

Gem Cap@cités

Le Groupetto n°20

Janvier 2022



SOMMAIRE

- Page 3 Editorial
- Pages 4/5/6/7 Le printemps des poètes
- Page 8 Atelier Couture et Créations
- Page 9 Et si on rigolait?
- Pages 10/11/12/13/14/15 Atelier Poterie
- Page 16 la vie du Gem Cap@cités
- Pages 17/18/19 la rubrique des sports
- Pages 20/21 la rubrique des animaux : Le dauphin
- Page Atelier Bricolage
- Page 23 AG du Gem Cap@cités
- Page 23 rencontre avec le Gem Microsillons
- Pages 24/25/26/27 Présentation du projet Gem Le Canal

EDITORIAL

Les belles couleurs que la nature nous offre en automne s'estompent peu à peu pour laisser la place aux premiers frimas ; on s'attarde moins pour boire un café ou discuter sous la belle pergola réalisée en fin d'été dans le jardin du GEM. La fin de l'été et la période automnale ont été riches en rencontres et en événements plus ou moins agréables voire franchement pénibles !

Ainsi ce virus qui ne nous lâche pas et revient en force après nous avoir fait croire à une sortie définitive ; il nous prive depuis maintenant plusieurs mois de la présence de plusieurs adhérents. Ainsi ce départ inattendu de Mario l'animateur qui perturbe quelque peu le fonctionnement du GEM et rend nécessaire l'embauche d'un nouvel animateur ou animatrice.

Autant d'inquiétudes et d'incertitudes difficiles à vivre mais qui n'ont pas trop altéré la reprise des activités dès la fin des vacances d'été ni la mise en route de nouveaux projets et rencontres!

Vous trouverez dans ce numéro 20 du Groupetto des informations, des textes et des photos sur ces événements ponctuels ou sur les ateliers hebdomadaires qui composent le quotidien de celles et ceux qui participent à la vie du GEM Capacités. Entre autres une rencontre avec le GEM Mirosillon et le GEM 32 pour la préparation de GEM le Canal au printemps prochain, etc...

Comme à l'accoutumée les écrits, comptes rendus et photos de Christophe.N. Nous informent à la fois sur la vie de l'atelier arts plastiques mais aussi sur son intérêt pour le foot et quelques autres sports. Quant à Hugo et Quentin ils nous offrent quelques beaux textes et poèmes qu'ils ont composés, merci à eux !

Nous rappelons toutefois que notre journal ne peut se satisfaire de la seule contribution de 2 ou 3 adhérents et nous faisons appel pour que la participation et les écrits d'autres adhérents viennent étoffer et enrichir la "fabrication" du journal. Nous vous donnons rendez-vous en 2022 !

Joyeuses fêtes de fin d'année

Le printemps des poètes

*Tu es toi
Toi tu es
La seule personne dont je n'ai pas de rancœur
Mon cœur bat encore pour toi qu'il pense à toi
Le monde pourrait t'oublier mais mon esprit envers toi
sera éternel
Que par vent et marée je resterai à tes côtés même
dans les pires moments
Comme les facettes d'une pièce j'ai de multiples
visages
Toi tu n'as qu'un seul c'est celui d'un cœur rouge
écarlate battant la passion d'un romantisme encore
jamais exploré
Tu as le parfum d'une rose
Le corps d'une déesse
Et quoiqu'il advienne tu seras ma plus belle merveille*

Quentin



... Agonie

Raconter ce qu'est ma vie
C'est Difficile à dire
Ça va plus vite de l'Écrire
Agonie, la souffrance
Est comme un poison
Avec l'antidote tout les mois
Les Barreaux d'une prison
Ou une cage immergée
Au milieu des Requins
Attention, ils ont tous la clé !
Pourquoi moi ?
J' ai mon cœur qui s'est arrêté
A l'heure où je suis né ...
La vie m'a tué
Et j'ai pris perpétuité
30 ans à galérer
Et encore, la réalité est dépassée
Sentiment de culpabilité
Mon âme est écorchée
En une éternelle plaie.
L'agonie, c'est la souffrance
Avant la Mort ?
L'agonie, c'est pour l'enfer un passeport
Certains, on basculé
Dans la fosse, la Mort les a poussés
Alcool, drogue ou pire
C'est la maladie qui les a fait frire
Tout ça pour un jour, quelques rires
Résultat, tout une vie de martyre.
Dans la cage aux lions
Tous dans le même camion
Le fouet est pour le dresseur
Pas pour les fauves, erreur !

VA BENE
29 avril 2021



Jeanne la valeureuse !

Petite par la taille mais grande par le cœur
 Son courage a tant de valeur
 Célèbre par sa bonté
 Héroïne par sa fierté
 Nul ne peut espérer voir pareil personnage
 Brillant même jusqu'aux étoiles
 Son nom signifie pour ses compatriotes
 Force et espoir
 Que l'âme de cette guerrière puisse obtenir
 La gloire revient ce n'est pas Demain que sa légende
 s'éteindra
 Gloire à toi, Ton nom restera à jamais gravé dans nos
 cœurs français



Voguant comme un fantôme

*Voguant comme un fantôme
 Dans les souvenirs les plus lointains tu n'as pu t'éteindre
 Errant dans ce monde entre la vie et la mort
 Le simple fait que les gens murmurent ton nom
 Se teint le linge à ton apparence
 Tel un soupir inachevé tu ne cesses de chercher
 Ce que tu ne pourras point trouver
 Ô pauvre infortunée, que ta vie a été bien injuste
 Nul point je n'ai de mépris, je n'ai à ton égard que de la compassion
 Que par mille actes tu fis, tu éplores la vie ne t'épargne de ses épreuves
 Saches que par vents et marées je viendrai t'apporter ce que l'existence n'a voulu
 t'accorder*

Quentin.G. 10/06/2021



La Folie

Je me lève, j'émerge de mon cauchemar. De mes cauchemars. OUI. Je me suis réveillé plusieurs fois. J'ai encore rêvé de mon père. Des autres. De nids d'araignées dans mes cheveux. Prenez ce médicament, vous dormirez mieux. Le psychiatre a dit que j'étais un traumatisé. Mais moi je sais, je suis un fou. Un fou ça a du mal à marcher de façon naturelle. Ça a des vertiges. Ça fait des grimaces sans s'en rendre compte. Ça dit des mots à la place des autres. Ça a peur au terrasses des cafés. D'ailleurs, ça ne prend pas de café, pour bien dormir. Ou alors un déca. Un fou, ça peut être autonome. Mais seul. Un fou c'est seul. Je suis seul. Je suis seul. C'est ça la folie.

