

GALA & TOI

JOURNAL INTERNE n°2 DU CVS
DE L'ASSOCIATION GALA

JUILLET 2013



Conseil de la Vie Sociale de l'Association GALA - 303A Avenue de Colmar - 67100 STRASBOURG
☎ 03.88.24.70.00 / 📠 03.88.24.70.07 / ✉ cvs.gala@gmail.com

EDIVO

LE MOT DE LA RÉDACTION

Chers lecteurs,

Trois mois se sont écoulés depuis la parution du premier numéro de «GALA & TOI» et vous êtes peut-être déjà en vacance d'été.

Vous trouverez un résumé de ce premier trimestre, qui fut plus dynamique que jamais. En effet, il aura vu la naissance de la première charte du lieu d'accueil de l'association GALA, fruit d'une réflexion commune engagée entre des salariés et des usagers de GALA. Le nouvel atelier «cooking» animé par madame Linda DAMOUR, membre usagère du CVS. Nous reviendrons sur l'atelier «couture», très apprécié, qui existe depuis un an. Nous avons également choisi de vous parler du projet «jardin partagé» imaginé par M Eric KRESS, membre usager du CVS, également auteur de la BD de ce journal. Enfin, dans la rubrique «le coin des enfants», nous vous ferons partager un moment festif avec la kermesse solidaire organisée le 3 juillet par le CVS. Nous sommes heureux de constater que les demandes des usagers et des salariés sont une nouvelle fois entendues.

Faites «GALA & TOI» avec nous! Rejoignez l'équipe : ce journal se construit avec vous. Devenez critique de musique ou de film. A moins que vous ne vous sentiez l'âme d'un journaliste ? Nous publions chaque trimestre quelques annonces de troc. Transmettez-nous la votre. N'hésitez plus.

Bonne lecture à toutes et à tous !

Aline JEROME

Dans ce numéro :

Edito	P1
Charte du lieu d'accueil	p2
Galactu	P3
A table avec pomme d'amour	p5
Coups de cœur culturel	p6
Les partenaires	p7
Expression libre	P8
BD	P11
Le coin des enfants	p12
Numéros utiles	P16
Les petites annonces	P16

Sommaire

- En exclusivité pour vous : la 1ère CHARTE du lieu d'accueil de l'association GALA !
- Zoom sur les événements de ces trois derniers mois.
- Pour les fins gourmets, une délicieuse recette péruvienne.
- Partez à la découverte du mouvement laïc et solidaire : l'association «EMMAÜS».
- Un livre sélectionné pour vous.
- Moment de partage, grâce à vos textes libres...
- BD signée M Eric KRESS.
- Kermesse solidaire à GALA !
- Bloc note des numéros utiles.
- Petites annonces pour vous servir

PREMIERE CHARTE DU LIEU D'ACCUEIL

Elle a été réalisé par des salariées et des usagers de GALA.

Elle est affichée au sein du lieu d'accueil.

Elle a pour objectif de mieux vous y accueillir.

Oyé Oyé

Gentes demoiselles et damoiseaux, nous avons une annonce à vous faire de la plus haute importance. Dans ce lieu d'accueil, nous demandons à ce que chacun :

- ✓ Accepte l'autre quelle que soit son origine culturelle, sa nationalité ou sa religion,
- ✓ Respecte les différences et les opinions des autres,
- ✓ S'exprime librement sans porter atteinte aux autres par ses gestes, ses paroles ou son attitude,
- ✓ Soit attentif à l'ambiance, s'épanouisse au sein du groupe et favorise l'esprit d'équipe,

En cas de non respect, un rappel vous sera fait, et si vous persistez un bol d'air sera nécessaire.

Les coulisses de l'atelier «cooking»



Depuis le mois de janvier, GALA s'est enrichi d'un nouvel atelier, il s'agit de l'atelier «cooking» imaginé par madame Linda DAMOUR, usagère et membre du CVS, qui souhaite partager sa passion de la cuisine.

