

# Mille feuilles

Le journal de l'association  
Handi Cap Evasion  
9 rue Paul Bourget - 38100 Grenoble

N°06  
JUIN 97



## Edito

### L'UNITE DANS LE NOMBRE FAIT LE TOUT

$38 + 26 + 69 + 73 + 74 + 05 + 01 = 286$

FAUX c'est = HCE

HCE est la somme de tous les départements de la région Rhône-Alpes, tous affiliés à HCE national.

Tous ne se ressemblent pas  
Mais tous se rassemblent.

De sentiers de montagne en promenade en campagne, jusqu'aux pérégrinations citadines, les balades ne manquent pas de variété, les rencontres non plus.

la famille HCE s'agrandit, dommage nous n'avons pas droit aux allocations familiales (mais peut-être qu'avec une demande de subventions ?... Qui sait ?..).

C'est dans un partage simple et chaleureux que se déroule la vie de famille. Oh, bien sûr, les scènes de ménage ne sont pas exclues, mais qu'importe, puisqu'à leur suite petit à petit nous grandissons dans nos cœurs, notre tête et dans notre envie de faire durer HCE dans son intégralité.

Il est vrai que ce sont les petits ruisseaux qui font les grandes rivières.....

Au fait, à quand une balade sur les sentiers de halage de nos beaux et longs fleuves de France ???...

Rosy



*Coucou, c'est moi ! C'est qui ?  
Le Printemps.*

*Aujourd'hui 23 Avril, j'ai fait un beau voyage en joëlette, une promenade de santé non remboursée par la sécurité sociale. Les feuilles de maladie étaient les feuilles des arbres. La seule prescription était de les regarder.*

*Moi qui vous écris le lendemain, je me sens légère:  
- comme cette feuille de fayard défroissée par le vent.  
- comme ces fleurs de marronniers qui gardent le désert !  
- comme cette chenille accrochée à son fil, qui se balance sous un chêne.  
- comme cet oiseau qui s'amuse, porté par les rafales.  
- comme ce coucou qui nous a suivis une partie de la journée.*



*Mais qu'ai-je donc fait ?*

*J'ai parcouru les bois des Vouillants !!!!*

*" Ne regarde pas la paille qu'il y a dans l'oeil de ton voisin, mais regarde la poutre qu'il y a dans le tien".*

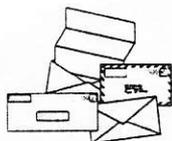
*Cette formule, je l'applique pour cette balade. J'ai vu juste à coté de chez moi, un îlot de verdure qui m'a enchantée et m'a fait rêver.*

*Comme des brigands, nous nous sommes embusqués pour observer Grenoble sans qu'elle nous voit. Nous l'avons admirée du haut de notre falaise, entourée par les sommets enneigés de la chaîne de Belledonne et du massif pittoresque de la Chartreuse.*

*Son bouquet d'ail des ours sous son aile, Babette la chouette était très sereine quand elle a regagné son nid.*



Babette



**Une nouvelle adhérente à HCE**

Bonjour Handi Cap Evasion, je suis heureuse de vous retrouver ce jour car, pendant quelques années je vous ai laissé à l'écart pour m'investir dans l'éducation de mes deux fille Marie-Tjana et Sophie.

Quelque soit votre handicap, qu'il soit mental ou physique, je ne vous ai jamais oubliés. Il restait toujours dans mon coeur une petite place pour vous tous. Grâce à cette heureuse et chaleureuse rencontre de Babette, un jour, j'ai retrouvé au fond de moi-même une étincelle qui a rejailli et m'a donné la main pour venir vous retrouver et partager des instants de Bonheur.

Cat, une nouvelle adhérente à Handicap Evasion à 38.  
A bientôt de vous rencontrer, merci d'avance de la joie et de la satisfaction d'exister que vous allez me procurer.

Cat Picavet

**Chouette, une sortie avec la Savoie !**

J'ai appris qu'une sortie avec HCE 73 était prévue le 19/10/97. Je m'en réjouie car cela va me permettre de revoir d'anciens adhérents d'HCE 38 (avant la création d'HCE 73) grâce auxquels j'ai pu connaître la joëlette (Merci à Sabine, Bernard, Madeleine et Jean-Pierre, qui m'ont donné envie de continuer avec H.C.E).

A ce sujet, une sortie est-elle prévue avec HCE 69 ? Je trouve qu'il est dommage de ne se voir qu'aux A.G.....

Marianne

A mon avis, HCE 38 devrait se joindre à certaines sorties d'autres départements (H.C.E. 69...) pour que la communication puisse s'établir afin d'avoir plus d'échanges entre les différentes H.C.E. départementales et pour éviter qu'elles ne deviennent indépendantes au lieu d'être les unes avec les autres pour n'en former qu'une seule.

