

Equitation : rencontre avec Nahia Charriton

Séquence film : notre témoignage sur l'utilisation de l'application COV ON

Le petit journal de Pémartin

Nouvelle édition n°7

Juillet 2022

Quelques sorties:

Menautégia

Saint Jean Pied de Port

La bonne Poire à Biarritz

Fête du 7 juillet 2021 : du baume au cœur !



Une visite tant attendue : Sœur Janine de Korhogo



Lucie nous fait découvrir la Bretagne

Fête de Noël 2020 :



La traversée de l'atlantique à la rame avec Jean-Marc :



Tournoi de pétanque 2021:

De vrais champions !



Rencontre avec Nahia Charriton, championne de France de concours

complet équitation :

Nous l'avons rencontrée chez Jérôme, à l'écurie Larretcheberria à Arcangues.

J'ai été attirée par son cheval, je le trouvais très beau et avec un regard très doux. Nous avons fait connaissance avec sa cavalière qui est vraiment adorable ! Elle a eu la gentillesse de répondre à nos questions.

Son cheval s'appelle Jadore, il a 12 ans, elle l'a acheté il y a 4 ans.

Elle a commencé à monter à 6 ans sur un poney, dans son village à Hasparren. Elle a commencé la compétition plus tard parce qu'elle avait un peu peur de se lancer.

A 19 ans elle est 4 fois championne de France en concours complet. C'est-à-dire qu'il y a trois épreuves:

- des figures devant un jury au pas, au trot et au galop
- Des sauts d'obstacles dans une clairière
- Un cross dans la forêt avec des obstacles fixes

Pour ces épreuves il faut respecter un temps.

« Il y a plusieurs épreuves au cours de l'année. Il faut avoir des résultats satisfaisants pour être qualifié sur le concours des championnats de France. Le concours le plus proche est à une heure de route, à Tartas dans les Landes. Il faut souvent se déplacer à plus de quatre heures de route, Fontainebleau par exemple. Il y a également Saumur, qui est très réputé en équitation : dressage de chevaux pour la garde républicaine, entraînement du pôle France, ...

Nahia fait les concours dans la catégorie « jeunes ». A partir de 22 ans c'est la catégorie « sénior ». Elle nous explique que c'est nécessaire de faire des catégories parce qu'ils peuvent être jusqu'à 500 participants sur des concours.

Elle s'entraîne avec son cheval 4 fois par semaine sur des séances de 35 minutes. A 12 ans son cheval connaît bien son métier, donc il faut lui faire répéter des gammes pour essayer de gagner des points. Les entraînements sont très structurés pour qu'il retienne bien les exercices. Parfois il faut changer d'exercices pour qu'il garde le moral. Un cheval avec moins d'expérience aura besoin de séances d'entraînement d'environ 1h »

Nous avons pris plaisir à lui poser des questions.

Nous avons appris plein de choses.

Nahia est très charmante et nous la remercions beaucoup !

Aurélie



Nahia et Aurélie avec le cheval Jadore

Les sorties :

De délicieuses découvertes à « La bonne poire » à Biarritz :

Laurence, stagiaire BPJEPS animation sociale, a proposé des ateliers autour de la découverte de fruits. Le primeur, Xan, leur a fait une présentation de fruits en vidéo qu'il a envoyé aux résidents. Par la suite, ils devaient trouver leurs noms, identifier s'ils poussent sur des arbres ou des plantes, leurs origines géographiques.

Elisabeth: « avant l'atelier de préparation de salade de fruits dans le laboratoire du primeur La bonne Poire, nous avons recherché des fruits sur l'ordinateur, en activité. Pour que l'on puisse reconnaître les fruits, le primeur Xan avait envoyé une vidéo. Petite précision, Xan est le fils d'Anne-Marie, il est très gentil ! On le remercie de nous avoir aidé ».



Aurélie: « Les bananes, elles viennent d'où? Elles viennent d'un peu partout. Ce que l'on a souvent ce sont des bananes de Martinique. Les singes aiment bien les bananes. Et l'ananas? Il ne vient pas de France, il vient d'un pays très très chaud. Chez Xan, le goût est différent. Ici, au foyer, les fruits sont acides. Xan nous a fait couper des fruits pour qu'on les goute, c'est très bon ! ».

« Le mercredi 10 février 2021, nous avons pique-niqué aux Tilleuls avec Alexandra, Flora, Aurélie, Pamela, Murielle et Laurence. Vers 13h30, nous sommes partis chez le primeur à Biarritz. Xan nous a très bien accueilli. Il nous a tous aidé, avec Laurence, pour peler les fruits, les couper et les mettre dans des petits bols. Il ne faut pas rajouter de sucre, les fruits font un jus. Il y avait des kiwis jaunes, des kiwis verts d'Arcangues, des mangues, des framboises, des bananes, de l'ananas. Chacun s'est préparé sa salade de fruits pour l'emporter. En rentrant au foyer, on s'est retrouvés pour les goûter en atelier cuisine. On en a tous gardé un peu pour faire goûter aux copains sur l'internat, le soir »

Elisabeth



« C'était vraiment génial ! C'était excellent ! J'adore la mangue. Xan nous a présenté la framboise sur son doigt. Je lui dis merci beaucoup à Xan, c'était super sympa »

Alexandra



A la suite de cet atelier, on a abordé les bienfaits de l'alimentation équilibrée sur la santé:

« On a compris que si on ne mange pas équilibré, on peut avoir du diabète, prendre du poids, avoir du cholestérol, une augmentation de la tension. J'étais très surprise d'apprendre que ça augmentait le risque de chutes et de vertiges »

Pilar

Sortie à Saint Jean Pied de Port - juillet 2021 :

Les participants: Sandrine, Hervé, Delphine L., Pamela, Pascale, Aurélie, Charlène et Agnes.



« On a démarré vers 10h. La route était sympa, le paysage joli. Quand on est arrivés, le père de Maialen nous a fait garer derrière son restaurant, comme ça on n'a pas payé le parking.

