



Œuvre inspirée de Kandinsky PHOTO © GEM LES COLIBRIS DE RUNGIS

## SOMMAIRE

Mieux connaître l'AFTC	P2
Nicolas	P2
Bons plans	P2
Le retour de la chaussette grise	P3
Une sculpture	P3
Au cinéma...	P3
Quoi de neuf au GEM La Brie ? Et ses alentours ?	P4
Le GEM L'Astrolabe a déménagé !	P4
Qu'est-ce qu'un monde parfait ?	P5-6
Un peu de détente !	P7
Pour infos	P8

Ce journal trimestriel est écrit par les treize Groupes d'Entraide Mutuelle (GEM) d'Ile-de-France, parrainés par l'AFTC. Ces différents GEM proposent des activités et des sorties pour les personnes traumatisées crâniennes et cérébro-lésées.

## ÉDITORIAL

### *A votre agenda !*

Les membres du Comité de Rédaction de *Mots en Tête* se sont réunis le 23 mai en visioconférence. Nous renouvelons tous nos sincères remerciements à Delphine qui a beaucoup œuvré pour l'Inter GEM pendant mon absence. Lors de la réunion du Comité, le thème du Hors-série 2024 a été choisi : « *Comment concilier Art, Culture et Handicap ?* ». Ce numéro spécial sera publié à l'automne 2024 en format numérique uniquement. Lien internet, vidéo, audio, texte, photo... Tout est possible !

Le mois de juin a été riche en événements : au cours du Mois parisien du Handicap, certains GEM ont participé à la Nuit du Handicap le samedi 15 juin, dont le GEM Versailles Yvelines qui a géré un stand et organisé des jeux, ainsi que le GEM Le Canal qui a présenté un concert avec d'autres habitants de la Seine-Saint-Denis à la Dynamo de Pantin.

Des nouvelles de la 9e Journée Inter GEM ? Elle aura lieu le jeudi 24 octobre 2024, de 10h30 à 17h. La localité vous sera communiquée très prochainement. Une réunion de préparation a déjà permis de déterminer le thème et les activités. En 2024, place aux Olympiades Inter GEM !

Le Comité de Rédaction vous propose de répondre à la question thématique suivante pour le prochain numéro : « *Séjour adapté : rêve ou réalité ?* ». Concernant le précédent thème « *Qu'est-ce qu'un monde parfait ?* », je vous invite à vous rendre aux pages 5 et 6 pour découvrir l'ensemble de vos réponses.

Rendez-vous à la rentrée pour un nouveau numéro !

MARIE MEIGNEN

## MIEUX CONNAITRE L'AFTC

L'entrée dans le monde de la lésion cérébrale acquise est violente et soudaine, mais c'est aussi un point de départ vers une autre vie, une nouvelle vie qu'il faut apprendre à connaître pour réussir à réintégrer ce corps qui est malgré tout parvenu à survivre ! L'AFTC est là pour accompagner les blessés dans ce long chemin où il faut à la fois :

- Apprendre la clémence envers soi,
- Garder patience sur le temps long de la rééducation,
- Savoir, au fond de soi, que rien n'est jamais figé dans le temps,
- Entretenir, chevillée au corps, l'idée d'un futur plus serein et plus apaisé.

L'AFTC est aussi là pour apporter son aide aux proches :

- soutien médico-social
- soutien psychologique
- soutien juridique
- groupes de parole

Pour tout renseignement vous pouvez consulter le site internet de l'AFTC Ile de France : <https://www.aftcidfparis.org/>, et/ou nous adresser un mail à [contact@aftcidfparis.org](mailto:contact@aftcidfparis.org). N'hésitez pas à nous rejoindre, nous avons besoin de forces vives !

CHARLOTTE HOMBERG (Direction Collégiale de l'AFTC)

## NICOLAS



PHOTO © GEM L'ASTROLABE

**Nounours**  
**Inspiré**  
**Chocolat**  
**Obstiné**  
**Lumineux**  
**Artiste attachant**  
**Souvent souriant**

LES MEMBRES DU COMITÉ DE RÉDACTION

## BONS PLANS

### LA FÊTE DES LOGES

La fête des Loges a lieu chaque année durant l'été à Saint-Germain-en-Laye. C'est une fête foraine où il y a pleins d'activités : des jeux, des manèges et des choses à manger. C'est très joli le soir avec toutes les lumières des manèges. Même si toutes les attractions ne sont pas accessibles aux fauteuils, l'ambiance est agréable. Nous pouvons remporter des peluches et déguster des glaces.

