



La nouvelle vague

N° 36 - Décembre 2015

Ressac Volontariat a pour but d'aider à combattre l'isolement en créant du lien social avec des personnes de toutes générations.



« L'espoir est comme le ciel des nuits : il n'est pas coin si sombre où l'œil qui s'obstine ne finisse par trouver une étoile » - Roger Mondoloni in Onaga



Bonne année 2016

SÉNIORS bénévoles

Au cœur de la cité

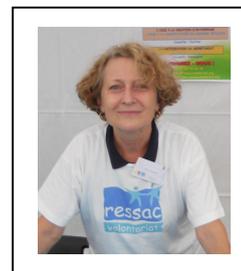
Sommaire

- Le mot de la présidente	2
L'agenda du ressacois	2
LA REUNION DE RENTRÉE	3, 4, 5
NOS ACTIVITES	
- Visites aux personnes âgées	
Bon Anniversaire	6, 7
Les nouveaux « visiteurs »	7
La formation	7
- Contes pour tous	
Il faut raconter des histoires	8
De belles rencontres et de nouveaux lieux	
- Aide à la création d'entreprise	
Ressac et Pole Emploi	10
Partenariat ADIE	11
Un échange exemplaire	11
les nouveaux conseillers	11
CONVIVIALITÉ RESSACOISE	
- Promenade « au fil de l'eau »	12, 13
- Les forums	13, 14
- Des bouquets pour les Personnes âgées (Tours)	14
- Rimes « adressées »	15
Partageons nos passions	
- Lucrèce et l'art nouveau	16

Retraités engagés dans le secteur social, aide et conseils

5, place Marcel Paul 75014 Paris tél : 01 45 79 00 20, email : contact@ressacvolontariat.org, site : www.ressacvolontariat.org

Le mot de la Présidente



Face aux horreurs chacun a besoin de s'exprimer, d'échanger, de ne pas rester seul, submergé par une réflexion immense ; mais le quotidien apporte aussi et toujours son lot d'isolement à des personnes de tous âges, et avec l'isolement l'angoisse, parfois la spirale d'auto dévaluation, le « A quoi bon ? », une forme de noyade.

Réaliser qu'il est pris en compte dans sa réalité, ses besoins, ses envies, ses peurs, ses souvenirs, sa vie, et ceci sans jugement, permet à l'être humain de se réapproprier le statut de personne à part entière, et de s'appuyer sur ses capacités, quel que soit son âge et sa situation : résident d'un EHPAD, retraité demeurant à son domicile, enfant appartenant à une crèche ou écolier, adulte en démarche pour créer son activité, ou simplement citoyen à la recherche d'une information.

Dans ce « Nouvelle Vague », qui est notre messenger de fin d'année, vous trouverez le reflet de cette volonté qui nous anime tous : rompre l'isolement en partageant et en faisant vivre nos compétences...et celles de nos interlocuteurs.

Nous avons vécu un bon moment d'amitié lors de notre réunion de rentrée ; tout au long de l'année nous avons rencontré des personnes heureuses de nous voir, nous avons éveillé des souvenirs et parlé à des imaginations, encouragé et éclairé des porteurs de projets, transmis des valeurs et des informations, apporté une présence bienveillante, clarifié et facilité des accès à la retraite, donné des informations, accueilli, cogité, discuté, échangé...vécu : quelle chance avons-nous !

2015 a commencé dans la violence, elle se finit dans la violence : puissent les seniors bénévoles que nous sommes apporter un peu de sérénité, de gaieté, et de l'aide à ceux qui en ont besoin au cœur de la cité.

Rolande Chabert

L'agenda du ressacois



Merci de noter les dates suivantes :

- Mardi 12 janvier : partage de la **galette des rois**
 - Mercredi 20 janvier, à 10 H : **Ressac à nouveau sur les ondes de « 93.9 Vivre FM »**
 - 1e et 15 février de 9h30 à 12h30 : **Formation pour tous**
 - Vendredi 18 mars de 9 heures à 14 heures : **Assemblée générale de Ressac**
- Les invitations vous seront adressées ultérieurement

Nouvelle vague n° 35- Juin 2015

Relecture : Annie Macrae, Danièle Valentin, Jean-François Lopez

Photos AG : Christian Biral

Dessins : Robert Antony

Coordination et mise en pages : Rolande Chabert

La réunion de rentrée - Danièle Valentin



Rolande Chabert fait le point sur les objectifs définis à l'Assemblée générale de mars dernier.