Va Bene

26 août 2021



Feeling

**Tu parcours le ciel plus vite que le vent
 Tu transperces les armures les plus résistantes
 The hearts est ta maison
 Tu possèdes plusieurs visages
 Tu laisses continuellement la même marque
 celle d'un feeling
 Tu es l'essence vitale même d'un man and woman
 Tu peux rassembler comme tu peux diviser
 Tu peux créer comme tu peux détruire
 Que serait le monde sans toi ?
 Une question à laquelle ni toi ni moi n'avons de réponse.**

9/07/2021 Quentin



Atelier Couture et Créations à Image 'In

Notre atelier Couture et Créations du lundi après-midi à la boutique Image 'in c'est transformé en cette fin d'année en concours du pull de Noel le plus MOCHE !!!

Nous nous sommes tous mis sur notre projet personnel qui consistait à rendre notre pull le plus moche possible !!!!

Finalement, ce n'est pas si facile !!!! Après beaucoup d'efforts, nous y sommes arrivés !

Après des jours de préparation, nous avons fait nos votes bien entendu !!! Tous le monde a reçu un prix tout de même car c'est Noel !!!!



Et si on rigolait ?!

Comment appelle-t-on un alligator qui enquête?

Un investi-gator.

Que font les vaches quand elles ferment les yeux ?

Du lait concentré !

Honnêtement, je pense que tu as été un peu trop loin avec la chirurgie plastique !



Un éléphant croise un homme sur une plage nudiste. Après l'avoir détaillé des pieds à la tête, il s'écrit :

- Et c'est avec ça que tu veux manger !

Des nouvelles de l'Atelier Arts Plastiques !



Bonjour à tous les lecteurs pour le journal le Groupetto ; je suis encore content de vous parler de la séance de l'atelier poterie de Luce de ce jeudi 20 mai. Vous savez que la dernière fois Luce avait emporté les nichoirs pour les cuire au four et finalement elle ne les a pas cuits de suite car le four n'était pas encore plein quand elle est venue au GEM pour la séance ; donc nos nichoirs sont dans le four et là il faut attendre 15 jours pour voir le résultat ! Ça va être dur d'attendre.

C'est aussi pour ça que Luce a encore amené de la terre et que nous avons fait de petits carillons pour les vendre ensuite ; tout le monde en a fait beaucoup et ça va être super beau ! Je suis allé chez Florence chercher des fleurs et plein de feuilles d'arbres pour les placer sur les ronds de terre, comme cela Luce nous a dit ça va faire un peu joli après la cuisson au four ! C'est pour ça qu'il fallait bien les faire et après on les a rangés dans un grand carton pour ne pas les casser car c'est très fragile ! Quand ils seront bien secs ils vont passer au four d Luce ; il me tarde de voir le résultat t aussi de le montrer, je pense que vous allez les voir en photos après cet article sur la poterie. C'est dommage ce temps de repos de 15 jours mais ça va passer vite !

Christophe .N. le 22/05/2021





Séance du jeudi 3 juin 2021

Bonjour à tous ces lecteurs qui vont lire la suite des aventures de l'atelier poterie animé par Luce ; je vais vous parler de cette séance du jeudi 3 juin, voilà la suite ça tourne comme au cinéma ! Je voulais parler un peu des autres personnes qui manquent encore beaucoup à l'atelier poterie: mon grand ami Thierry, et aussi Fabrice, Henri, Christelle, Serge et aussi Christophe A.. Là nous sommes déjà 5 avec Florence, Céline, Michel, Steeven et moi Christophe. La dernière séance était super bien et pour la première fois de la saison Luce nous a dit que l'on pouvait faire l'atelier dehors, il faisait super beau et on s'est installés sur la grande table en bois du GEM et aussi nous avons pu enlever nos masques, cela fait du bien mais nous avons fait attention aux gestes barrières du Covid 19 ;

Luce nous a ramené tout ce qu'elle avait fait cuire au four à Pessan et nous avons pu revoir nos nichoirs et nos cloches qui sont bien ressortis avec de belles couleurs. Les nichoirs ne sont pas encore finis et nous avons mis des couleurs pour que ça soit beau il faut encore les faire cuire à nouveau à haute température. Je pense qu'ils vont être super beaux, les cloches et les petits carillons sont aussi super beaux et on a mis de super couleurs. Quand Luce aura finir de les cuire cela va être très beau, nous verrons ce que ça donne la prochaine fois car toutes les pièces sont reparties pour une nouvelle cuisson au four à Pessan. Il va falloir attendre encore 15 jours pour les revoir, c'est dommage !!vous le verrez, il y a aura des photos super belles...à suivre dans 15 jours....



Atelier Arts Plastiques Suite !

Séance du jeudi 17 juin 2021

Bonjour à tous, je vais vous parler de l'atelier poterie de ce jeudi 17 juin et vous dire que c'est le dernier article que j'écris avant cette grande trêve de l'été. Nous étions super contents que Luce soit venue manger avec nous au GEM ce midi ; il faisait un grand soleil pour que l'atelier poterie ait lieu dehors.

Luce nous a ramené les cloches et les nichoirs, c'est super bien fait!!