« *Nous y sommes allés deux fois et nous nous sommes bien amusés, c'était super !* » **Angélica**

« *Une sortie conviviale et familiale très sympa que je conseille* » **Alcindo**

Cette année la fête des Loges aura lieu du 28 juin au 18 août au Carrefour des 6 chiens, Route des Loges, à Saint-Germain-en-Laye (78100).

GEM Versailles Yvelines

### CHAUSSURES ORTHOPÉDIQUES

Pour tous ceux et celles qui ont besoin de chaussures orthopédiques, une adresse fantastique : Marie-Pierre Faure chez TRIALOUX. Passionnée par son métier, elle propose un large choix de modèles faits sur mesure et avec les éventuelles adaptations selon le handicap. Elle travaille avec PODARGOS dont voici le site internet <https://www.podargos.fr> Petit plus : tout est made in France !

**79 Rue Boursault, 75017 Paris**  
**Téléphone : 01 46 27 10 86**

ELSA, du GEM Loisirs et Progrès

## LE RETOUR DE LA CHAUSSETTE GRISE

Un mystère étonnant est apparu depuis que les lave-linge sont entrés dans presque tous les foyers du monde : celui des chaussettes qui disparaissent. Des millions de foyers ont été confrontés au problème des chaussettes qui disparaissent au lavage, et se sont retrouvés avec le problème des chaussettes solitaires. Au début du problème de ces dernières, beaucoup ont réagi de la même manière : trouver un contenant où s'accumulaient les chaussettes orphelines dans l'espoir de voir apparaître un jour la chaussette mystérieusement disparue. Hélas, le contenant à orphelines grossissait, sans que nulle orpheline ne trouve sa sœur.

Parmi tous les foyers touchés par cette situation, il en était un qui rencontrait une situation encore plus curieuse : à chaque lavage, une chaussette grise faisait son apparition. On chercha sa sœur dans le contenant des solitaires, sans succès. Et voilà cette pauvre chaussette grise qui repartait dans le lave-linge où elle croisait d'autres chaussettes à qui elle expliquait que dans tous les lave-linge, il existait une voie secrète qui menait au royaume des chaussettes et que c'était par cette voie qu'elles s'évadaient dans le monde entier. Grâce à toutes ces évadées, le royaume des chaussettes a pu voir le jour. Mais qu'était donc ce royaume ? Et où était-il ? S'enquirent les autres chaussettes. Ce royaume se trouvait ailleurs, dans une dimension inconnue de tous. Il était composé de toutes les chaussettes évadées du monde entier, toutes les formes et couleurs y étaient représentées. Son but n'était autre que de prouver qu'il était possible de vivre en harmonie entre chaussettes blanches, noires, rouges, jaunes, épaisses, fines, grandes ou petites. Les chaussettes vivaient ensemble sans jugements d'apparence. Elles se racontaient leurs vies et partageaient ainsi leurs expériences. Grande richesse.

Ce royaume ressemblait au paradis. Alors, pourquoi la chaussette grise revenait-elle sans cesse ? Depuis toujours, elle se demandait pourquoi elle était grise, si différente des autres, avec des couleurs plus marquantes. Elle posa la question à la reine des chaussettes qui lui répondit tout simplement qu'elle était le résultat du mélange des couleurs, qu'elle était donc un peu de toutes les couleurs et la preuve que vivre ensemble était possible malgré les différences. La reine lui confia alors la mission de répandre la bonne nouvelle au-delà de leur royaume, d'être en quelque sorte la messagère auprès des chaussettes qui rêvaient d'un monde meilleur.

ELSA, du GEM Loisirs et Progrès

## SCULPTURE

Après un premier essai qui s'est détruit à la cuisson, j'ai réalisé une deuxième sculpture. Ne sachant pas comment la peindre, je me suis souvenu d'une exposition de Niki de Saint Phalle sur les bords de Seine à Paris et je m'en suis inspiré. Félicité, la personne qui me donne des cours de poterie m'a bien aidé dans cette réalisation.

GUILLAUME, du GEM sur Seine



PHOTO © GUILLAUME

## AU CINÉMA...



PHOTO © GOOGLE

Christophe a vu dernièrement au cinéma les films : "Dune", "Imaginary" (c'est un film d'horreur), "Madame Web" (« Bof », « Mouais », nous dit-il) et "Le Dernier Jaguar".