D'abord on a mangé dans son restaurant, le trinquet Garat. On a mangé des plateaux combinés pour certains, hamburger pour d'autres. Des calamars à l'apéro. Au dessert, chacun a choisi: gâteau basque ou crêpe chantilly, et après un bon petit café !

On a été très bien reçus, le père de Maialen nous a fait un super accueil !

Après le repas, on est parti faire une balade à Saint Jean Pied de Port. On est rentrés dans des boutiques parce que certains voulaient faire des achats. Pascale voulait acheter une peluche, il y avait un nounours qui répétait tout ce qu'on disait ! C'était super mignon, drôle, au début on a été surpris ! On cherchait partout d'où ça venait ! »

Aurélie





« Hervé s'est acheté un tee-shirt basque, Delphine une casquette avec la croix basque, Sandrine un porte-clés pour la fête des pères, moi je n'ai rien acheté. J'étais partie pour me promener. On est rentrés tranquillement au foyer pour le goûter. On a remercié Charlène et Agnès parce qu'on a passé un très bon moment »

Aurélié



Sortie Ménautégia 2021 :

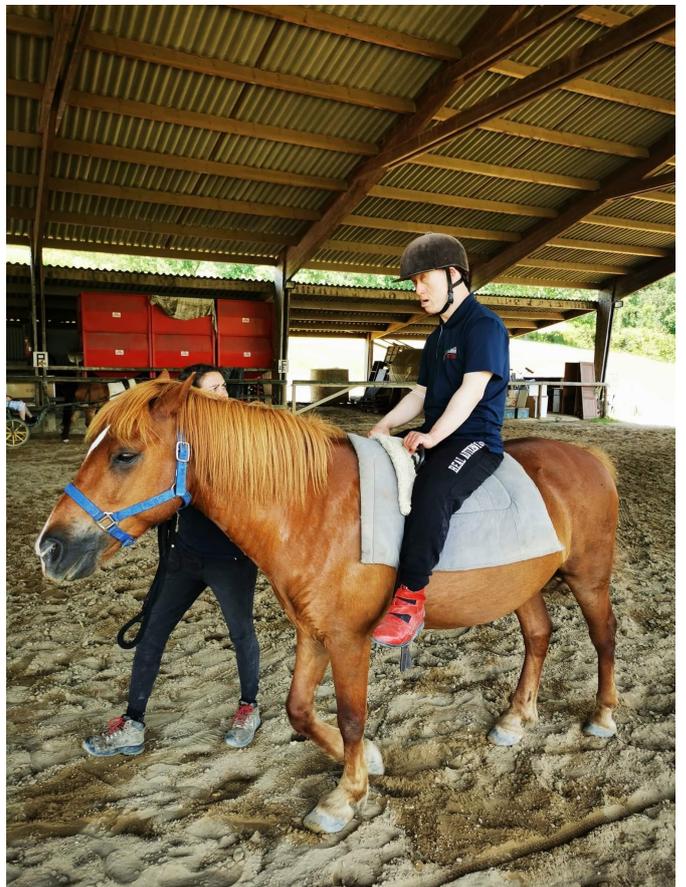
Les participants : Hervé, David, William, Romuald avec Audrey



« On est partis à la ferme Ménautégia pour donner à manger aux animaux : aux cochons, aux poules, aux moutons,. On a vu des petits poussins qui étaient trop mignons. J'en ai pris un dans les mains gentiment pour ne pas l'écraser, il était tellement petit ! Au début j'avais peur mais j'ai pris confiance.

Le midi on a mangé avec Amandine et des jeunes avec lesquels j'ai fait connaissance. On a rigolé, plaisanté. L'après-midi on a fait de la calèche, j'ai beaucoup aimé. David et Hervé sont montés à cheval. Comme c'est la première fois que j'allais, j'ai préféré faire de la calèche. La prochaine fois, j'aimerais y retourner si c'est possible. C'est une journée agréable et je suis hyper content d'avoir participé ».

Romuald



Le tournoi de pétanque du 29 juin 2021 :

« La journée a débuté sous la pluie, donc le tournoi n'a pas pu se faire dehors comme prévu.

On s'est tous retrouvés au mur à gauche. D'autres jeux d'adresse ont été proposés en plus de la pétanque, comme : jeu de quilles, lancer de freesby, lancer de cerceaux, lancer d'objets en mousse. L'ambiance était très sympathique, il y avait une buvette, de la musique. Tout le monde a participé et s'est bien amusé dans la bonne humeur.

Le tournoi de pétanque a été gagné par Mickael, Philippe et Jean-Claude. Marie des Neiges leur a remis le trophée des vainqueurs. Le trophée est super beau, nous l'avons fabriqué nous-même. Il sera accroché à l'entrée du bâtiment Uhaina. Les noms des gagnants sont gravés dessus et il y a une photo à côté. L'année prochaine on ajoutera une ligne pour les gagnants de 2022 ».





« J'ai beaucoup aimé, ça m'a beaucoup intéressée. La prochaine fois je veux participer de nouveau. C'était une super journée ! »

Alexandra

« J'ai trouvé très sympa, je me suis bien amusé et j'aimerais recommencer ».

Romuald

« Génial ! Je n'ai pas vu la matinée passer ! Ça m'a fait plaisir d'aider David à compter les points au jeu de quille. Je félicite toute l'équipe pour l'organisation, j'aimerais le refaire ».

Pilar

« Merci aux organisateurs, ils ont bien organisé cette journée. C'était super. On a passé un bon moment. C'était bien au mur à gauche, c'était plus facile pour moi pour participer dedans ».

Didier

« Je suis resté assis sans jouer mais c'était sympa ».

Pierre E.



« C'était bien, j'aime les jeux organisés le mardi. J'étais pas douée pour lancer le freesby, c'est pas facile ça, Hubert m'a aidé. Merci à l'équipe qui a fait ça mardi ».