Elle explique : *«C'est un moment de partage, où on réalise des recettes simples, rapides et à petits prix. Des petites astuces simples à faire pour se régaler en un tour de main. Gâteaux sucrés, gâteaux apéro, mousses, tartelettes, desserts gourmands et tout cela dans la bonne humeur avec un esprit d'équipe. A la fin de l'atelier, vous pouvez déguster vos réalisations sur place autour d'un petit café ou l'emporter chez vous avec la fiche de recette du jour. Venez nombreux, l'inscription se fait auprès de Marie à l'accueil.»*

...et de l'atelier couture

L'atelier couture, animé par madame Brigitte HILLEMBRAND, bénévole et usagère, existe depuis plus d'un an et continue de fonctionner, tant il est apprécié de tous. Madame Brigitte HILLEMBRAND nous fait le plaisir de nous en parler:

« L'atelier fonctionne au moins une fois par mois, depuis plus d'un an déjà. Nous nous réunissons pour fabriquer différents objets. Le groupe se compose de 3 à 5 personnes, hommes et femmes. Les premiers objets fabriqués furent des sacs à démaquiller en coton. Je m'efforce de récupérer des tissus, afin de les mélanger et d'éviter le gaspillage.

Mon grand projet collectif, qui fut le plus amusant, c'est la réalisation du crocodile, dont la fabrication consiste en la couture de plus de 20 cercles cousus à la main et reliés entre eux. Ce fut un long travail, mais toujours fait dans la bonne humeur. J'ai apprécié la participation très concentrée de Benoît, l'animateur du lieu d'accueil de GALA.

Le deuxième projet fut la création des bottes de Noël et la réalisation du calendrier de l'Avent. Nous avons également confectionnés des coussins et cette séance fut très appréciée par les usagers, surtout depuis que nous avons une nouvelle machine à coudre.

Bien sûr, au cours de cette année, j'ai appris à faire des bracelets brésiliens, du crochet, du tricot, du macramé, du tricoton, des animaux avec des vieilles chaussettes, et aussi un atelier retouches où les usagers remettent des boutons à leurs vestes ou font des ourlets.

L'atelier couture n'est pas un atelier où l'on apprendra à coudre comme une couturière, je n'ai pas les capacités pour cela. Je suis juste « amie » avec les travaux d'aiguilles et j'aimerais faire partager ma passion à d'autres personnes. Nous passons un agréable moment lorsque nous créons, autour d'un café et d'un gâteau, même si parfois il faut beaucoup de patience pour réaliser ce que nous entreprenons. Mais nous y parvenons et je pense que nous avons encore de bons moments ensemble avec Chantal, Michèle, Marie, Dominique, Benoît et les autres, qui nous rejoignent selon leurs disponibilités. »

Brigitte HILLEMBRAND, animatrice et bénévole de l'association GALA.



Le crocodile

Le calendrier de l'Avent



LES EVENEMENTS DES TROIS DERNIERS MOIS

« LE JARDIN DE TOUS LES POSSIBLES »

Monsieur Eric KRESS, membre du CVS, élu usager, a proposé de mettre à disposition de GALA un jardin privatif, situé dans le quartier de la Meinau dans un cadre bucolique, à deux arrêts de tram des locaux de GALA. L'objectif consiste à travailler collectivement une parcelle de ce jardin, afin de développer, à long terme, un petit potager. Le jardin peut aussi être un endroit, où usagers et salariés peuvent se retrouver pour partager un barbecue, etc.

D'ores et déjà, plusieurs bénévoles intervenants de GALA ou travailleurs sociaux se montrent intéressés. Vous pouvez encore vous inscrire si vous le souhaitez. Une convention de partenariat entre GALA et le membre du CVS a été signée et est effective à compter du 1er juillet 2013.

Vous, usagers de GALA, vous avez peut-être eu la possibilité de participer à ces sorties, organisées par l'animateur de GALA ou des salariés.

☺ La sortie à ELMERFOST qui a donné lieu à la création d'une composition florale exposée au lieu d'accueil, pour le plaisir des yeux.

☺ Le repas convivial péruvien, exécuté magistralement par Madame Patricia ARAUJO FARRO : vous trouverez la recette dans la rubrique « A table avec pomme d'amour ».

☺ La découverte du Musée Lalique.

☺ La Promenade à la forêt de la Wantzenau, petit coin de cueillette du muguet, de morilles, et où l'on peut pique-niquer.

☺ Le Repas Marcaire à l'Auberge de la Wassmatt à Wasserbourg au petit Ballon d'Alsace, vers la Vallée de Munster

☺ Le bowling à l'Orangerie!

ET AUSSI, DEUX EVENEMENTS :

☺ Monsieur Christian DURAND, membre du CVS de l'association GALA, nous a fait partager son bonheur de présider l'association « S'Molshemer Bahnele » (Petit train de jardin à Molsheim) : un groupe de passionnés du modélisme ferroviaire a reconstitué l'ancienne ligne du chemin de fer reliant Molsheim à Saverne, à l'échelle 1/22.