Christophe a beaucoup apprécié le film "Dune" et attend impatiemment le troisième volet de la série.

GEM Versailles Yvelines

## QUOI DE NEUF AU GEM LA BRIE ? ET SES ALENTOURS ?



PHOTO © GEM LA BRIE

Ci-dessus, une toile dessinée par Richard, Sylvain et Juan.

Depuis la reprise du GEM, nous avons accueilli onze adhérents (anciens et nouveaux). Le GEM la Brie reprend doucement mais sûrement. Nous mettons en place diverses activités comme l'atelier culinaire, du tennis de table, des jeux de société et prochainement un atelier jardinage avec l'association Groupe d'Habitants Solidaires de Savigny-le-Temple. Les adhérents se sentent à l'aise, ils se confient librement, cela leur permet de se changer les idées.



JUAN, FABIEN L, FABIEN M, RICHARD, SYLVAIN ET NAJETTE

PHOTO © GEM LA BRIE

## LE GEM L'ASTROLABE A DÉMÉNAGÉ !

A la suite de nombreuses péripéties au sein de notre ancien local, nous étions en recherche d'un nouveau lieu pouvant nous accueillir. C'est désormais chose faite ! Nous souhaitons vous annoncer que le GEM L'Astrolabe a désormais déménagé au 1 rue Suger à Saint-Denis (93200) dans un bel appartement tout neuf, avec deux balcons et une vue à 180 degrés ! Nous avons même un aperçu sur la Tour Eiffel (bon, un petit morceau, certes...), une vue sur le Théâtre Gérard Philipe et la Basilique de Saint-Denis, et également sur la Défense de l'autre côté. Nous nous trouvons bien au calme dans notre nouveau GEM qui est plus spacieux que le précédent. Nous sommes les seuls au 6<sup>e</sup> étage, ce qui est assez appréciable. Le GEM est accessible depuis différents modes de transports : bus, tramway et RER. Bref, nous ne regrettons pas d'avoir déménagé !

TÉRÉSA, ANTOINE et MAHAMADOU, du GEM L'Astrolabe



PHOTOS © GEM L'ASTROLABE

## QU'EST-CE QU'UN MONDE PARFAIT ?

Un monde parfait est un monde que nous n'avons pas à refaire et où tout irait bien nous dit Alexis, un monde où le péché n'existerait pas et où ce ne serait pas l'anarchie.

En paix, sans guerre, sans violence et discriminations et sans prisons rajoute Roger.

C'est un but à atteindre sachant que le monde parfait n'existe pas. Florent nous dit « Ça me fait penser à mon sujet de Bac (*Si on dit à chacun sa vérité, le mot « vérité » garde-t-il un sens ?*).

Esseba nous parle d'un monde sans tensions où on ressent de bonnes sensations.

Pour Roland, un monde parfait est un monde où les salaires seraient plus élevés et surtout où l'amour serait écrit en majuscule et durerait toujours.

Angi nous parle d'un monde calme et tranquille, sans stress et sans jalousie, où les gens ne seraient pas énervés pour rien.

Le groupe termine la discussion sur la chanson de Téléphone « *Je rêvais d'un autre monde* ».

ESSEBA, ROGER, FLORENT, ALEXIS, ANGI et ROLAND du GEM Versailles Yvelines

Un monde parfait est un monde sans violence, sans terreur, sans turbulences. Un monde parfait, c'est un monde rempli d'amour, de paix, qui nous fait sourire chaque jour. Un monde parfait, c'est un monde respectueux, un monde intéressant, un monde où apprendre redevient passionnant. Un monde parfait, c'est un monde sans handicap, sans problèmes de santé, où la différence est une chose acceptée. Un monde parfait, c'est un monde compréhensif, un monde où l'on vit comme au paradis. Un monde parfait, c'est un monde sans mensonges.

DÉBORAH, du GEM LOGIS

Texte extrait du site internet suivant : <https://www.lereveil.info/2017/03/un-monde-parfait.html>

C'est un monde sans soucis, un monde où la paix règne, où la maladie n'existe pas et où l'amour dure toute une vie. Un monde de solidarité, sans guerre.