Sophie

Il existe depuis peu, et pour l'instant dans le local de l'A.F.M., 19 rue Marquian à Grenoble, un petit groupe qui s'occupe des petites réparations de fauteuils.

2 numéros de téléphone: 04-76-25-29-07  
04-76-40-92-39

**Avis aux amateurs.**

René Richard

*Je voudrais remercier un homme*

*Joyeux*

*Optimiste*



*grâce à lui*

*j'ai découvert le Liberté*

*en parcourant les montagnes*

*Dédié à Joël*

*14 Octobre 1996*

*Il y a un an que j'ai découvert les joies de la montagne grâce à l'invention de Joël Claudel "La Joëlette". Je tiens à le remercier à ma façon en lui dédiant ce poème.*

*Sophie*

**PERMANENCES**

Quoi ! Encore un topo sur les permanences ! Hé oui. Devant certaines questions que l'on m'a posé, il me semble nécessaire de faire à nouveau le point sur les permanences.

Question: *Les permanences sont-elles réservées aux nouveaux adhérents ?*

Les permanences sont ouvertes à tout le monde, futures, nouveaux et "anciens" adhérents.

Question: *Les permanences, à quoi ça sert ?*

Les permanences sont l'occasion de nous retrouver en dehors des ballades, de faire le point sur les sorties (et donc de connaître votre opinion), mais aussi de proposer vos idées et de faire part de vos envies. Toutes les permanences sont très conviviales: nous nous réunissons presque à coup sûr autour d'un apéro. C'est l'occasion de mieux nous connaître.

Question: *Comment se rendre aux permanences si on n'a pas de moyen de transport ?*

Parlez en à Babette. Il y a toujours une solution !

Les permanences M.J.C. Fontaine s'arrêtent en Juillet mais reprendront en Septembre.

Marianne

Je possède un MacIntosh LC 475; je recherche un anti-virus, un économiseur d'écran et un logiciel qui me permettrait de lire mes textes sur PC.

Je récupère aussi tous sortes de livres: roman, dico etc.. afin d'aider une personne qui monte une bibliothèque à l'étranger au Vénézuéla.

Téléphoner à Sophie Tourne: 04.76.29.09.53 entre 10h 30 et 12h sinon laissez votre message avec vos coordonnées et je vous rappellerai. Merci.

PROMENADE DU 23 MARS 1997

*Après avoir goûté aux promenades en montagne, aux repas tirés du sac avec le ciel comme plafond et le soleil comme lampadaire, on a un a priori pas forcément favorable à l'annonce d'une promenade dans les rues de Lyon, et puis on se dit que le principal est de sortir de chez soi, de changer d'air en quelque sorte.*

*Lorsque devant chez Babette, on retrouve en même temps l'atmosphère des sorties entre copains et l'on oublie déjà qu'on va se retrouver en pleine ville dans une heure. Et sur le parking de Lyon, nous n'entendons même plus le vacarme des voitures qui nous entourent, occupés que nous sommes à monter les joëlettes. Une fois encore la magie a opéré, l'évasion peut commencer. C'était notre première sortie de l'année, ce fut une réussite.*



*Tout a débuté par ce long parcours sur les quais fréquentés par des coureurs à pied, des cyclistes et de simples promeneurs qui venaient là, goûter au bord de l'eau le calme dominical. et puis, la traversée de la place Bellecour avec un petit bonjour à Louis IV qui n'avait jamais vu un tel équipage, et nous nous retrouvions prêts à "monter à l'assaut (de façon bien pacifique) de la basilique de Fourvière". A peine étions nous arrivés, que des petits prévoyants ou gourmands peut-être, faisaient circuler de petits biscuits sans lesquels nous n'aurions pas pu rentrer. il était alors treize heures, et grand temps de rejoindre les voitures. A mi-chemin, l'équipage de Franceline a voulu défier les lois de l'équilibre et la pauvre s'est retrouvée au sol, entourée de quelques badauds curieux mais inutiles et inefficaces. Elle s'en est tirée avec une belle frayeur mais sans bobo et c'est tant mieux. Après cet accident spectaculaire mais pas tragique, nous avons repris le chemin du retour, et, sur le parking, nous avons retrouvé intact notre matériel (qui parle de ville mal famée ?). Le démontage et le rangement du matériel s'est fait avec la participation de tous les valides qui pour la plupart découvraient cette étape des balades en joëlette. Ensuite, nous n'avons eu plus qu'à suivre Sylviane qui a bien cherché, en vain, à nous perdre, et nous nous sommes tous retrouvés chez elle et son mari, invités à goûter aux spécialités lyonnaises.*