Les couleurs que nous avons mises sur les cloches sont bien sorties ; Luce va faire une autre cuisson pour nos nichoirs ; moi j'ai remis un peu de couleur pour qu'ils soient beaux. Comme toujours j'ai fait de belles photos pour les faire voir ; lors de la dernière séance on va monde ?? les petits nichoirs pour les vendre. Et oui dans 15 jours c'est la dernière séance , dommage !! je vous dit au prochain article de cette saison du Covid.

Christophe.N. Le 19/06/2021



Atelier poterie séance du 8 juillet 2021 (dernière séance de l'atelier avant l'été)

Bonjour aux lecteurs du Groupetto qui vont lire ce dernier article de la saison 2020/2021 qui avait été arrêtée à cause du Covid19. Cette dernière séance était le jeudi 8 juillet 2021 ; Luce est venue le matin pour finir les cloches que nous n'avions pas terminées le jeudi dernier à Pessan. Elles sont très bien faites vous allez les voir en photos ; au GEM Capacités, ils ont un bon photographe qui a une jolie tablette.

Encore un super merci à Luce pour cette saison passée avec nous au cours de laquelle nous avons pu faire beaucoup d'objets en terre ; c'est un peu dommage que Luce n'ait pu venir qu'un jeudi sur deux cette année ; peut-être que l'année prochaine elle pourra venir tous les jeudis,

ce serait bien pour les membres du groupe.

Petite pensée pour les personnes qui, à cause du Covid, ont été absentes cette année et que nous espérons retrouver dès la rentrée de septembre 2021, Henri, Thierry, Christelle et Fabrice ; j'espère que l'on pourra revoir ces personnes qui manquent beaucoup au groupe !

Cela va être super dur de passer 2 mois sans l'atelier poterie animé par Luce, et pour moi ça va être aussi très difficile de ne pas écrire d'article sur l'atelier mais je ferai peut-être quelques articles sur le sport.

Bonnes vacances à tout le monde !

Christophe.N. Le 08/07/2021



Le grand retour de l'atelier poterie de Luce pour la saison 2021/2022

Je vous écris cet article de l'atelier poterie de Luce ; c'était la reprise ce jeudi 16 septembre 2021 je le fais ce jeudi soir parce qu'il y avait le retour de Christelle, Fabrice et Thierry que l'on n'avait plus revus depuis le début de la Covid 19. Luce était super contente de les revoir de plus nous avons fait atelier sur la grande table à l'extérieur ! Michel et moi nous sommes allés chercher les nichoirs et les cloches pour les montrer aux autres qui n'étaient pas là . Au cours de cette séance on a fini nos carillons que nous avons laissés de côté et on les a tous finis ; ça va faire super beau !

Est ce que ça faisait du bien que tout le groupe soit revenu !! Luce était super contente de nous revoir après ces bonnes vacances ; nous avons pu parler des choses à faire cette saison, il va y avoir des surprises ! Je ne vous dis pas tout, la suite au prochain épisode...

Christophe N. 16/09/21



Atelier poterie séance du jeudi 23/09/21

Bonjour à toutes les personnes qui vont lire cet article sur l'atelier poterie de Luce pour le journal du GEM Capacités le Groupetto ; j'adore parler de cet atelier de Luce du jeudi après-midi. Je vais vous parler de cette séance du jeudi 23 septembre qui était super bien ! Nous avons un peu changé de projet et nous n'avons pas fait de la terre mais Luce nous a proposé de faire du dessin et nous a montré comment il fallait faire, c'était super bien ; moi je disais pour rigoler avec le groupe qu'il fallait écouter la maîtresse et elle disait je ne suis pas là pour ça. Pour commencer il fallait prendre une feuille de papier et la plier en deux ; Luce nous montrait ce qu'il fallait faire et tout le monde était concentré, on entendait les mouches voler !

Si vous voulez à la prochaine séance je ferai quelques photos pour vous montrer ce qu'on veut faire ; c'est toujours la surprise et oui mais il va y avoir une pause de 15 jours car jeudi prochain il y a l'assemblée générale de l'association. Ça va être dur pour moi de ne pas écrire pendant 2 semaines

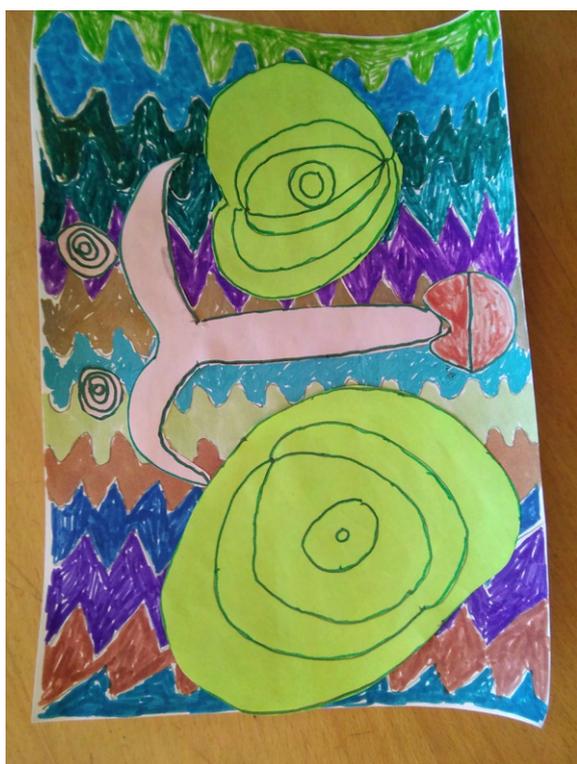
Je vous donne rendez vous le 7 octobre 2021 pour voir la suite.