JUAN, FABIEN M, FABIEN L, SYLVAIN et ANGEL du GEM La Brie

## EN ACROSTICHE...

### L'idéal d'un homme

**M**ême pendant la vie entière  
**O**n joue, on danse, et on chante  
**N**on sans quelques moments de spleen bienvenus  
**D**e toute façon, en tous cas, sans géopolitique  
**E**t nous errons heureux jusqu'à la fin

MARC, du GEM Le Canal

### Impassible

**M**aman  
**O**se  
**N**ager  
**D**ans l'  
**E**stuaire

CLAUDE, du GEM Le Canal

## LES MÉTIERS DU MONDE PARFAIT

- Transporteur de vide
- Voyageur de nulle part
- Policier sans armes du vendredi soir
- Boulanger des pleines formes et des très beaux produits

CLAUDE, du GEM Le Canal

- Videur de bobos
- Ecrivain public des bisounours
- Pêcheur de petits cœurs
- Journaliste des étoiles

MARC, du GEM Le Canal

Je pense qu'un monde parfait ne servirait à rien si nous n'avions rien ou pas d'évènement à souhaiter à ceux que nous aimons ou plus simplement à notre famille, à notre chère mère. Comme c'est un jour qui arrive bientôt, il est important de ne pas le manquer. Il faut souhaiter une bonne fête des mères à sa maman. Dans la famille, ne pas oublier l'indispensable : mes parents qui ont tout fait pour me sauver.

CHLOÉ, du GEM LOGIS

On ne peut pas dire que tout va bien ! Le bruit du canon résonne au loin... Par terre, un gosse s'est fait sauter le caisson, trainée de sang rouge-cerise. On ne peut pas admettre la folie, se dire que c'est ainsi, que c'était ton moment, ton grand départ. Trop jeune pour mourir, très peu de place pour la beauté, une naissance macabre !

VALÉRIE, du GEM LOGIS

La question laisse à penser qu'il (le monde parfait) existerait. Là-dessus, je me permets d'en douter tant il serait parfait (dans tous les sens du terme), les rêves et les désirs n'existeraient pas. Le monde parfait a déjà existé pour nous tous : celui de l'enfance (si tant est que la perfection existe !).

Selon moi, il n'y aurait que la méconnaissance des réalités qui laisserait place à cette supposition.

MYRIAM B. du GEM LOGIS

### Pour la fête des mères

Maman, toi qui m'as donné la vie, élevé et bien éduqué.

Tu donnes beaucoup d'amour tout autour de toi, depuis toujours !!!

Pour moi comme pour tout le monde, tu es comme un ange d'amour et de sagesse !!!

Je te souhaite une bonne fête des mères ! Maman !

GILLES, du GEM LOGIS

## La réponse du GEM des Remparts

Au GEM des Remparts, nous définissons le monde parfait tel que :

- Un monde sans guerre, sans prise de tête et seulement quelques petites discordes. Mais surtout un monde avec une paix éternelle, de bons évènements, des milliers de sourires et de rires, de la bonne musique pour enchanter les journées fades, ce qui nous enverrait des ondes positives.
- Le monde parfait aurait un climat modéré sans ouragan, sans tornade mais seulement du soleil pour réchauffer le cœur du monde entier.
- Dans notre monde, les maladies n'existeraient pas.
- L'idéal du monde parfait serait que chacun se réapproprie les règles de politesse mais aussi de la bienséance pour que toutes les cultures puissent vivre en harmonie, en sérénité.

LÉA, PASCAL, KÉVIN, BENJAMIN et GILBERT du GEM Des Remparts



PHOTO © GEM DES REMPARTS

# UN PEU DE DÉTENTE !

## CHAÎNE DE MOTS

Proposer un mot. Créer une chaîne qui reprend la dernière syllabe sonore du mot du joueur précédent. Former une chaîne aussi longue que possible. Le jeu prend fin quand un joueur est coincé. Il propose un nouveau mot.



Exemple : école - coller - légo - goéland

## CHARADE

Mon premier est une éruclation de la gorge assez désagréable à entendre.  
 Mon deuxième c'est la notion qu'étudie l'esthétique.  
 Mon troisième ce sont des parasites insectoïdes connus qui commence par « t ».  
 Mon tout est très développé au Japon.

Réponse : Robotique

## MOTS FLÉCHÉS

	Sommeil	Antilles	Négation		Thalasso
	↓	↓	↓	↓	↓
Volaille					
→					
Torero				Avoir	
→				↓	
Précieux			Article		
↓			→		
			Chant		
			←	Fleur	
				←	

Mots fléchés conçus par Claude et Marc du GEM Le Canal.