☺ Madame ARAUJO FARRO, usagère de GALA, a réalisé avec Carine ZIMMERMANN, une magnifique exposition intitulée « Lignes et couleurs » de ses dessins et aquarelles, au sein de la Maison d'Amérique Latine à Strasbourg.



En avril, mai et juin...souvenez vous, il y a eu...

A TABLE AVEC POMME D'AMOUR

CABILLAUD MARINE

Cabillaud frais, citron vert et jaune, salade, soja, oignons.

Découper le filet en petites morceaux et laisser mariner environ 1h30.

Servir sur une feuille de salade dans un bol, en accompagnement des patates douces épluchées et servies tièdes.

RIZ AU POULET

INGREDIENTS : 1 poulet en morceaux (cuisses), 300 ml de bière noire douce (malt), 3 carottes, 1dl d'huile d'olive, 4 oignons (1 pour le riz, 2 pour le mixer, 1 pour le poulet), 2 gousses d'ail, 1 cuillère à soupe de persil, 150 g de coriandre, 150 g d'épinard, 20 g de basilic, 250 g de tomates fraîches coupées grossièrement, 300 g de petits pois frais ou surgelés, 1 kg de riz blanc, sel, poivre, curcuma, 2 tomates.

PREPARATION (30mn) **CUISSON** (40mn)

1. Saler et poivrer.
2. Faire chauffer l'huile d'olive et y faire revenir 1 oignon et l'ail haché, le curcuma, ajouter le poulet et laisser dorer sur toutes les faces. Retirer et réserver.
3. Ajouter au mixer : un poivron, une gousse d'ail et 2 oignons hachés, la coriandre, épinard, persil, les tomates, le basilic.
4. Dans une cocotte, faire revenir ensemble, dans l'olive d'olive chaude : 1 oignon, ail, ajouter les morceaux de carotte et de poivron, les petits pois et y faire revenir le riz. Verser la mixture de légumes.
5. Après 20mn, ajouter 300 ml de bière noire. Ajouter assaisonnement et le poulet. Fermer la cocotte, baisser le feu jusqu'à absorption complète du liquide.



Cette recette vous est proposée par Madame Patricia Araujo Farro, usagère à GALA. Si vous aussi vous voulez proposer votre recette, venez nous la faire partager dans le cadre d'un repas convivial au lieu d'accueil.

COUPS DE CŒUR CULTUREL



FESTIVAL «LES ARTS DANS LA RUE»

Cet été à Strasbourg notre coup de



Du 15 août au 18 août 2013 : 21 compagnies investissent le cœur de Strasbourg pour présenter plus de **50 spectacles gratuits!** Sur les places du centre ville : acrobates, clowns, musiciens, poètes et autres personnages ou créatures fantastiques. Vous trouverez le programme sur le site internet www.ete.strasbourg.eu

MAUDIT KARMA

M Eric KRESS nous parle d'un livre intitulé

Il nous livre son impression, pour vous : « *Plein d'esprit et complètement barré!* » Animatrice de talk-show, Kim LANGE est au sommet de sa gloire quand elle est écrasée par une météorite. Dans l'au-delà, elle apprend qu'elle a accumulé beaucoup trop de mauvais karma au cours de son existence. Non seulement, elle a négligé sa fille et trompé son mari, mais elle a rendu la vie impossible à son entourage. Pour sa punition, Kim se réincarne en fourmi. Et le pire reste à venir : de ses minuscules yeux d'insecte, elle voit une autre femme la remplacer auprès de sa famille. Elle doit au plus vite remonter l'échelle des réincarnations. Mais de fourmi à bipède, le chemin est long. Kim devra surmonter bien des obstacles... et au passage revoir la plupart de ses conceptions sur l'existence ! Tour à tour incisif, léger et émouvant, Maudit Karma est un roman jubilatoire.» M Eric KRESS met ce livre à votre disposition au lieu d'accueil.

LES PARTENAIRES DE GALA

Dans ce numéro, nous avons choisi de vous parler de l'association «EMMAÛS». En effet, l'association GALA travaille régulièrement avec ce partenaire, qui offre de nombreux services aux personnes rencontrant des difficultés.