Sandrine

« Merci beaucoup à l'équipe qui a organisé cette journée. J'ai passé un très bon moment et surtout j'ai pu participer à certains jeux. Je me suis bien régalée au repas et encore merci beaucoup ! »

Elisabeth



« Le midi nous avons pique-niqué aux Tilleuls. Nous nous sommes régalés ! On a tous eu un petit lot offert par le foyer. Il y avait des petits ventilateurs à main ou des porte-clés qui font lampe ».

« J'ai passé une très bonne journée, à refaire ! Le ventilateur est pratique ».

Aurélie



**Les vainqueurs du tournoi 2021
remise du trophée par Marie des Neiges et David**

Fête de l'été - Mercredi 7 juillet 2021 :

« Le thème de la fête cette année c'était l'art.

Avant la fête, chaque unité a fait une affiche pour le concours.

Le mercredi matin, on était par groupes avec un moniteur. On a participé à des ateliers différents comme : déguisements et photos, maquillage et tatouages, personnalisation de sacs et casquettes, peinture sur une œuvre collective.

Pendant les ateliers il y avait de la musique pour danser si on avait envie. Ce qu'on a trouvé génial, ce sont les sacs et les casquettes à personnaliser et les tatouages ! C'était une très bonne idée, bravo au Comité des Fêtes que nous remercions ! »





Après, nous avons fait la remise des prix pour le concours d'affiche. Tout le monde a voté. C'est l'unité de Loia qui a gagné. Françoise était émue quand Gérard lui a donné le prix. Les autres unités ont eu un lot de consolation.

On a pris les repas sur les unités. C'était très bon ! Merci aux cuisiniers !



« Ce qui m'a fait plaisir c'est que Gérard est venu manger avec nous. D'habitude on est qu'entre nous, personne de la direction vient manger avec nous ».

Pilar

Après le repas, nous sommes redescendus aux Tilleuls pour danser et clôturer la journée par un goûter. C'était une très bonne journée, malgré le temps. Il a beaucoup plu !

« L'organisation était bonne. C'était une bonne journée ».

Didier

« C'était une très bonne journée, à refaire ! »

Elisabeth



« Pour moi la fête ça fait trop de bruit, ça m'angoisse beaucoup. Je préfère ne pas participer »

Pierre E.



Fête de Noël - Mercredi 16 décembre 2020 :



Cette fête était un peu spéciale. Le Comité des Fêtes a dû imaginer une organisation différente à cause de la Covid.

En effet, on ne pouvait pas tous se retrouver au mur à gauche. Alors nous avons commencé par un apéritif et un repas festif sur les unités.

On s'est tous installés ensemble à table. A Bora-Bora-Kontxa, on a mangé avec Jean-Marc, Nadège, Sandra et Anne-Marie. A Uhabia-Ilbarritz, avec Peio, Annie, Audrey, Laurence l'infirmière, Anne-Laure. A Milady-Mundaka, avec Audrey la nouvelle cheffe de service. Les externes ont mangé à l'accueil des Tilleuls avec leurs référentes, Marie des Neiges et Nora.

L'ambiance au repas était très bonne, on a bien ri. Estelle, Isabelle et Mendi sont passées sur les unités, on a dansé avec elles. Le repas était très bon !

Aux Tilleuls, les externes ont pris le temps de manger, tranquilles, au calme, on a discuté et bien rigolé. On est sortis de table tard, c'était trop bien ! Anne-Marie, Gérard et Audrey sont venus boire le café avec nous. Ils se sont partagés en passant sur toutes les unités.

Vers 15h30 nous avons eu Olentzero qui a amené les cadeaux sur BBK, sur U.I c'était le Père Noël, c'est Patrick qui s'est déguisé. Sur Milady- Mundaka et Loia, la MAPHA et l'externat c'était un autre Père Noël : Gaizka ! Nous avons été gâtés !

Vers 16h, nous sommes descendus prendre le goûter devant Uhaina. Il y avait de la musique à bloc ! On a tous bien dansé, heureusement qu'il n'y avait pas de voisins ! Il y avait aussi le concours de l'unité la mieux décorée. C'est Uhabia-Ilbarritz ex aequo avec l'externat qui ont gagné !

Vers 17h30 , on a eu la surprise de voir des poneys ! Le poney ne voulait pas écouter Gaizka, il lui disait d'avancer et le poney continuait de manger !



C'était une très belle fête ! On a de la chance d'avoir pu fêter Noël !

Nous remercions tout particulièrement le Comité des Fêtes ! BRAVO !







La traversée de l'atlantique à la rame avec Jean-Marc Dupont :

Jean-Marc se lance dans un « voyage », c'est ainsi qu'il appelle cette aventure un peu folle à nos yeux ! Il a accepté de nous embarquer à bord en venant nous reconstruire et en nous faisant vivre son expérience à distance.

« Je trouve qu'après l'accident qu'il a eu, il est très courageux de faire cette traversée en solitaire ! Sa dédicace sur son blog nous touche beaucoup. C'est génial de nous associer à son aventure, ça nous apporte du bonheur de le voir naviguer, de suivre sa traversée et de le suivre par la pensée ». Pamela



Rencontre avec Jean-Marc au foyer le mercredi 25 novembre :

« Nous étions contents de faire sa connaissance. Il est très sympa, très simple et rigolo ! Il a pris beaucoup de temps pour parler avec nous, nous expliquer. C'est rare, il n'y en a pas beaucoup comme ça ! Ce qui nous a beaucoup plu, c'est qu'il a laissé les copains et copines visiter le bateau (ceux qui pouvaient monter). On avait les yeux pétillants de voir ce bateau extraordinaire ! C'était un joli partage avec Jean-Marc. On lui a expliqué qu'on va faire du sport pour le soutenir ».