Christophe N. le 26/09/21

Atelier poterie du jeudi 21 octobre 2021

Bonjour à tous les lecteurs du journal le Groupetto ; ça me fait du bien d'écrire à nouveau car c'était dur sans écrire sur ce bel atelier poterie de Luce du jeudi après midi. Je vais vous parler de cette séance du jeudi 21 octobre ; lors de la dernière séance Luce nous avait donné une liste pour amener plein de choses pour fabriquer des objets pour Noël ; il fallait chercher chez nous ce qu'elle avait marqué sur la liste et c'est Fabrice qui avait amené tout et Luce a amené aussi son matériel que nous n'avions pas au GEM. Elle nous a expliqué ce qu'il fallait faire c'était bien et on était dehors car on allait faire un peu de bruit ; tout le monde a mis la main à la pâte : moi j'ai pesé le papier toilette sur la balance et il fallait que l'on fasse de la terre en papier ! Il fallait beaucoup de papier journal ; Luce avait ramené un pot de porcelaine il fallait rajouter de l'eau ; moi je me suis occupé de mixer le papier toilette je le faisais doucement quand j'ai eu fini il fallait enlever l'eau et passer le reste au chinois pour essorer toute l'eau et tout renverser dans la pâte en porcelaine et pendant tout ce temps on a monté nos pièces avec tout ce que Fabrice et Luce avaient ramené ; je me suis occupé un peu de mélanger avec la machine à mixer c'était super bien ; quand tout le monde avait fini les objets il fallait tremper dans le seau de terre en papier et recommencer 3 fois si on a le temps ! Nous les avons bien caché au garage pour la prochaine fois qui sera le 18 novembre car le 11/11 c'est férié ; ça va être dur d'attendre !.

Christophe.N. Le 21/10/2021

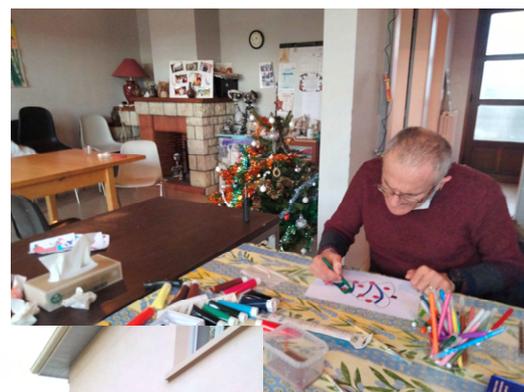


LA Vie Au Gem CaP@CitEs !!!

Nous avons repris depuis plusieurs un rythme « normal » au Gem Cap@cités ! Nous avons notre atelier « Couture et Créations » tous les lundis après-midi à la boutique Image 'In. Cet atelier est animé par Olivia et Marie-Pierre. Nous sommes beaucoup à participer à cet atelier !!!! Il y a notamment des jeunes de L'Ime de la Convention, des moins jeunes de Cap@cités et de la Villa Castel St Louis. Il y a une très bonne ambiance, nous passons d'agréables moments et nous réalisons des chouettes créations !!!! Ensuite, toute la semaine du Mardi au Vendredi , nous mangeons tous ensemble le midi, cela fait des grandes attablées !!! Le jeudi matin, nous avons notre atelier « Ecriture » où certains font de l'apprentissage d'écriture et d'autres écrivent des articles pour notre journal avec l'aide de Marc. Le jeudi après-midi, nous avons notre atelier « Poterie » avec Luce, nous sommes très contents de la retrouver et de faire des choses magnifiques ! Le vendredi , c'est Sport!!! Bon on ne fait pas de sport extrême heureusement mais un peu de Gym et de renforcement musculaire avec Adeline , l'éducatrice du Sport Adapté. Puis quand nous n'avons pas d'atelier ou de sortie de prévu, on joue à la belote, à la pétanque, on dessine, on fait de la peinture, on discute autour d'un café, on mange les bonnes crêpes que Marc nous fait !!! Nous nous ennuyons pas; il y a toujours quelque chose à faire et puis maintenant nous pouvons profiter de notre belle pergola !!! Encore merci à l'artisan qui nous a réalisé une pergola aussi superbe ! Ils nous tardent tout de même les beaux jours mais en attendant nous préparons le repas de Noel du Gem, en espérant que tout se passera pour le mieux , on vous racontera !!!!



N'hésitez à venir nous rencontrer et partager des moments avec nous !



La RuBriQue Des SpOrts !

Jeux Olympiques de TOKYO 2021

Finale basket hommes

Je dis un grand bravo encore à cette équipe de France de basket ; c'est dommage qu'elle ait perdu d'autant plus que l'on avait battu les USA en poule. L'équipe de France s'est inclinée face aux USA samedi en finale des jeux olympiques de Tokyo et elle est passée très proche de la médaille d'or ; les bleus y ont cru jusqu'au bout ! vice champions d'Europe l'équipe est frustrée après la défaite contre les Etats Unis (87/82) mais elle apprécie cette médaille d'argent et encore bravo à cette belle équipe de France !! rendez vous à Paris pour les JO de 2024.



Equipe de France féminine, match contre la Serbie pour la Médaille de bronze

Bonjour aux personnes qui vont lire cet article sur le basket des JO 2021 ; je parle un peu de basket parce que j'aime beaucoup ce sport.

La tête dans les étoiles

JO 2021, Basket 3ème place pour la médaille de bronze après la défaite de la demie finale contre le Japon. Les joueuses étaient très déçues d'avoir perdu et elles ont eu peu de temps pour retrouver leurs esprits et se préparer pour ce dernier match.

Finalement l'équipe de France a su se relever pour décrocher la médaille de bronze en battant nettement la Serbie(91-76).

Cette victoire offre à l'équipe de France féminine sa 2ème médaille olympique de son histoire ! Moi je leur dit un grand bravo, c'est dommage de ne pas avoir obtenu la médaille d'or !

Christophe.N. Le 8/08/2021

Du FOOT...du FOOT...encore du FOOT...