Renforcer la notoriété de Ressac, fortifier notre image auprès de nos sponsors, partenaires et bénéficiaires.

Nous voulions fédérer nos activités sous une identité forte, avec un slogan commun : « Séniors bénévoles au cœur de la cité », avec des valeurs et des attitudes communes. C'est fait. Nous réfléchissons maintenant à une formation (unissant réflexion sur le bénévolat et formation à l'écoute) pour tous les adhérents.

De nouveaux supports de communication ont été mis en place, affiche, flyer présentant l'association, flyers pour chaque activité. Le site Internet a été refait avec succès.

Rolande Chabert et Madeleine Desroches ont participé à une émission de radio consacrée aux associations, sur Vivre FM (93.9).

Accroître nos activités. Augmenter le nombre de bénévoles.

Nous avons participé aux forums associatifs organisés par les mairies dans lesquelles l'activité « Aide à la création d'entreprise » tient des permanences et aux forums des séniors organisés par les 13^e et 11^e arrondissements.

De nouveaux partenariats se sont mis en place, avec la mairie du 6^e, Pôle Emploi, Monalisa.

Nous avons structuré notre communication avec les mairies, avec des correspondants locaux.

Nous développons nos demandes de subventions et d'aides financières.

Tout ce travail porte ses fruits : le nombre d'appels reçus auprès de notre accueil a augmenté de 25%.

Marc Mann présente le site Internet.



Le site comprend trois parties :

- **Une partie mobile** : le blog d'actualité où devraient y être annoncés les événements qui concernent l'association dans son

ensemble et ceux qui concernent chacune des activités, l'annonce d'un événement étant ensuite remplacée par un

compte rendu avec photos.

Ce blog est une vitrine de la vie de l'association.

- **La partie centrale, plus fixe, apporte des informations sur l'association elle-même** : « **Qui sommes-nous ?** » et sur les différentes activités pratiquées.

La plupart des pages « Activités » comprennent un bandeau de présentation synthétique, un développement précisant l'action des bénévoles, l'aide qu'ils peuvent trouver au sein même de l'association (réunion, formation) et sur la droite de l'écran, des informations pratiques : liste des permanences assurées dans les mairies pour l'aide à la création d'entreprise, partenariats...

Un bouton permet d'accéder à des témoignages de bénéficiaires : créateurs d'entreprises, animateurs de maisons de retraite.

Les pages de la section « Contes pour tous » sont plus nombreuses pour prendre en compte la diversité des actions menées, montrer l'intérêt de toutes ces actions (y compris en maison de retraite par exemple), faire place à des témoignages, donner des indications sur la formation assurée par l'association et lister un certain nombre de sites Internet de référence.

- **Les pages réservées aux membres de l'association.**

Marc Mann montre comment s'inscrire : choix d'un identifiant, qui peut être un pseudonyme ou son nom, demande d'un mot de passe qu'on pourra ensuite modifier en accédant à son profil. On peut aussi cocher la case : « Me reconnaître »

Les pages réservées aux membres de l'association comprennent des pages concernant :

— la vie de l'association (par exemple, conférence sur les séniors)

— la vie des adhérents : leur passion pour les oiseaux, la photographie, etc.

— les documents et outils généraux (de l'association) et ceux de chacune des activités (liste des adhérents, comptes rendus de réunions, plannings, etc.). Ces documents peuvent être mis à jour en temps réel et disponibles aussitôt. Plus de souci d'archivage.

Pour chaque activité, il y a un responsable de la mise en ligne des articles.

Animation en grand groupe



A 11 heures, nous changeons de salle. Les chaises sont disposées en cercle. L'animation est assurée par Rolande Chabert et Danièle Seignourel. Rolande explique pourquoi elle a voulu ce travail en grand groupe, disposé en cercle, où l'on se regarde, où l'on se parle directement. Danièle est la gardienne du temps, et aussi celle qui a une fonction « poil à gratter » : celle qui reformule, conduit à approfondir. Rolande pose les questions et à chaque réponse, demande : « Qui connaît le nom de cette personne ? Sait-on quelle est son activité à Ressac ? »

- Première question : qu'est-ce qui vous fait plaisir dans votre activité à Ressac ?