Il y avait des journalistes, Sud-Ouest, FR3 Euskal Herri et France bleue :

« C'était ma première presse ! Je n'ai pas eu peur, j'étais volontaire ! » Pilar

Après le visionnage du reportage sur FR3 :

« Mon père a pleuré de joie. Le lendemain les voisins m'ont félicité. Moi-même j'étais émue en me voyant. C'était la première fois que je parlais à la télé, je ne m'étais jamais vue parler comme ça ! Je suis fière de moi et ça fait du bien ». Pilar

« C'était un beau reportage à la télé. On a vu tous les copains. Avec Hubert on l'a regardé à BBK jeudi soir. Ça m'a beaucoup touchée de nous voir à la télé on n'a pas l'habitude ! »

Alexandra

« Sur l'unité tout le monde riait, était joyeux, s'exclamait avec des cris de joie ! Alexandra était contente comme tout de se voir à la télé ».

Elisabeth



Dans la peau d'un aventurier moderne

BIDART Avant son départ pour la traversée de l'Atlantique à la rame, Jean-Marc Dupont a noué un partenariat avec le foyer de vie Pémarthin

Olivier Dantoumerle
o.n@jeandeluz@sudouest.fr

Mercredi 25 novembre, au foyer de vie Pémarthin de Bidart, une quarantaine de résidents, tous adultes handicapés, se sont prêtés au jeu avec une joie non dissimulée. Avant le départ de sa traversée de l'Atlantique à la rame, Jean-Marc Dupont a présenté son bateau, les rames qui le feront avancer et la cabine dans laquelle il passerait une centaine de nuits.

Les résidents du foyer vont suivre l'aventure de Jean-Marc Dupont à leur manière. Chaque jour, ils l'accompagneront avec une activité physique bien particulière. Les animateurs feront vivre le péripèle par procuration, notamment David, l'éducateur sportif, qui a réuni un groupe de jeunes volontaires, qui se sont engagés à effectuer la même distance que Jean-Marc... en vélo d'appartement. « C'est en se montrant solidaires que ces jeunes ont décidé d'apporter leur soutien à l'aventurier. Il s'agit d'un effort collectif, où chacun fera selon ses possibilités. »

Ce partenariat s'inscrit dans le projet Ektin du programme européen Poctefa 2014-2020. Celui-ci soutient financièrement les initiatives qui visent à initier et développer « le partage de temps ordinaire » entre personnes relevant d'un établissement social ou médico-social et « tout acteur citoyen volontaire ».

L'aventure de Jean-Marc a fait écho aux valeurs du foyer de vie Pémarthin, « dans la notion de partage d'expériences humaines », mais aussi « dans le courage qu'il faut avoir pour faire face à l'adver-



Une résidente du foyer de vie se prépare à réaliser, par procuration, l'exploit de Jean-Marc Dupont. PHOTO: O.D.

sité ! », explique le directeur de l'établissement, Gérard Aguer.

Partage de rêve

« Nous avons donc porté la nouvelle aux résidents. Il nous fait l'amitié de nous associer à sa belle aventure, êtes-vous partant ? La proposition a fait l'unanimité ! Les questions ont fusé : « Il va être tout seul ? », « Il n'a pas peur ? », « Il va dormir où ? » Tous étaient d'accord pour dire : « Il est courageux ! » »

Gérard Aguer raconte que des étoiles se sont allumées dans les yeux des résidents. Le rêve de Jean-Marc est devenu le leur. « Nous lui souhaitons de tout cœur de vivre une expérience magnifique, nous sommes derrière lui. Nous l'attendrons à quel point pour fêter cette belle aventure humaine ! »

Jean-Marc Dupont a reçu des dessins, des mots d'amour et une banderole qu'il emportera avec lui pendant la traversée. « Il était indispensable de leur répondre. J'ai pensé qu'il était opportun, à moins d'une semaine du départ, de rencontrer ces personnes chez qui je suscite tant de joie et d'envies. C'est une magnifique rencontre avec des personnes dont la vie a posé sur eux des contraintes physiques, mentales, et dont le quotidien ne sera jamais semblable au nôtre. »

SUD OUEST.fr
Jean-Marc Dupont raconte les coulisses de son départ
Abonnés





« Je sautais, je rigolais, j'étais morte de rire de voir Pilar parler à la télé ! Ça m'a touché, c'était impressionnant ! » Aurélie

« C'était un bon après-midi pour tous, une belle expérience. Il nous tarde de le retrouver dans deux mois. Mais laissons-lui le temps de faire la traversée ! En attendant bon courage ! Et de notre côté : au sport ! »

Nous avons suivi le départ de Jean-Marc depuis les Iles Canaris en lisant son blog et en regardant ses vidéos. Nous avons également gardé le contact avec lui et toute son équipe grâce à l'application numérique de communication COV ON. Sur ce support, nous avons pu lui envoyer toutes nos photos prises pendant nos marches et nos séances de vélo d'appartement pour le soutenir. Nous lui avons promis qu'entre tous nous parcourrons la même distance que lui. Nous avons accroché une grande fresque de 4,50 mètres de la salle de David pour avancer nos curseurs au fur et à mesure de nos progressions. 42 résidents de Pé martin ont fait du sport, sans oublier les professionnels !

Sur COV ON nous lui avons également marqué tous nos ressentis : nos joies, nos inquiétudes, nos peurs pour lui, mais également l'encourager pendant tout ce voyage. De notre côté, sur son blog nous avons suivi sa progression et ses témoignages. C'était très intéressant et ça nous permettait de voyager avec lui alors que nous étions confinés !

Au final, il lui a fallu un peu plus de temps. Il n'a pas eu de chance avec la météo et il a eu beaucoup de pannes de matériel ! Mais il a été courageux et n'a jamais lâché ! Il est parti le dimanche 13 décembre 2020; il est arrivé le 10 mars 2021 à la Martinique.

Voici quelques témoignages de notre beau partage avec Jean-Marc !