Ligue des champions, tirage au sort du PSG

L'heure des retrouvailles ; le tirage au sort a placé dans le groupe du PSG Manchester City, le RB Leipzig et le club de Bruges. Celui du PSG pourrait s'appeler le groupe des retrouvailles ! 3 équipes que Paris a affronté dans la compétition lors des deux dernières saisons. Les partenaires de Neymar avaient été éliminés en demi finale (1-2) (0-2) par City la saison dernière, son meilleur ennemi sur la scène européenne. A la recherche d'une première victoire contre City, l'une des 2 premières places qualificatives pour les huitièmes de finale de la C1 devrait donc se jouer entre Manchester city , le PSG et Leipzig.

Moi qui mets mon grain de sel, ils vont faire les stars comme ils ont acheté la plus grande star du monde, Messi, on va voir s'ils soulèveront la coupe en finale de la ligue des champions le 28 mai 2022 pour avoir toujours leur étoile, les pauvres parisiens !!

Christophe.N. 28/08/2021

Le premier match de Messi au PSG

Championnat de France de Ligue 1(4ème journée) Messi, Neymar, Mbappé le trio magique attendu à Reims ! Le PSG devrait aligner au moins une fois son trio de rêve ce soir à Reims, pour les grands débuts de Lionel Messi ! Le retour de Neymar fait de l'ombre aux très attendus premiers pas de Messi pour clore en beauté cette 4ème journée de la Ligue 1 !

L'entraîneur parisien Mauricio Pochettino a répété au club : Mbappé n'est pas à vendre et le champion du monde n'a pas dit à son entraîneur qu'il voulait quitter le PSG pour le Real Madrid.

On va voir ce qu'ils vont faire à la fin du championnat au mois de mai . J'espère qu'ils ne vont pas être champions !!

Tirage de la Ligue Europa 2021/2022

Du lourd pour l'OM ! Marseille est tombé sur le groupe E avec la Lazio de Rome, le Lokomotiv de Moscou et le Galatasaray. Les journalistes disent que ça va être dur qu'ils sortent de ce groupe ! Moi j'espère comme je suis un grand supporter que l'OM va parvenir à sortir de ce groupe ! Christophe.N le 27/08/2021

Jeux paralympiques de Tokyo 2021

400m nage libre. Première médaille pour le toulousain

Le nageur toulousain Ugo Didier, sociétaire du cercle de Cugnaux visait l'or sur le 400m nage libre ; l'australien William Martin était trop fort et le haut et garonnais termine deuxième 1'08s derrière le gagnant, il remporte sa première médaille olympique ; je suis content à 100% de cette médaille car elle vient récompenser beaucoup de travail dit Ugo Didier !

Aujourd'hui le 02 septembre la France a déjà obtenu 43 médailles résultat bien supérieur à celui des derniers jeux paralympiques à Rio.

Christophe.N le 2/09/2021

Ici c'est Messi au PSG

Quand j'ai entendu ce mardi 10 août 2021 au soir que Messi avait signé au PSG pour moi cela va faire une chèvre de plus dans l'équipe parisienne ! C'est peut-être pour ça qu'il est allé au PSG pour leur faire gagner la Ligue des Champions : les parisiens sont très jaloux de Marseille qui a déjà gagné la coupe ; c'est pour ça que Messi a signé pour 3 ans ! Ce ne sera jamais moi qui achèterai le maillot de Messi avec son numéro 30 ; ils vont faire les stars de cinéma en achetant le sextuple ballon d'or de l'histoire du foot. Il pouvait signer dans un autre club mais je pense qu'il voulait retrouver son ami Neymar car ils avaient joué tous les deux à Barcelone. Messi est venu libre au PSG.

Pour moi je vous dis que je resterai encore un grand supporter de mon équipe de cœur de Marseille ! Vive l'OM !!

Christophe.N. Le 10 août 2021



« Dauphin »

« Dauphin » désigne en français de nombreux cétacés à dents (odontocètes) de moins de cinq mètres généralement dotés d'un rostre long même si l'espèce la plus familière de dauphins, celle que l'on trouve en majorité dans les delphinariums, est le grand dauphin, dont le nom signifie en latin « à nez tronqué ». Les espèces concernées sont :

- plusieurs espèces de la famille des Delphinidés qui inclut aussi les orques ;
- les Delphinoïdes et les dauphins d'eau douce vivant dans les fleuves d'Asie ou d'Amérique du Sud.

Sous le terme dauphin, on regroupe beaucoup d'espèces très différentes. Aussi bien au niveau comportemental qu'au niveau physique aussi les généralités propres à tous les dauphins sont communes à tous les odontocètes, appelés « dauphins » ou non.

Certains cétacés sont parfois appelés incorrectement « dauphins » par exemple ceux avec un rostre court ou à peine existant tels que le narval et le béluga, deux animaux plus grands que les dauphins classiques, mais surtout les marsouins qui sont, eux, beaucoup plus petits.

Comme les baleines et les autres cétacés, les ancêtres des dauphins ont perdu leurs pattes arrières, il y a environ 35 millions d'années. Au début de la gestation, l'embryon dauphin a quatre pattes qui se développent puis les pattes arrières se rétractent et disparaissent.

Comme les autres cétacés, leur front bombé contient le « melon », une cavité remplie de diverticules du système respiratoire qui communiquent entre eux par des valves. C'est en envoyant de l'air d'un diverticule à l'autre qu'ils émettent des sons. Pour repérer leurs proies, les dauphins utilisent leur sonar. Ils dirigent les sons qu'ils émettent dans la direction de leurs futures victimes, le son ricoche et revient avec un son modifié jusqu'à l'oreille du dauphin.

Le dauphin se propulse hors de l'eau grâce à sa nageoire caudale.