«EMMAÛS» est le nom donné par l'abbé Pierre (prêtre chrétien) à son mouvement d'aide aux plus démunis. Il fait référence à un village Palestinien, où deux compagnons du Christ ont retrouvé l'espoir. La première communauté a été créée en 1949. Le mouvement est aujourd'hui présent sur 4 continents dans 37 pays. Il existe 6 communautés en Alsace : CERNAY, SCHERWILLER, STRASBOURG, MUNDOLSHEIM, SAVERNE.

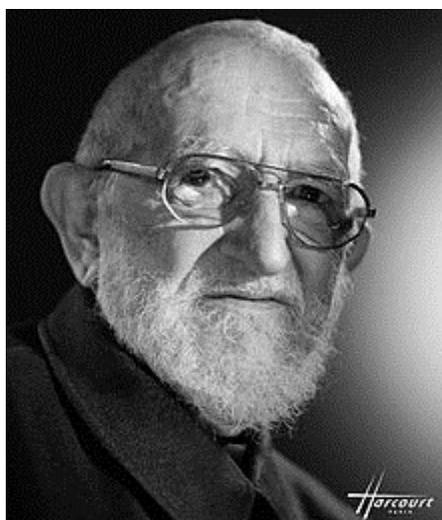
Pour la petite histoire... : le premier compagnon d'Emmaüs est Georges LEGAY. Désespéré et au bord du suicide, il rencontre l'abbé Pierre qui le convainc de renoncer à mettre fin à ses jours en lui tenant le discours suivant: « Je ne peux rien te donner, je n'ai rien. Mais toi qui a tout perdu, tu peux m'aider à aider les autres.» Cette rencontre entre l'abbé Pierre et Georges marque l'acte fondateur du Mouvement Emmaüs.

UN MOUVEMENT SOLIDAIRE ET LAÏC

Bien qu'inspiré par un prêtre chrétien, le mouvement EMMAÛS se veut totalement neutre au plan politique, spirituel, religieux, et est ouvert à toutes les nationalités, les origines ethniques, sans juger les convictions de ceux à qui il porte assistance sans distinction.

LA PHILOSOPHIE

Eviter tout assistanat. La communauté fonctionne sans aucune subvention. C'est un lieu où l'on peut déposer des objets. Au delà de ça, les communautés sont des lieux d'accueil, de vie, de travail et de solidarité.



EMMAÛS
NE PAS SUBIR
TOUJOURS AGIR



EXPRESSION LIBRE

Deux usagers ont eu la gentillesse de nous faire parvenir leur texte. C'est avec plaisir que nous vous les présentons. Nous les remercions de ce moment de partage. Si vous aussi, vous souhaitez nous faire parvenir vos créations sur un sujet qui vous tient à cœur, contactez les membres du CVS au moment du CVS café tous les lundis après-midi au lieu d'accueil, ou bien envoyez un courrier à l'adresse de GALA. Merci par avance !

Fuiz ! Oublier ! Ne plus penser ! Ne plus avancer !

Blessures physiques ! Cassure mentale ! Se déshumaniser ! Perdre son identité ! Tout envoyer chier ! Ne pas comprendre, ne plus rien entendre ! Ne plus avoir envie ! Imaginer le pire....En finir ! Dire merci à la famille qui vous étouffe, aux amis qui vous tournent le dos, à cette société qui vous oublie....

Voilà ce qu'était une partie de ma vie.

A tous ceux qui se reconnaissent à la lecture de ces quelques lignes, je dis courage, ce n'est pas fini, au contraire, dans mon cas je suis à l'aube d'une vie nouvelle.

Bien sûr, je ne vais pas vous mentir, ce n'est pas sans difficultés.

Ce qui a changé ? Je ne suis plus seul !

En effet, je veux parler de tous ces gens, qui souvent travaillent dans l'ombre, qui nous remettent en selle, sur le droit chemin, qui s'occupent de nos finances, de nos soins, de nos états d'âmes, afin de nous aider à redevenir nous-mêmes...juste des êtres humains.

Vous avez bien sûr compris que je parle de cette magnifique association où nous sommes tous égaux..., il s'agit de GALA.

Alors, je vous en prie, soyez forts, ne baissez pas les bras...Acceptez la vie...Rêvez à nouveau mes amis, car tout est possible.

Qui suis-je ? Aucune importance. Ce que je suis ? A nouveau moi-même.

Merci.

D.G.



Poète, tu m'as dit : cherche la clef du bonheur, elle est là, au fond de toi.

Alors, j'ai cherché,
dans les moments de solitude.