« La vidéo de son départ était très touchante. Les au revoir étaient sûrement difficiles. On le sent quand il parle de sa famille. Il aura certainement des jours très difficiles et d'autres plus faciles. On comprend qu'il est content de le faire mais que ce sera très dur, qu'il faut beaucoup de courage. En plus, une fois par semaine il doit laver la coque en plongeant, espérons qu'il a une combinaison pour ne pas avoir froid. Espérons qu'il soit sérieux pour rester attaché ! Ça nous fait un peu peur ! Est-ce qu'il va bien se tenir ? Sa sécurité nous préoccupe. Il pourrait l'enlever un jour qu'il est énervé et après macache ! Mais il a promis de le garder... Espérons ! On a confiance en lui » Pamela

Nous discutons de l'adversité : la vie n'est pas toujours facile. Nous parlons de Jean-Marc qui devra affronter ses peurs, ses difficultés, la perte de moral et qui devra quand même s'accrocher et continuer à ramer pour avancer.

Qu'est-ce que cela vous inspire à titre personnel ?

« Des fois je lâche quand je suis triste, mais c'est normal. Par exemple pour Noël sans mes parents » Aurélie

« C'est normal d'avoir peur dans la vie. Il faut en parler, en discuter calmement et rester calme. La peur peut nous bloquer et nous renfermer. C'est comme Jean-Marc, il a peur mais il continue d'avancer. Comme moi, j'ai des peurs mais je continue à avancer » Romuald

« Même si on a peur, il faut continuer en avant » Pilar

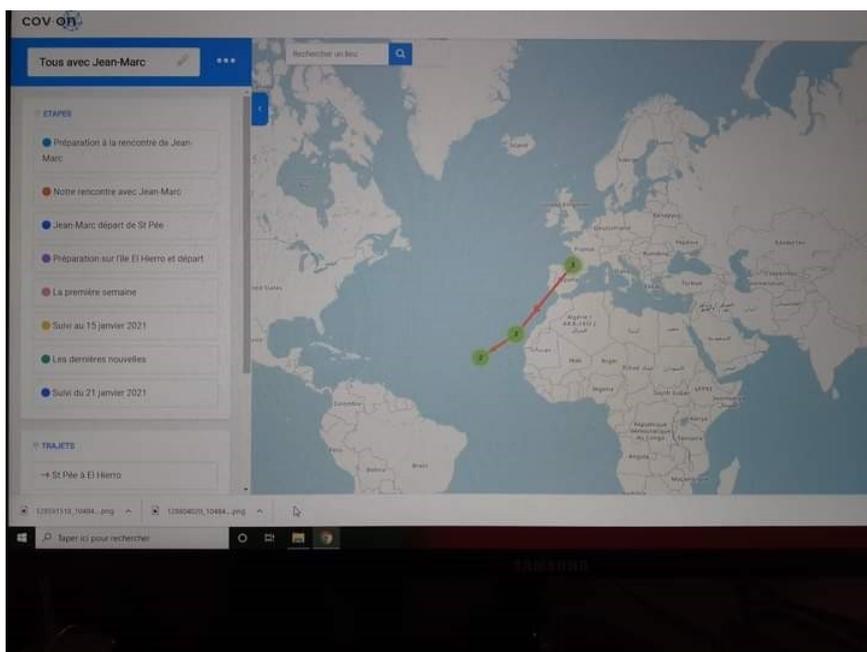
« Moi j'aime pas le Covid, du tout, du tout ! Ça me fait peur. Avec les masques on ne voit pas le nez et la bouche pour prendre des photos, mais ça me rassure de l'avoir. Ça m'énerve les gens à l'extérieur qui ne le portent pas, c'est égoïste ! Papa est d'accord avec moi. Et les touristes, c'est pas bien qu'ils viennent en vacances avec le Covid ! » Pierre E.

« Le fait que Jean-Marc dépasse ses peurs, ça peut m'aider. Sur certaines fois je serais un peu comme lui. C'est-à-dire ressentir le même sentiment mais m'accrocher » Elisabeth

Réactions à la lecture du blog de Jean-Marc :

« Avec lui on découvre plein de choses : les dauphins, le requin, l'oiseau qui mangeait les biscottes et qui est parti ! Le poisson volant. Un navigateur qui s'est coupé le doigt sur un voilier, ... Mais aussi ses problèmes : il a pris un coup à l'épaule, la météo qui lui a fait perdre des kilomètres, les problèmes d'eau dans les batteries, le gouvernail, les cosses oxydées !!! D'un côté il a de la chance, mais de l'autre il a la poisse !

De pouvoir suivre son aventure me permet de rêver avec lui, de voyager » Pilar



La carte COV ON :
« notre carnet de bord » pour suivre l'aventure et rester en contact avec Jean-Marc

Départ pour une marche en soutien à Jean-Marc.
Plus que 4000km à parcourir !



« J'ai de plus en plus peur pour lui avec tous ces avatars qu'il rencontre et je continuerai à l'encourager si possible par la marche. Grâce à COV ON ça me permet d'être avec lui par la pensée et de lui adresser des messages » Elisabeth

« On voit qu'il a beaucoup de difficultés, il faut qu'il s'accroche pour avancer. On est à distance mais on est avec lui. Avec COV ON j'aime tracer son parcours, le suivre à distancer » Didier

« Il faut qu'il avance encore un peu plus ! Je lui souhaite bon courage ! Je fais du sport pour lui, j'ai fait 700 m ! Et je l'ai fait marquer pour lui. Il faut que je continue pour lui, pour le suivre » Alexandra

« Jeudi on a marché pour lui à la plage d'Anglet avec Marie des Neiges. Décidément Jean-Marc n'a pas de chance. Maintenant le GPS ! J'espère que ça va s'arrêter là. J'aime le suivre, nous on ne peut pas réaliser nos rêves, avec le sien c'est un peu comme le nôtre. Courage et à bientôt » Aurélie

« Je le félicite de son parcours, il a réalisé son rêve et on est fiers de lui. J'aime le suivre sur COV ON, ça me fait voyager » Pilar