Généralement, les dauphins chassent en groupes serrés. On parle de coopération. Ils peuvent vivre en moyenne une quarantaine d'années. Lorsqu'un dauphin marin repère un banc de poissons, il avertit le reste du groupe qui se rapproche alors jusqu'à encercler les proies tout en les contraignant à se rassembler vers la surface. Une fois les poissons pris au piège et affolés, les dauphins n'ont plus qu'à traverser le banc l'un après l'autre en ouvrant une large gueule. On sait aussi que certains dauphins poursuivent les bancs de sardines jusqu'à les faire échouer sur le sable pour les attraper ensuite en s'échouant eux-mêmes à demi. Dans quelques cas, les dauphins peuvent s'associer aux thons et même aux requins pour des séances de chasse commune. Le dauphin a une excellente vision et possède également un sonar.

Chez les dauphins, la gestation dure 12 mois. Pour mettre bas, la femelle effectue des flexions de sa nageoire caudale puis s'étire au maximum. Le petit dauphin sort la nageoire caudale en premier. Un dauphin est sexuellement mature entre 5 et 7 ans pour les femelles et vers 10–12 ans

pour les mâles. La sexualité de certaines espèces de dauphins est, comme pour d'autres espèces évoluées tels les bonobos, en relation avec leurs interactions sociales ; ils peuvent en particulier manifester des comportements bisexuels.

Les dauphins doivent respirer y compris pendant leur sommeil, ils ont donc une activité minimale leur permettant de rester à la surface, telle que tourner en rond par exemple. Comme tous les cétacés, ils pratiquent donc un sommeil uni hémisphérique. Les jeunes dauphins doivent apprendre à nager en surface durant leur sommeil, les femelles doivent veiller pour que leurs petits ne se noient pas.

Examinant des dauphins dans l'objectif de concevoir des missiles plus efficaces, l'armée américaine s'aperçoit que ces animaux peuvent être apprivoisés à des fins militaires et lance en 1960 le Programme de mammifères marins de l'U.S. Navy (U.S. Navy Marine Mammal Program, NMMP), basé à San Diego³⁴. Ce programme concerne également l'emploi de l'otarie de Californie[réf. nécessaire]. L'armée américaine a déployé ses dauphins lors d'un combat de la guerre du Vietnam, pendant la guerre Iran-Irak et à l'occasion de la Convention nationale républicaine de 1996 à San Diego³⁴. Le programme compte, en 2016, 85 grands dauphins, contre plus de 150 dauphins et bélugas entraînés et près de 50 lions de mer en 1995³⁴. Elle se sert des dauphins pour trouver des mines sous-marines et repérer la présence de plongeurs ennemis, la qualité de leur sonar dépassant amplement celle des sonars fabriqués par l'Homme³⁴. Si les États-Unis ont toujours démenti entraîner des dauphins à tuer, certains anciens dresseurs de la Marine ont affirmé le contraire³⁴. Avant d'apprivoiser le dauphin, l'armée américaine avait utilisé des orques, des baleines blanches et des bélugas, qui s'avèrent moins précis³⁴. Des activistes des droits des animaux ont intenté un procès en 1989 à la Marine pour avoir fait travailler des dauphins, habitués aux courants chauds, dans une eau quasi gelée à Puget Sound, causant ainsi la mort d'un des cétacés. La Marine a réglé le litige à l'amiable en s'engageant à suspendre le projet et à ne plus capturer de dauphins sauvages³⁴. Le programme de mammifères marins de l'U.S. Navy a été supprimé en 2017³⁵.

Après avoir espionné l'armée américaine, l'Union soviétique a lancé en 1965 un programme de formation de mammifères aquatiques, dont des dauphins pour des missions de combat à partir de 1973^{34,36}. D'après un colonel retraité de l'armée soviétique, celle-ci utilisait des dauphins pour accomplir des missions telles que détecter des sous-marins, repérer des mines ou encore protéger des bateaux et des ports. La marine soviétique avait 70 grands dauphins. Le centre d'entraînement basé en Crimée a par la suite été géré par la marine ukrainienne, lequel disposait d'environ 25 dauphins en 2000³⁷, puis a été récupéré par la Russie lors de l'annexion de la Crimée en mars 2014³⁸. En mars 2016, le gouvernement russe a annoncé qu'il cherchait à acquérir cinq dauphins de combat.



Article fourni par Christelle

Atelier Bricolage

Depuis Avril 2021, nous participons à un atelier « Bricolage » une fois par mois le jeudi matin avec l'ASDV (Association des Sentiers De Villeneuve), l'Ime de la Convention et l'Itep de Monferran Saves. Nos ateliers se font par rotation une fois à la ferme de Marminos, puis l'Ime de la Convention et bien sûr au Gem Cap@cités !!! Il y a une super ambiance, on créait des choses supers et on rigole beaucoup. L'atelier a été mis entre parenthèses pendant les vacances d'été mais nous avons repris dès Septembre !!!! Voici quelques photos de notre atelier où nous avons réalisé des hôtels à insectes, du vinaigre de sureau et des sacs en toile !



Assemblée générale du GEM CAPACITES

Bonjour à tous les lecteurs du journal du GEM le Groupetto. ; je vais vous parler un peu de l'assemblée générale du GEM qui s'est passée le jeudi 30 septembre 2021 après-midi. La présidente du GEM a pris la parole et toutes les personnes qui étaient présentes à cette assemblée générale se sont présentées pour dire qui elles étaient et nous avons parlé de ce qui s'est passé au cours de ces 2 dernières années quand il n'y avait pas ce confinement ! Le GEM a été fermé et on n'a pu re ouvrir qu'à la fin du mois de mai 2020. Par la suite on a pu reprendre un peu mais c'était dur car on ne pouvait être que 6 personnes en même temps dans les locaux.

Là cela va mieux et presque tout le monde est revenu et ça fait un peu de bien pour le GEM ; on réélu un nouveau bureau et un nouveau conseil d'administration : j'en fais partie et j'ai été élu vice-président du GEM Capacités ; je suis très content d'occuper cette place et cela me fait penser à mon super ami Anthony qui est parti à Toulouse et qui est président de l'association du GEM Microsillons. Quand je lui ai annoncé cette nouvelle il était super content.