Le bonheur, c'était d'imaginer ton visage, c'était d'essayer de reconnaître ta voix,
dans les moments de tristesse, de souffrance,

Le bonheur, c'était de me dire demain je serai dans ses bras,
dans les moments de peine et d'indifférence.

Le bonheur, c'était de me dire, lui il est à mes côtés.

C'était de me dire que nos cœurs ensemble vivaient du même émoi!

Le bonheur a ton visage gravé au fond de moi.

Le bonheur a tes yeux, ta tendresse, tes mots.

Le bonheur vit de tes « je t'aime », des silences parfois.

Le bonheur s'enfuit à tire d'ailes lorsque tu n'es pas là.

Le bonheur est un lien invisible uni entre nos âmes qui larmoient.

Le bonheur c'est nos cœurs qui se rejoignent malgré moi.

Je sais maintenant, le bonheur c'est toi.

La clef, elle n'est pas en moi.

La clef, elle est entre tes doigts.

Toi poète, cherche au fond de toi, tu trouveras !!

Linda

S'OUVRIR

Un désir naissant, ce désir brûlant.

Du bout des doigts l'effleurait.

Du bout des lèvres l'embrasser.

Se laisser emporter par cette vague de chaleur, qui vous traverse de part en part.

Vouloir contrôler cet élan, vouloir le fuir ne sert à rien, car il vous rattrape malgré vous.

Se livre corps et âme au risque de s'y brûler.

Savoir prendre ce risque, c'est savoir vivre pleinement chaque instant, et ne pas regretter ses choix quels qu'ils soient.

Ne vous retournez pas, avancez et avancez encore,

Et un jour, ce désir brûlant sera celui qui vous a fait redécouvrir ce sentiment étrange appelé AMOUR.

Linda

INTERVENANTS

ET PARTENAIRES : SUITE ET FIN.

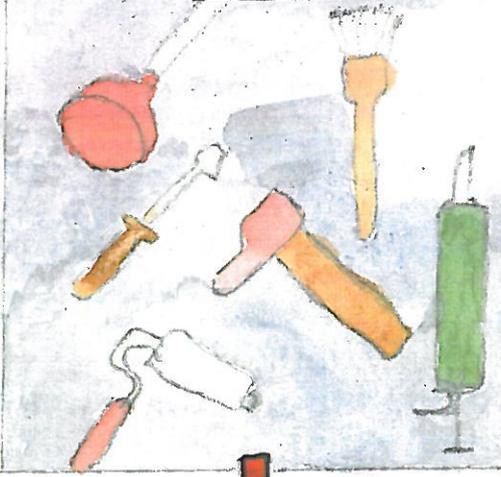
PSYCHOLOGUE:

Laissez vous aller, vous serez plus léger

TU VIENS LA SANS PENSER À MAL



TECHNIQUE:

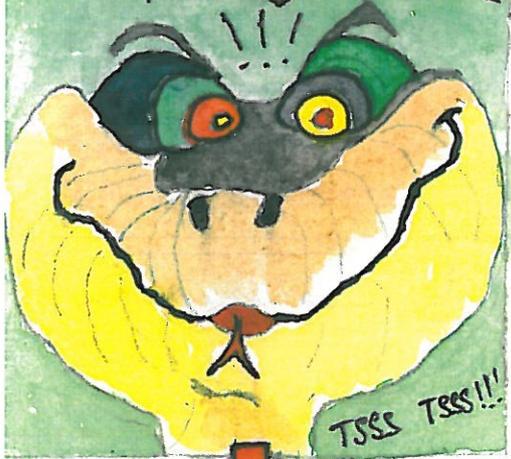


ANIMATION:

ANIMATEUR EN RÉFLEXION



AYEZ CONFIANCE



ÉLECTRICITÉ



ANIMATEUR EN ACTION



TU TE SENS HYPNOTISÉ PAR SON MURMURE ANIMAL!



PLOMBERIE



ANIMATEUR DÉCHAINÉ



TU SORS DE LÀ, TU TE SENS À FOIL!!!



PEINTURE



HÉ VAN GOGH, QUAND JE DISAIS TOUT, C'ÉTAIT POUR

APRÈS L'EFFORT LE RÉCONFORT!



LE COIN DES ENFANTS

SPECIALE KERMESSE SOLIDAIRE

Une kermesse solidaire a eu lieu ce mercredi 3 juillet dans les locaux de la cour de l'association GALA, à l'initiative des membres du CVS. Les recettes de cette kermesse vont permettre à des familles accompagnées à GALA d'agrémenter leur séjour à Sète prévu du 12 juillet au 18 juillet 2013.