## Réponses

Sommeil : Dodo  
 Antilles : Iles  
 Négation : Ne  
 Thalasso : Eaux  
 Torero : Olé  
 Volaille : Dinde  
 Précieux : Or  
 Article : Au  
 Fleur : Rose  
 Avoir : A  
 Chant : Ode

# Pour infos



Mots en Tête est le **journal de l'Inter GEM.**

Il permet l'expression de chacun des GEM TC/CL franciliens parrainés par l'AFTC Île-de-France / Paris

Retrouvez le journal en ligne sur [www.aftcidfparis.org](http://www.aftcidfparis.org) dans l'onglet « Documentation » ou sur le site du GEM L'Astrolabe [gem-astrolabe.jimdo.com](http://gem-astrolabe.jimdo.com)

## Dans le prochain numéro...

Répondez à [marie.aftc@outlook.fr](mailto:marie.aftc@outlook.fr) ou par courrier à l'AFTC.

## Séjour adapté : rêve ou réalité ?

Vous découvrirez le résultat de vos réponses dans le prochain numéro.

## Comité de rédaction

La prochaine réunion est prévue

**le jeudi 5 septembre en visioconférence**

**Vous pouvez envoyer vos textes et articles pour qu'ils soient publiés dans le journal** par courriel à [marie.aftc@outlook.fr](mailto:marie.aftc@outlook.fr) ou par courrier à l'AFTC Ile-de-France / Paris :

**AFTC IdF / Paris  
Marie Meignen  
80 rue de Paris  
93100 Montreuil**

Imprimé par ANRH Paris 13<sup>ème</sup>

Tiré en 524 exemplaires

Directrice de publication :

**FRANÇOISE FORET**

Responsable de rédaction :

**MARIE MEIGNEN**

## GEM TC / CL IdF

### GEM Loisirs et Progrès

71 rue de Grenelle – 75007 Paris

Tél : 01 45 49 63 79

[contact@loisirsetprogres.org](mailto:contact@loisirsetprogres.org)

### GEM La Boussole

10 rue Erard – 75012 Paris

Tél : 01 53 44 70 35

[laboussolegem@gmail.com](mailto:laboussolegem@gmail.com)

### GEM LOGIS

171 rue Vercingétorix – 75014 Paris

Tél : 01 71 26 56 46 - 06 27 36 27 59

[homegemlogis@gmail.com](mailto:homegemlogis@gmail.com)

### GEM La Brie

10 rue Marceline Leloup

77176 Savigny-le-Temple

Tél : 06 56 82 89 12

[gemlabrie77@gmail.com](mailto:gemlabrie77@gmail.com)

### GEM des Remparts

9 rue Longperrier – 77100 Meaux

Tél : 06 98 19 64 76

[gemdesremparts@gmail.com](mailto:gemdesremparts@gmail.com)

### GEM Versailles Yvelines

24 rue du Maréchal Joffre -78000 Versailles

Tél : 06 80 44 74 99

[animationgvy78@gmail.com](mailto:animationgvy78@gmail.com)

### GEM Le Cap

20 rue Vieille Forge – 92170 Vanves

Tél : 09 53 96 32 00 – 07 67 64 59 99

[infos@gemlecap.com](mailto:infos@gemlecap.com)

### GEM sur Seine

5 allée Jean-Baptiste Lamarck

92000 Nanterre

Tél : 07 69 26 86 25

[contact.gemnanterre@gmail.com](mailto:contact.gemnanterre@gmail.com)

### GEM L'Astrolabe

1 rue Suger – 93200 Saint-Denis

Tél : 09 67 27 51 66 - 06 30 26 55 81

[animastrolabe@gmail.com](mailto:animastrolabe@gmail.com)

### GEM Le Canal

5 avenue Anatole France – 93500 Pantin

Tél : 06 51 50 33 25

[contact.gempantin@gmail.com](mailto:contact.gempantin@gmail.com)

### GEM Les Colibris de Rungis

7 rue Walter Gropius – 94150 Rungis

Tél : 01 82 96 00 35 - 06 49 87 23 24

[gem.colibris@simondecyrene.org](mailto:gem.colibris@simondecyrene.org)

### GEM Chez Godot

62 rue Pierre Brossolette – 95200 Sarcelles

Tél : 07 88 37 48 02

[gem.chezgodot@gmail.com](mailto:gem.chezgodot@gmail.com)

### GEM O'Pluriel

18 boulevard de la Paix – 95800 Cergy

Tél : 06 23 89 36 39

[gem.opluriel@gmail.com](mailto:gem.opluriel@gmail.com)