Christophe.N. Le 07/10/2021

Rencontre avec le GEM MICROSILLONS

Bonjour à tous ceux qui vont lire cet article sur la visite des personnes du GEM Microsillons de Toulouse au GEM Capacités à Auch. Ils sont venus le mercredi 10 novembre 2021 pour nous parler de leur projet GEM le Canal ; il y avait aussi ce jour là le GEM32 de l'hôpital d'Auch. Moi comme je suis le vice-président du GEM Capacités, je leur ai fait visiter notre maison qu'ils ont trouvée super belle et ils sont restés manger avec nous ; ils n'étaient que 3 à être venus ; c'était super dommage car il n'y avait pas mon super grand ami Anthony qui est devenu président du GEM microsillons. Avant de partir à Toulouse il était un adhérent du GEM du GEM Capacités ; c'est comme ça que l'on s'est connus ! Je me rappelle des super bons moments que l'on a passés tous les deux, il n'aimait pas la campagne parce que le dimanche il n'y a rien à faire et après on est restés en contact tous le deux par téléphone et on se raconte les bons moments que nous avons passés tous les deux au GEM Capacités. Je lui en ai fait voir avec nos jeux de cartes, le Uno et surtout sa radio Classique. Il n'était pas venu à cette dernière rencontre car il travaillait, c'est dommage ! Il restera toujours mon ami de cœur !

Christophe. Le 10/11/2021

PRÉSENTATION DU PROJET GEM LE CANAL

Ce projet particulier s'adresse aux adhérents des différents GEM de la région Occitanie dans une valorisation des diverses actions, pratiques et productions réalisées dans les différents GEM d'Occitanie. Ce projet s'adresse aussi au grand public avec l'objectif d'une sensibilisation aux problématiques inhérentes au handicap psychique. Les personnes souffrant de handicap psychique (à ne pas confondre avec le handicap mental) subissent en plus de leur handicap, une forme de stigmatisation du fait d'une méconnaissance du handicap psychique qui renforce l'exclusion sociale de ces personnes. Le discours médiatique dominant sur le handicap psychique favorise cette méconnaissance par une vision sécuritaire bien éloignée des données scientifiques sur la réalité des situations des personnes en situation de handicap psychique. Une grande majorité des personnes fréquentant les GEM sont dans des situations d'isolement qui tendent à leur dénier le statut de citoyen participant de la vie de la cité. Il nous semble que l'inclusion sociale passe par une inscription, une appropriation et un sentiment d'appartenance au territoire dans lequel on vit. C'est pourquoi ce projet souhaite, à sa modeste hauteur, participer d'une identité tolérante et bienveillante de notre région envers les personnes isolées de la société du fait de leur handicap psychique et d'effets de stigmatisation excluants. Ce projet souhaite aussi accompagner une volonté de mise en réseau des GEM régionaux, afin de renforcer leur visibilité, leurs pouvoirs revendicatifs, et leur capacités d'expertise expérientielle . Le dispositif GEM est né de la LOI n° 2005-102 du 11 février 2005 pour l'égalité des droits et des chances, la participation et la citoyenneté des personnes handicapées Plus d'une décennie après leur ouverture officielle, les GEM évoluent ainsi que leur cadre législatif, un nouveau cahier des charges en 2016 tendant à mettre l'accent sur cette inclusion et la réhabilitation sociale. Ce projet souhaite participer de cette évolution. La participation en responsabilité est une valeur première de Microsillons, où la place des aidants est discutées depuis la gestation associative et tout au long de son histoire. Notre association s'inscrit dans les principes des GEM en terme de participation décisionnaire à la vie et l'administration de l'association des adhérents. L'association s'est dotée de plusieurs instances favorisant la participation de tous les adhérents, à la vie associative et aux prises de décisions : Assemblée Générale, Assemblée Plénière, Conseil d'Administration, Réunions Projets. (précisions dans les statuts). Sans oublier toutes les réunions et ateliers centrés sur la production radio. Ce projet fait suite au projet débuté en 2017 « InterGEM Occitanie sur les ondes » (Organisation de rencontres et de productions radiophoniques auprès des adhérents des GEM de la région Occitanie, au travers d'un tour régional des équipes de reportage de Microsillons.

Diffusions radiophonique et multimédia des productions réalisées.) Ce projet favorise aussi la participation des adhérents des GEM partenaires dans l'élaboration des événements étapes. Ce projet s'inscrit dans les orientations discutées lors de Conseils d'Administrations. L'idée du projet « Cordon Ombilical en Occitanie » est né sur une proposition d'un adhérent de Micro Sillons dans le cadre d'une rencontre avec des GEM de Montpellier (Rabelais et Lesseps) au printemps 2018, puis s'est affiné au fil des rencontres suivantes avec différents GEM au cours de notre tournée. Ensuite tout au long de la saison 2018/2019, ont été effectuées plusieurs réunions (une dizaine à ce jour) dans le cadre de l'association MicroSillons afin d'étudier la faisabilité du projet, préciser et rassembler les diverses envies recueillies à ce jour et d'en évaluer au moins approximativement le coût. Une première phase du projet sera consacré au recueil des envies et des propositions de chaque GEM pour leur participation au projet. C'est pourquoi est envisagé au printemps 2020 une rencontre sur deux jours sur Toulouse des différents GEM participants au projet. La deuxième phase du projet sera centrée sur le périple en lui même au fil du canal du Midi en péniche, avec 4 « étapes en journée » à Montauban, Toulouse, Narbonne, et Montpellier, où chaque GEM participant pourra présenter au public son projet et ses activités. Une première phase de contacts avec les différents élus territoriaux et institutionnels ont été effectué par nos élus associatifs, et ont reçu un accueil enthousiaste des élus nous signifiant leur soutien à l'oral. Il existe à ce jour 39 GEM sur la région Occitanie. Nous envisageons d'entraîner au minimum une vingtaine de GEM dans le projet. Les actions mises en œuvres décrites par la suite sont réalisées par les adhérents, parfois accompagnées par les salariés et bénévoles. De Janvier 2019 à l'automne 2020 : préparation du projet

