bien mon p'tit coeur.

- Je te remercie d'avoir accepté de nous parler, de partager des moments de ta vie avec nous. On commence par le... commencement.

- Je suis né le jeudi 20 avril 1961 à St Aubin sur Mer dans le département de la Seine-Maritime (précision importante. il y a deux St Aubin sur Mer). Ma maman s'est mariée deux fois, elle a eu 10 enfants. J'ai deux frères et une soeur qui sont décédés.

- Tu es un enfant de la mer alors. Ça ne te manque pas ? Le bruit des vagues, les odeurs, le vent, la plage ?

- Si un peu. On habitait une maison, le bord de mer tout près. J'aime la mer. Je marchais souvent, beaucoup sur la plage. C'est pour ça que je suis un bon marcheur.

- St Aubin sur Mer c'est une grosse partie de ta vie ? Tu es resté là-bas jusqu'à quel âge ?

- Oui. J'ai habité là-bas jusqu'à mes 43 ans et des poussières. J'habitais chez mes parents. Je faisais du jardinage. Mes parents ne voulaient pas que je fasse ma vie.

- C'est à dire ?

- Ben, tu vois, ils avaient peur qu'il m'arrive quelque chose. Ils voulaient me protéger. Je ne leur en veux pas.

- Petit tu as pu aller à l'école ?

- Je suis allé à l'IME de 1967 à 1976. J'ai du mal avec les lettres. Je suis plus à l'aise avec les chiffres.

- Le contraire de moi. Les chiffres oulala.!. Mais alors comment tu te retrouves du bord de mer aux bords de Seine ?

- Maman est décédée le 6 janvier 1999. Je suis resté avec papa. On se débrouillait. Je faisais la cuisine, toujours le jardin. Et Puis Papa est parti aussi, le 29 mars 2005. Je ne pouvais plus rester dans la maison. C'est là que je suis arrivé au foyer de St Germain, rue de Poissy, le dimanche 17 avril 2005. Evidemment, c'était dur parce que c'était triste mais en même temps j'étais heureux car j'avais envie de faire MA Vie, de travailler, d'avoir une copine.

- Et alors, tu nous rends curieux ?

- J'ai travaillé à Aubergenville. Je faisais du conditionnement. Je triais des vis, des cavaliers. Il fallait mettre en sac. Je travaillais sur une chaîne. C'est dur la chaîne, la cadence. Après, j'ai travaillé à Chambourcy, toujours du conditionnement. Mais c'était moins fatiguant, le trajet moins long et le travail c'était pas sur une chaîne. A 60 ans et demi la retraite ici aux Champs Droux. Ici c'est vraiment ma maison. J'aime !

- Tu as piqué notre curiosité. Les copines ? (Jean-François rigole.)

- J'ai vu Chantal tout de suite. Mais c'est Chantal qui a fait le premier pas. Je suis un beau gosse timide. Le vendredi 13 mai on est allé au restaurant. Premier bisou d'amoureux. C'était prévu que je parte en week-end. On s'est retrouvé le lundi. Depuis on ne s'est plus quitté. Je suis toujours amoureux pareil. Chantal est arrivée au FAM avant moi. Je suis arrivé le mardi 1er mars 2022. Chantal était déguisée en clown.

- Ta mémoire m'impressionne Jean-François. Les dates, ce qui se passait ce jour là...(Jean-François rigole.)

- Toi mon p'tit coeur tu es née le ... (vrai). J'ai entendu des collègues te le souhaiter.

- Tu es vraiment incroyable !!! Je sais que tu pars en week-end régulièrement.

- Oui, chez ma soeur Delphine et son mari Sylvain. C'est ma petite soeur. Ils habitent à Sénart en Seine et Marne. Je vais les voir un week-end par mois et aussi pendant les vacances. Ils ont une fille Gaëlle et un petit fils Arthur, 3 ans. Gaëlle attend son deuxième enfant. Le nouveau bébé doit naître en avril. Je suis heureux !!!

- Depuis quelques temps tu joues régulièrement du piano.

- Oui, j'aime pianoter. Ça me plaît comme ça. Mon instrument c'est le piano.

- Ça tombe bien alors. Et qu'est ce que tu aimes faire d'autre ?