Salariés et usagers ont donné toute leur énergie pour organiser cette fête d'été, travaillant ensemble dans le cadre d'ateliers de préparation à la kermesse au sein du lieu d'accueil. Ils avaient pour thèmes: la fabrication des jeux sur la base de la récupération, la réalisation de la décoration, la recherche et la préparation des lots etc. Salariés et usagers se sont retrouvés ensemble pour organiser les stands, animer les jeux.

Les participants se sont amusés aux différents stands : chamboule tout, jeu du lancer, jeu de quilles, maquillage, peluches, pêche à la ligne, parcours ludique, mur d'expression libre. Ils se sont vus récompensés par de beaux lots. Parallèlement, une tombola était organisée tout au long de la journée. L'exposition des photos du séjour de l'année dernière a aiguisé la curiosité des visiteurs. Une animation pinata et la venue d'une «conteuse», madame Evelyne WITTNER, responsable du Relais d'Assistante Maternelle RAM de Wasselonne, ont offert une parenthèse alliant culture et loisirs récréatif.

Le beau temps n'était pas de la partie, la pluie a fait son apparition, c'était sans compter sur la bonne entente entre les participants volontaires. C'est dans une ambiance conviviale qu'ils ont partagé de bonnes grillades, l'ambiance musicale et les

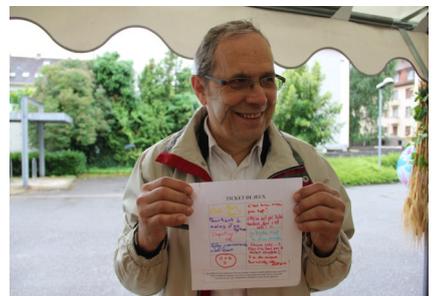


Les techniciens installent les deux tentes marabouts



Nous y sommes ! 10h, la fête peut commencer !





UN GRAND MERCI A L'ENSEMBLE DES PARTICIPANTS !

Les salariés

Les usagers

Les personnes bénévoles

Le Président

La direction pour sa confiance

La CFDT

L'association OPAL

Crédit Mutuel

Garage Claudé

Rivétoile

Restaurant Chaing Mai

Cap Vital Santé Centr'Il

Simply Market

VIMA

Super U

Parfumerie Esthétique Rhode

Parapharmacie des Vignes

Pharmacie des Rohans

Triumph.

Association GALA

303 A Avenue de Colmar
67 100 STRASBOURG

Téléphone : 03.88.24.70.00
Télécopie : 03.88.24.70.07
Messagerie :
gala67@wanadoo.fr

► Participez à la création
du journal «GALA&TOI»

Retrouvez-nous à l'atelier
journal au lieu d'accueil

LES NUMEROS DE TELEPHONE UTILES

ELECTRICITE DE STRASBOURG : 03 88 20 60 60

GAZ DE STRASBOURG : 03 88 75 20 75

France TELECOM : 08 00 10 14 67

CUS SERVICE EAU : 03 88 39 12 89

POMPIERS : 18

SAMU : 15

GENDARMERIE : 17

LE COIN DES BONNES AFFAIRES

- **Donne commode en bois 4 tiroirs.**
- **Cherche dons de matériel de jardinage pour le projet d'atelier jardin partagé.**
- **Cherche dons de tissus en coton pour l'atelier couture.**

CONTACTEZ LES MEMBRES DU CVS SI VOUS ETES INTERESSE PAR CES ANNONCES OU SI VOUS VOULEZ, VOUS AUSSI DEPOSER LA VOTRE (hors échange marchand).

Directeur de la publication: Daniel
STEINBRUNNER

Rédactrice en chef: Aline JEROME

L'équipe de rédaction: Chantal LAPOILE,
Paul MOEMERSHEIM, Eric KRESS, Djean-
marie CHANGIVY, David GILLIG, Linda
DAMOUR, Dominique GERARD, M. T.

Soutien technique: Benoît CUGURU.

Impression: Sophie SEEBACHER

Ce journal est le votre ;
Venez participer à la ré-
daction de
«GALA&TOI». Les portes
de l'atelier journal sont
grandes ouvertes pour
accueillir vos créations.
Une équipe bienveillante
vous accueillera: + d'infos
auprès de Marie ou Benoît.