- Proposition aux GEM régionaux d'une participation au projet : contacts téléphoniques, mails, réseaux sociaux avec les GEM partenaires, ainsi que des rencontres dans le cadre du projet « InterGEM Occitanie sur les ondes » (projet co-financé par le Conseil Régional Occitanie en 2018).
- Recherche de co-financements complémentaires, et contacts avec institutionnels et collectivités territoriales (élus et conseillers)
- Invitation sur Toulouse des GEM partenaires à deux journées de préparation du périple en péniche et d'élaboration des « étapes événements » au cours du périple. Rencontre prévue pour octobre 2020. • Campagne de communication auprès de la presse locale, au réseau local de santé mentale (Conseil local de santé mentale) lors des SISM 2020, et à nos différents partenaires du secteur spécialisé, et dans le cadre de nos différentes émissions radios diffusées sur nos partenaires radios et notre site internet.

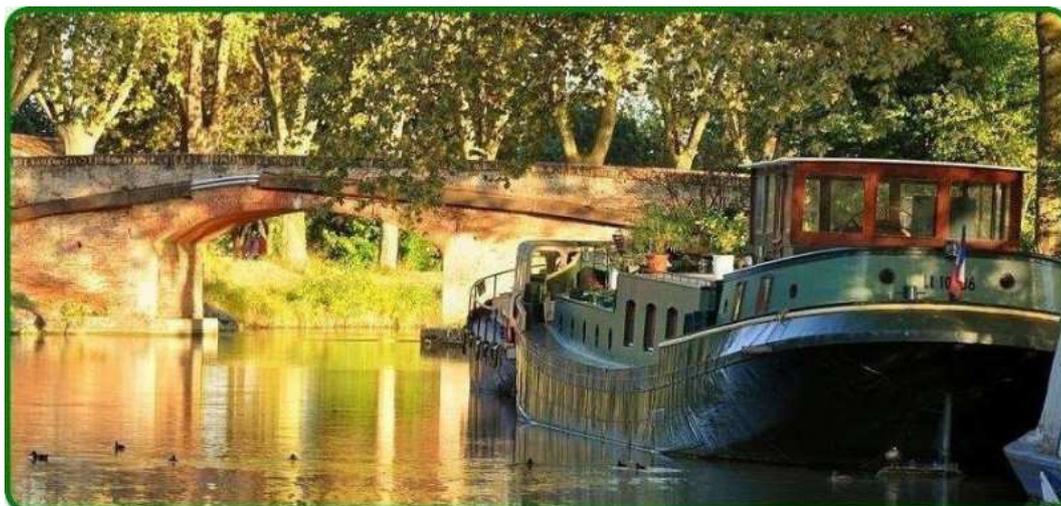
- Organisation et engagement dans la logistique des rencontres (transports, hébergement, alimentation, rencontres) Octobre 2020 : La rencontre de préparation : (sur deux journées)
- Rencontre des GEM partenaires et élaboration des étapes lors de 2 journées sur Toulouse sur la péniche Le Tenace de la Mairie de Toulouse (Port de l'embouchure, Toulouse). Contenu et méthodologie des rencontres :
- Présentation de l'association Microsillons et précision du projet à nos partenaires.
- Mises en place de groupe de travail sur la base des participations aux étapes, réunions par étape de trois heures chacune où chaque GEM pourra exposer ses activités et ce qu'il pourrait présenter au public.
- Différents moments conviviaux, repas partagés
- Buffet avec les différents institutionnels entourant le projet (collectivités locales, ARS, partenaires associatifs locaux, écoles de formations de travailleurs sociaux, nos radios partenaires,...) De octobre 2020 à printemps 2021 : préparation du périple et des étapes événements
- Contacts réguliers avec les GEM partenaires afin de l'organisation des journées étapes
- Organisation logistique parcours et du turn over des passagers au voyage en péniche
- Organisation logistique des journées étapes, des présentations de chacun des GEM et des débats radiophoniques mis en place.
- Organisation campagne de presse valorisant ce projet et ses rencontres. Mai/juin 2021 : Le périple
- Départ de Montauban jusqu'à Montpellier sur 15 jours avec 4 étapes événements à Montauban, Toulouse, Narbonne, et Montpellier.(environ 10 GEM par lieu étape)
- Expositions des activités et oeuvres de chacun des GEM participants sur chaque étape

- Débats et réalisation d'émissions radiophoniques en direct sur chaque étape.
- Participation au voyage dans la péniche itinérante de membres des GEM participants.
- Organisation des repas et logistiques du périple.

Après la rencontre :

- Production du matériel audiovisuel recueilli. 12/9 - Appel à projets Handicap Occitanie 2018/2021
- Diffusion des réalisations photos et vidéos sur les réseaux sociaux (site internet de l'association, Facebook)
- Diffusion des réalisations sonores sur les ondes de nos radios partenaires (de 10 à 20 radios régionales diffuseurs)
- Communication au réseau local de santé mentale des villes concernées.
- Maintien des liens avec les GEM partenaires (modalités à imaginer avec chaque GEM)
- Reportages multimédias : photo, vidéo, audio

Voilà un beau projet proposé par le Gem Le Canal !!! Le Gem Cap@cités va bien sûr participer à cet évènement !! Vivement Juillet 2022 !!!



Groupe d'Entraide Mutuelle

Cap@cités

Echanges

Prêt de livres, jeux
vidéo...

Rencontres

Sorties

Festivals, expos, concerts...

Ateliers

Cuisine, arts plastiques,
informatique ...

Partage

Repas, goûters, Jeux...

Gem Capacites 93 Avenue Pierre de Montesquiou 32000 Auch

05.62.64.07.94 / 06. 47.34.83.38

capacites32@gmail.com