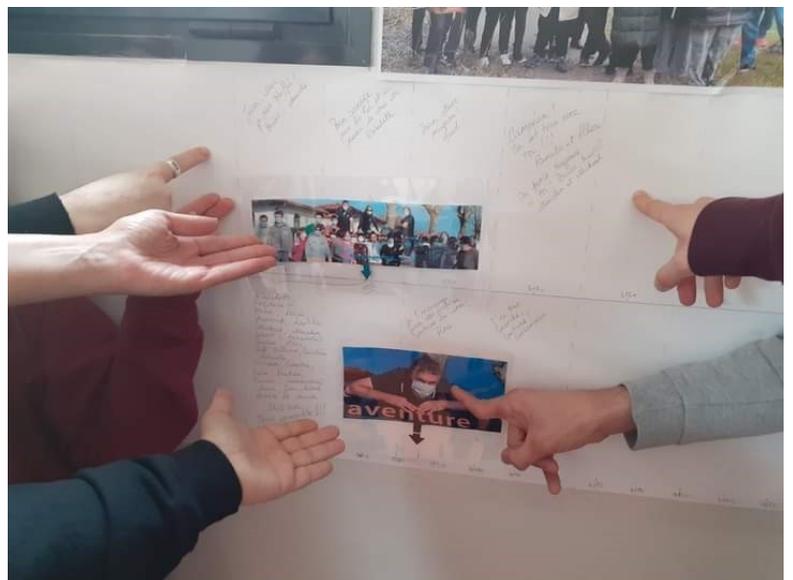
« Je lui dirai qu'il a eu beaucoup de courage pour le faire. J'aime le suivre, ça me passionne. J'aimerais réaliser un rêve comme lui. Son blog m'apporte du plaisir et du voyage » Romuald





Quelques sportifs....

... Devant la fresque !



Arrivée de Jean-Marc à la Martinique :



On nous a annoncé son arrivée le 10 mars 2021 à midi heure locale en métropole.

« On savait qu'il y arriverait ! » crie du cœur de tous ses supporters ! Beaucoup de joie et de soulagement.

« On a crié de joie, on a applaudi ! On était trop soulagés. On est très fiers qu'il ait réussi son aventure malgré tous les problèmes qu'il a eu. Par contre quand on a vu ses photos... Ouf ! On ne le reconnaît pas ! Il était trop maigre, fatigué le pauvre. Il a perdu 20 kg ! » Aurélie, Didier, Pamela

Réactions à la suite de l'arrivée de Jean-Marc :

« Il nous a envoyé une vidéo de la Martinique pour nous faire un petit coucou. Ça nous a fait plaisir, on ne s'y attendait pas ! Lui et sa femme portaient le tee-shirt qu'on leur a fait faire. Il nous avait dit qu'il penserait à nous, on voit qu'effectivement il a eu une pensée pour nous et c'est bien, ça fait trop plaisir. Comme quand il nous a fait une dédicace sur Facebook au mois de janvier pendant sa traversée. Ça nous a beaucoup touchés ». Aurélie

Arrivée à l'aéroport de Biarritz, en période Covid nous ne pouvions pas aller l'attendre. Nous avons donc regardé une vidéo de son arrivée au Pays basque.

« Sur la vidéo je le vois soulagé, délivré et heureux » Pilar

« Je le vois très content de retrouver sa femme et sa fille » Aurélie

« Les retrouvailles avec sa femme et sa fille à la Martinique ont dû être terribles. Depuis tant de temps, et tant de peurs ! » Elisabeth

« Il était tout maigre » Pierre

Pendant toute cette aventure, on a souvent eu des échanges avec Christelle, l'épouse de Jean-Marc. Nous tenons à le remercier chaleureusement de sa gentillesse et pour les jolis messages qu'elle nous a envoyé. Elle a lu nos témoignages sur COV ON, elle nous a dit que nous étions formidables et qu'elle était émue par tous nos efforts et nos témoignages. Il nous tarde de la voir avec Jean-Marc.

Comme promis, Jean-Marc et Christelle sont venus partager une journée avec nous au foyer.

De belles retrouvailles que nous vous raconterons dans notre prochaine édition !

Séquence film - Témoignages sur notre utilisation de l'application COV ON mars 2021:



Depuis le confinement, nous utilisons l'application numérique COV ON. Grâce à cet outil, lorsque nous étions confinés sur les unités, nous avons pu nous partager des messages, des photos, des musiques et maintenir le lien entre nous tous. C'était très difficile de ne pas pouvoir se voir. Avec COV ON, on a également échangé avec Jean-Marc pendant sa traversée de l'atlantique. Elle nous permet également d'échanger avec nos amis d'EVAH, de Francissenia, des résidents d'une maison de retraite en Gironde et des résidents d'un foyer de vie à Buenos Aires en Argentine.

Gaido Laïb qui a créé et développé cette application nous a demandé si nous souhaitions témoigner sur notre utilisation. Pilar et Pamela, toutes deux grandes amatrices de COV ON, ont accepté avec grand plaisir !

« Je connais Laurent depuis le projet Ekin à Bilbao, ça me fait plaisir de le revoir. J'étais heureuse qu'il nous demande de témoigner. Ça me fait plaisir d'expliquer à des professionnels ce que m'apporte COV ON. J'ai expliqué que grâce à cette application j'apprends beaucoup de choses : à m'en servir, apprendre à connaître le monde, à mettre des témoignages, des photos. Pour le tournage, il y avait Laurent, Julien qui s'occupe de filmer et faire le montage de la vidéo, Thomas et Romain qui travaillent avec Laurent. On les a rejoint avec Pamela et Murielle en salle informatique.