*Que dire du repas sinon que tout était délicieux et très copieux. Chacun s'est régalé, sauf la pauvre Franceline qui probablement suite à un refroidissement a été très malade au milieu du repas. L'ambiance quant à elle ne pouvait pas être autrement que ce qu'elle fut car nous avions eu le temps de faire connaissance. Il n'y eut pas de clan comme cela arrive quelquefois et ce fut très bien (génial comme on dit parfois). Quant à nos hôtes, nous n'avons pas de conseil à leur donner pour la qualité de l'accueil. J'admire ces gens qui n'hésitent pas à faire à manger pour autant de monde et de plus à avoir encore assez d'énergie pour assurer une qualité d'accueil remarquable. Ce que je dis est peut-être banal, mais je garde de cette journée un souvenir inoubliable sans oublier Christiane et les deux petites jeunes filles, Claire et Martine, avec lesquelles je me suis beaucoup amusé en faisant la vaisselle. Je ne les reverrai sans doute jamais, mais je garderai un très bon souvenir de leur joie de vivre.*



*Voici quelle réaction on peut avoir à la suite d'une promenade sans prétention, car enfin ce qui fait une bonne sortie, ce n'est pas seulement le temps qu'il fait ni le but de la balade mais bien l'amitié qui peut naître en cette circonstance et qui est à l'origine de la qualité de la journée.*



LE SCAPHANDRE ET LE PAPILLON

Jean-Dominique Bauby

*Spectatrice intermittente de l'émission de Bernard Pivot "Bouillon de culture" sur France 2, j'ai assisté, en février, à une émission consacrée à la présentation au livre de Jean-Dominique Bauby "le scaphandre et la papillon".*

*Ancien rédacteur en chef de "Elle", Jean-Dominique Bauby, à la suite d'un accident vasculaire, survenu le 8 décembre 1995, a perdu toutes ses fonctions physiques. Il s'est retrouvé enfermé dans un "scaphandre". Seuls vestiges de sa vie antérieure, restés utilisables, son oeil et sa paupière gauches, qui lui ont permis de rétablir la communication avec le monde extérieur, et de laisser s'échapper les "papillons" qui meublent sa vie intérieure restée intacte. A l'aide d'un alphabet aménagé, qui lui était relu sans cesse, et dans lequel il retenait la lettre choisie, par un clignement de la paupière, il a écrit, avec l'aide de Claude Mendibil, ce livre de 137 pages, qui était présenté ce soir-là, en l'absence de son auteur, par un film de Jean-Jacques Beinex, tourné à l'hôpital de Berck où il vivait à l'époque. Il est décédé le 9 mars 1997, à Paris, où il était venu pour la présentation de son livre.*

*Ce livre ? Ce sont des tranches de vie, vécues ou inscrites dans le souvenir. Il y exprime la difficulté à vivre totalement dépendant, à la merci d'un personnel hospitalier qui "[lui a] tordu les bras en [le] mettant dans un fauteuil, oublié toute une nuit devant la télé, abandonné dans une posture douloureuse malgré [ses] dénégations"; la difficulté à affronter sa nouvelle image, le regard des autres. Même la relation avec les proches peut devenir douloureuse; avoir perdu "le simple droit de passer la main dans [les] cheveux drus" de son fils, "de l'éteindre à l'en étouffer son petit corps lisse et tiède" lui tire les larmes des yeux.*

*Et malgré la vacuité des dimanches, où aucune activité, ni "kiné", ni "orthophoniste", ni "psy" ne vient rompre la monotonie des journées, la période des vacances, où les visites des "amis, femmes, enfants" n'apportent plus quelque diversion, malgré tout cela, il garde une aptitude à vivre étonnante.*

*Les infirmiers et aides-soignants qui le "terrifiaient" ou qu'il "haïssait", qu'il "aurait tués", sont devenus "des familiers qui s'acquittent tant bien que mal de leur délicate mission: redresser un peu nos croix lorsqu'elles nous meurtrissent trop les épaules". il fait taire par des envois de lettres collectives, et par ce livre ceux qui le disent "transformé en légume". Il goûte des plaisirs simples, allant de la lecture à la promenade, de la réception du courrier au déplacement pour aller humer l'odeur des frites (il est nourri par une sonde gastrique). Et il reste capable d'un humour qui fait sourire, ou qui reste intérieur, la lenteur de la communication faisant perdre le sel du bon mot.*

*J'ai toujours été subjuguée par les personnes plus lourdement handicapées que moi, qui ont une faculté à vivre bien supérieure à la mienne. Alors là, je suis émerveillée.*

Marie-Chantal Richard