- J'aime chanter. La musique des années 1970/1980. Ma chanson préférée "Mon coeur te dis je t'aime" de Frédéric François. C'est notre chanson à Chantal et moi. J'aime les sorties. Je m'intéresse à tout. Jje suis curieux, je suis dynamique. J'aime être bien habillé, propre. C'est important l'hygiène. C'est mon papa et ma maman qui m'ont appris. J'apprécie tous les résidents. Je dis toujours "on est comme on est". Mes soucis, j'en parle aux professionnels. Je veux rester ici. Je suis très heureux ici. Je fais tout ici, la ferme, les transferts, la peinture.

- Jean-François je pense que tu es un sage, un philosophe. Nous arrivons à la fin de notre échange, merci beaucoup et comment te sens-tu ?

- Je suis bien content.



A La Découverte du Padel



Dans le cadre de l'activité multisports à l'ESAT, les découvertes continuent.

Nous avons pu initier nos usagers au padel : nouvelle discipline en vogue à la croisée du tennis et du squash... à ne pas confondre avec le paddle qui se pratique sur l'eau ! Le terrain est plus petit qu'un court de tennis et entouré de vitres et grillages sur lesquels la balle peut rebondir. La vitesse de jeu est donc plus rapide.



Nos usagers ont adoré le concept et nous espérons pouvoir y retourner très prochainement.



La Machine Infernale



12 de nos usagers ont pu se mettre dans la peau de détectives au parc Koezio de Cergy.



Cette enquête immersive, avec de nombreuses énigmes à résoudre, a mis nos usagers à rude épreuve.

Ils n'avaient que 60 minutes pour déjouer les plans du Dr Ego, un savant fou ayant saboté une machine infernale prête à exploser. Sous forme d'Escape Game, ce jeu a permis un réel travail de réflexion en équipe.



SENSAS !



La sortie qu'il ne fallait pas manquer !

SENSAS est un voyage au pays des 5 sens. 2 heures de sensations fortes avec des épreuves dans le noir total ou dans un univers ultra coloré ! Il a fallu dépasser nos limites, ce qui a engendré de nombreux fous rires ! Pour chaque défi gagné, les usagers recevaient des amulettes représentant une somme d'argent par la suite reversée à des associations soutenant l'inclusion des personnes en situation d'handicap. Un moment SENSAS pour une juste cause !



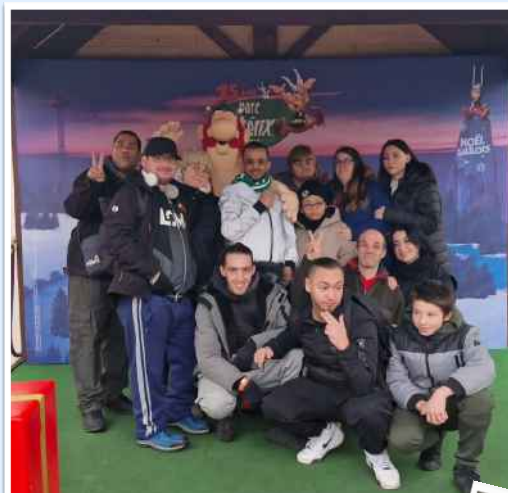
Nos usagers ont dû deviner ce qu'ils goûtaient, sentaient ou touchaient sans pouvoir voir.



Noël au Foyer



- Parc Astérix,
- Une journée à Bruxelles,
- Activité 5 sens,
- Lumières de Thoiry,
- Paris by night,
- Karting à Conflans Sainte Honorine



Un séjour très apprécié des résidents.
Une belle ambiance partagée.





Partenariat Croix Rouge



Une fois n'est pas coutume !

Cette année encore nous avons eu le plaisir de partager un moment avec les élèves du collège de Chambourcy dans nos locaux. De nouveaux inscrits à la classe option Croix Rouge mais aussi des collégiens déjà présents l'année dernière sont venus se mettre au travail aux côtés de nos usagers au cours de deux après-midis de ce mois de février. Après une visite guidée de notre établissement par nos usagers volontaires, les élèves de 4ème et 3ème ont mis la main à la pâte au sein de notre pôle reprographie, en table sur les productions de visserie, ou ont participé à la confection de kits à huîtres. Une façon de rencontrer et d'échanger avec nos usagers toujours aussi heureux de recevoir nos jeunes invités.