Julien a commencé à filmer quand on utilisait COV ON. Il nous a demandé de montrer comment on allait chercher les photos, les commentaires, les liens de vidéos, la carte. Laurent nous a dit qu'on maîtrisait bien ! Après j'ai été interviewée. Je n'étais pas stressée, j'étais détendue comme une image ! J'ai passé un bon moment, j'aimerais bien refaire ! Si j'avais pu, j'aurais aimé travailler dans la vidéo, le montage et tout ça. Alors ça me fait plaisir de participer à des projets comme ça. Je suis contente que les gens voient de quoi je suis capable, ça m'apporte de la joie, du bonheur, dans ces moments là je ne me vois pas comme une handicapée » Pilar



Démonstration de l'utilisation et interview de Pamela

« J'étais contente que Laurent me demande, j'aime être filmée pour des choses comme ça parce que c'est intéressant. J'aime utiliser COV ON pour découvrir la carte du monde, avoir des amis parce qu'avant je n'en avais pas, parler, ... Quand les gens me regardent ça me rend nerveuse, je n'arrive pas à parler. Avec COV ON j'ai l'impression qu'on me regarde avec des yeux intéressés, c'est-à-dire qu'on s'intéresse à ce que je dis. J'ai accepté la vidéo parce que j'aime témoigner et aider les autres. Que d'autres résidents puissent s'en servir et montrer comme moi qu'on est là et qu'on existe ». Pamela

« J'étais contente de revoir Laurent. Murielle ne m'a pas proposé de participer parce que je ne suis peut-être pas encore assez mature pour faire clairement des choix. Pour les vidéos et les photos, des fois je dis oui, puis non. Peut-être que je fais trop une fixation sur moi par rapport à ma famille, peur qu'ils me voient que comme une « handicapée ». Aurélie

Le visionnage de la vidéo et sa mise en ligne sur le site de l'application :

« Génial ! On s'est bien éclatées ! On été émues de voir la vidéo. Laurent l'avait envoyée à Murielle pour nous la montrer avant de la mettre sur le site. Du coup, depuis le début du mois de mai, on regardait tout le temps sur le site de l'application pour voir s'ils la mettaient. Quand on l'a vue sur le site, ça nous a fait quelque chose ! Moi je l'ai regardée en boucle, je me trouve bien dans le film, à l'aise. dit Pilar.

C'est avec un grand plaisir qu'on a envoyé un message à Laurent pour le remercier et lui dire ce qu'on pensait de la vidéo. Grâce à lui, on a passé un bon moment, on a bien rigolé, et on est fières. Laurent nous a répondu, son petit mot nous a beaucoup touché ». Pilar et Pamela

Visite de Sœur Janine du Centre Jubilé à Korhogo— Côte d'Ivoire :

Le mercredi 19 mai 2021, nous avons eu la visite de Sœur Janine qui s'occupe des personnes malades au Centre Jubilé. Depuis l'année dernière, les groupes de réfection de meubles ont vendu leurs productions au profit du centre.

Sœur Janine est originaire de Saint Pée sur Nivelle. Elle est investit en Côte d'Ivoire depuis plus de 48 ans. Depuis plus d'un an, nous échangeons des mails avec elle, ainsi nous découvrons comment ils apportent leur aide à des personnes en situation de handicap mental et à leurs familles.

Elle nous a annoncé sa visite et c'était une très bonne surprise car nous l'attendions avec impatience ! Nous apprécions sa disponibilité parce que nous savons qu'elle est très sollicitée lors de ses rares séjours en France. Nous avons ainsi pu passer un très bel après-midi en sa compagnie et profiter de l'occasion, pour lui remettre en main propre, les bénéfices d'un montant de 1000€ au profit de nos amis africains.

« J'étais très contente de la rencontrer. Elle est super sympa ! J'ai aimé quand elle nous a donné la statue, c'est un beau cadeau. Ce dont je suis le plus fière, c'est d'avoir remis ce chèque à Sœur Janine. C'est la première fois que je représente le groupe. Ça m'a apporté de la joie. Ça me fait plaisir de participer à la réfection de meubles pour aider des personnes malades. Je suis très contente d'avoir la photo de Sœur Janine avec tout le groupe. Pour l'année prochaine je veux continuer la réfection de meubles parce que j'adore cette activité. Cet échange avec la Côte d'Ivoire nous a permis de voir comment ils vivent là-bas. On n'a pas les mêmes coutumes mais c'est génial de voir d'autres cultures. Je suis fière de mon travail dans cette activité ».
Aurélie

« Je suis au foyer depuis un an, je fais partie d'un groupe de réfection de meubles. Cette activité m'aide à mesurer, à monter des meubles. J'aime bien apprendre à bricoler. J'étais content de la rencontrer, honnêtement j'ai des difficultés avec la mémoire pour me rappeler des courriers échangés avec elle ». Didier

« J'aime bien les objets qu'on bricole et qu'on fabrique. J'aime participer à cette activité. J'aime aider les autres dans l'atelier mais aussi en donnant l'argent à des personnes qui sont malades et qui ont besoin d'aide ». Romuald



« J'ai été très contente de faire la connaissance de Sœur Janine que je trouve très gentille et j'ai passé un bon après-midi. J'ai trouvé très intéressant ce qu'elle nous a raconté. Son cadeau est très beau ». Elisabeth

« J'ai parlé avec elle, je lui ai posé plein de questions. Ça me fait plaisir de parler avec elle. J'étais très contente du cadeau qu'elle nous a fait, et nous aussi (on lui a fait un cadeau personnel : une petit cadre sur du bois de palette, avec une étoile de mer en coquillage). Elle avait l'air heureux, contente. Ça nous a fait plaisir qu'elle goûte avec nous, dans la joie et la bonne humeur ! C'était comme une famille, on dirait que ça fait longtemps qu'on se connaît. On s'écrit depuis longtemps mais c'est la première fois qu'on se voyait ». Pilar

« J'étais super heureuse qu'elle soit là. On a fait un super goûter. Le gâteau était très bon. Je suis contente d'avoir fait une photo avec Sœur Janine ». Alexandra



Sculpture de l'artiste Ivoirien KOLO— Cadeau de Sœur Janine aux résidents de Pémartin

« C'était génial de voir Sœur Janine, je la trouve super gentille et calme. Elle mérite le ciel. Ça m'a touchée qu'elle vienne de si loin. Je trouve que c'est génial qu'ils aient ouvert cet établissement. Ça me touche le cœur de participer à la réfection de meubles pour aider ces personnes. Ce n'est pas possible que des gens vivent comme ça, sans soin, ni traitement. C'est très courageux le travail qu'ils font. Ça m'apporte beaucoup de pouvoir les aider. Ça me permet aussi de voir que pour certains c'est pire que pour nous.

On va recevoir une journaliste de Sud-Ouest qui va écrire un article sur le projet. Ça me fait de l'émotion de montrer aux gens qu'on peut faire ça, parce que j'avais envie d'aider des gens en Afrique depuis très longtemps. Je voyais des reportages à la télévision, mais je ne savais pas comment faire pour les aider. Des gens disent qu'on est bête et qu'on a pas de qualités, mais c'est faux ! On a des qualités et des défauts comme tout le monde. Mais on est aussi capables de faire des choses et je veux que les gens le sachent et arrêtent de dire des bêtises sur les personnes handicapées ».

Pamela



« Je suis contente d'avoir participé, d'avoir fait ce cadeau ». Flora

« C'est très bien. Bravo à l'équipe de réfection de meubles ! J'aime bien travailler sur les meubles, je travaille bien ».

William

BIDART

Les résidents du foyer remettent à sœur Janine le produit de la vente des meubles restaurés.

MURIELLE FOUQUET

Les résidents du foyer de vie Pémartin restaurent des meubles pour la bonne cause

Un groupe de 18 résidents du foyer de vie Pémartin se mobilise dans une démarche altruiste, par le biais d'une activité de réfection de meubles. Des meubles hors d'usage ou défraîchis, donnés par des proches, passent entre les mains patientes de ces résidents.

Ceux-ci s'efforcent de leur donner une seconde vie en les embellissant, que par un coup de peinture ou un nouveau tissu, que en modifiant le montage ou en changeant des accessoires pour les « relooker ». Une fois restaurés, les meubles sont vendus à petit prix.

Un partenariat avait été initié avec un établissement de Côte d'Ivoire, qui soigne des personnes atteintes de maladies mentales. Au mois de mai, à l'occasion d'une visite excep-

tionnelle, les résidents ont pu rencontrer sœur Janine, une religieuse de 80 ans qui vit là-bas depuis quarante-huit ans. Ils ont pu lui remettre, en main propre, les bénéfices de ces ventes sous forme d'un chèque de 1 000 euros.

En retour, elle leur a offert une statuette africaine. Ils ont également noué un partenariat avec un rameur de Saint-Pée-sur-Nivelle, qu'ils vont rencontrer fin juillet et dont le suivi des performances est une belle occasion de suivre la vie en dehors de leur foyer.

Renforcer leur autonomie

Plus largement, sous l'impulsion de leur encadrement, les résidents du foyer de vie Pémartin s'investissent dans un large éventail d'activités créatives, artisanales, voire artis-

tiques : vannerie, tissage, cannavas, perles, mais aussi du théâtre et de l'expression corporelle, ou encore la rédaction du journal de l'établissement.

Ils pratiquent l'informatique avec le logiciel Cov On, une solution co-construite avec des professionnels, adaptée aux personnes en situation de vulnérabilité et qui stimule leurs capacités cognitives. Une mine d'or, selon les mots de l'animatrice Murielle Fouquet, qui permet d'associer les résidents à la construction des projets et de les rendre acteurs du début à la fin.

Ainsi, ils ont l'occasion de travailler différents aspects du lien social, de renforcer leur autonomie tout en maintenant les acquis en institut médico-éducatif.

Catherine Schroeder

Lecture de l'article Sud-Ouest :

« Magnifique ! Ça me fait plaisir de me voir dans le journal. On représente des personnes qui sont en foyer comme nous, et pouvoir dire qu'on peut aider des personnes, comme nous le faisons en réfection de meubles. Je suis très fière et très touchée. Touchée de voir que ce qu'on fait c'est utile, j'aime aider les gens » Aurélie

« Je trouve l'article bien écrit, bien tourné. Ça me fait plaisir de montrer qu'on est utiles pour les autres » Didier

« Cela me fait plaisir de me voir sur la photo et je trouve l'article bien écrit » Elisabeth

« Je suis content d'avoir récupéré l'article. Je suis content de fabriquer des choses pour des personnes malades ». Romuald

« Aider en donnant des sous, c'est joli » Sandrine

« Je suis contente de me voir, ça me touche beaucoup, je suis trop fière de moi ! » Alexandra

« L'article me touche, quand les gens vont lire cet article, ils vont penser à nous. Ils vont se dire qu'il y a des personnes handicapées qui font cette action et c'est bien. Les gens qui ne lisent pas cet article, cela veut dire qu'ils ne s'intéressent pas aux gens qui ont des problèmes de handicap. Pour moi, c'est important de faire des articles dans le journal Sud-Ouest parce qu'on montre qu'on est fort et qu'on avance ! » Pilar



Lucie nous raconte ses vacances en Bretagne :

« Je suis partie en camion avec petit Maïko (mon petit chien), Maman et Chouchou. On a dormi chez la copine à Maman. Il a fait très beau. J'ai été acheter des nouvelles chaussures. On a pris le bateau, c'était très beau. J'ai mangé des crêpes, très bon ! Crêpe au chocolat !

Après on a été voir Caroline et Jean en Vendée. J'étais contente de voir Julie et Elodie (mes nièces), très bien ! On a dormi chez eux samedi soir. On a pris l'apéro. On a mangé des frites avec de la viande. Au dessert de la tarte aux pommes.

Le dimanche on est repartis à 9h du matin pour rentrer à Biarritz. Il y avait beaucoup de monde sur la route mais ça s'est bien passé.

Ces vacances c'était très bien !

Lucie



Jeu :