Et comme on dit : « après l'effort, le réconfort » !



Nous nous sommes donc retrouvés autour d'un goûter afin de faire un bilan de ces quelques instants passés ensemble. Quelle joie de voir l'entrain et les sourires de nos invités qui ont bien l'intention de revenir. En attendant, le rendez-vous est pris pour qu'à leur tour, nos usagers se rendent au collège de Chambourcy et partagent un moment privilégié avec les élèves. Au programme, podcast radio, animations de groupe et en bonus, le plaisir de se retrouver !



Merci à notre client L'Oréal !



Notre établissement a récemment eu le plaisir de recevoir un don généreux d'ordinateurs de la part de L'Oréal.

Afin que ce don profite à tous, un espace « informatique » a été créé et des ordinateurs y ont été installés. L'accès à cet espace est ouvert à tous sur les temps de pause.

Ce don de L'Oréal est un geste de grande générosité qui témoigne de leur engagement en faveur de l'inclusion et du soutien aux personnes en situation de handicap.

Grâce à ces ordinateurs, nos usagers ont l'opportunité d'élargir leurs horizons et de s'épanouir pleinement dans un monde de plus en plus connecté.

Encore un grand merci à L'Oréal pour leur confiance et notre partenariat depuis de nombreuses années !





Tribune Libre



Sylvie Marmet est notre nouvelle participante à la rubrique Tribune Libre.

Toute la musique que j'aime elle vient de là, elle vient du blues... 



J'écoute de la musique qui commence à dater. Je suis une "métalleuse". J'avais 14 ans quand j'ai commencé à écouter du Métal. Ce sont des copains qui m'ont fait découvrir cette musique. J'aime la vérité de cette musique, les émotions fortes qu'elle me permet d'exprimer, ça passe par mon corps, ça apaise ma tête. Alors voilà, le Métal commence à la fin des années 1960 au Royaume-Uni et aux Etats-Unis. Il mélange le rock, le hard rock et le blues, même parfois du classique.

Il y a de la guitare, de la basse, de la batterie et de la voix. Le chant est souvent crié. C'est sûrement pour cela que beaucoup de gens pensent que le Métal c'est du bruit avec un mec qui hurle. Moi, je trouve que ce chant est naturel, chargé d'émotions. C'est puissant ! Il faut tenir tout un concert. Les thèmes du métal parlent de ce qui

nous fait mal : la mort, la guerre, la violence, la solitude, le mal, la tristesse. Moi ça me parle tout ça. Les premiers : Black Sabbath, Deep Purple, Led Zeppelin. Et ben oui ça nous rajeunit pas tout ça ! Pourtant les jeunes écoutent, aiment le Métal. Cette musique traverse les générations.

Le Métal c'est une façon d'être, de s'habiller, de se coiffer, de danser mais les "métalleux" acceptent tout le monde. Cette musique traverse le temps, les continents, elle est partout.

On dit que le Métal est agressif et pourtant on sait aussi que cette musique diminue les émotions négatives, son écoute réduit le niveau de cortisol, ce qui atténue le stress.

Si vous avez regardé la cérémonie d'ouverture des J.O. vous avez vu le groupe de métal GOJIRA sur la façade de la Conciergerie mêlant sa musique et son chant à celui de la chanteuse lyrique Marina Viotti. Et bien Gojira a remporté le "Grammy Award" de la meilleure prestation Métal de l'année. Voilà, je termine sur ce petit "Cocorico".

J'ai accompagné Sylvie pour ses recherches voilà ce que j'ai lu : les fans de métal seraient plutôt doux, créatifs, introvertis et auraient un amour du grandiose.



Siège Social : 5 rue de Breuvery, 78100 St Germain en Laye
☎ 01 34 51 38 80

Rédactrice en Chef : Sophie Thelamon sophie-thelamon@orange.fr

Collaborateurs de la Gazette : Francois Biais, Sophie Thelamon, Adeline Larbi, Fabrice Valenza, Mireille Champy et France Peribois.

Merci à tous les professionnels qui ont contribué à la réalisation de cette Gazette 35 (articles et photos).



<http://vivre-ensemble.org>