Les réponses fusent, très brèves, avec deux grandes orientations : ce qui me fait plaisir à moi comme le contact, les rencontres, le plaisir de la recherche, rester actif ; ce qui fait plaisir à l'autre : aider, être utile, faire plaisir ; il y a aussi ce qui fait plaisir aux deux : notre intervention permet d'entretenir les connaissances des bénéficiaires ainsi que les nôtres.



- Deuxième question : qu'est-ce qui vous fait le moins plaisir ?

Pour ceux qui exercent une fonction de conseil, il s'agit plus d'une remise en cause de soi : la crainte de ne pas répondre à l'attente, l'absence de visibilité des résultats, se sentir impuissant face à certains cas désespérés. Mais parfois le déplaisir est causé par les bénéficiaires, par ceux qui ne tiennent pas leurs engagements ou qui ne viennent pas aux rendez-vous pris. Cette forme de déplaisir là est fréquente dans les autres activités : difficulté de relation avec la personne âgée visitée, préjugés sexistes des animateurs de centres de loisirs, parfois l'impression d'un manque d'intérêt de la part des professeurs des écoles ou des interruptions intempestives.

- Troisième question : quel est l'apport spécifique de Ressac par rapport à d'autres associations ?

Le fait que Ressac soit une petite association. D'où le sentiment qu'il n'y a pas de hiérarchie, que chacun a une grande autonomie, une liberté de choix dans l'organisation de son activité.

Des qualités générales : l'ambiance, le dynamisme, l'organisation.

Des qualités spécifiques à Ressac : le fait qu'il y ait plusieurs activités (c'est une richesse appréciée) et le suivi dans les interventions qui permet de créer des liens avec les bénéficiaires.

Qu'est-ce qui pourrait nous faire progresser ensemble ?

On attend beaucoup du site internet pour améliorer la communication entre les adhérents : il faudrait que tous s'inscrivent, aient accès aux pages réservées aux membres de l'association et les utilisent pleinement. Le site peut contribuer à tisser des liens entre les différentes sections. Nous devrions aussi l'utiliser pour informer les

nouveaux bénévoles et mieux les intégrer.

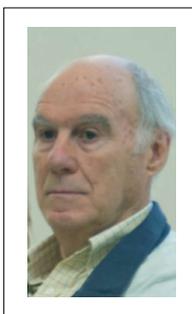


Certains attirent l'attention sur le rôle social de Ressac, rôle qui peut être développé en intégrant ceux qui ne sont pas encore retraités, mais qui sont au chômage et sont ainsi doublement exclus.



La séance se termine par un conte de Claude Seignolle : « Charbonnier est maître chez soi ».

Changement de salle pour l'apéritif et le buffet préparés par « La table de Cana » et servis par l'excellente équipe que forment Jean-François Lopez, Laurent Bouchet, Fatima Mohassane et Nicole Verley.



Impressions de Robert Antony à l'issue de la réunion :

Pour la première fois Robert nous offre un texte en prime pour accompagner son dessin

- IMPRESSION -

A peine entrée dans l'arène, cernée fut la Reine, captive de ce cercle « familial » peu ordinaire.
Il formait une chaîne sans fin composée de « maillons » attentifs, solidaires, volontaires.
Y figuraient, animateurs, conteuses, entrepreneurs, visiteurs.
Tour à tour, ils ont exprimé chacun, leurs actions, leurs buts, leurs expériences, leur enthousiasme, leurs passions, leurs satisfactions, leurs joies, leurs peines, leurs déceptions, leurs solutions, leurs limites. Ce fut bien ! Très bien même...

Et puis, en finale, nous avons eu droit à cet immense et magnifique cri du cœur de ROLANDE qui marqua l'apothéose de cette belle et fraternelle réunion...

... « JE SUIS CONTENTE »

Merci ROLANDE pour ce fort instant.

Merci également pour les participations appréciées de Madeleine et Danièle.

Robert Antony



Visites d'amitié aux personnes âgées

Bon Anniversaire ! - Annie Macrae

Depuis sa création, Ressac est le représentant de APICIL sur la région parisienne. A ce titre nous rendons visite à des retraités APICIL pour leur 90^e anniversaire en leur apportant un petit cadeau : fleurs, chocolat, petite bouteille de champagne ... selon leur choix, exprimé lors d'un appel téléphonique de rendez-vous.

Voici quelques récits de visites en banlieue.

Le 9 juillet 2015, nous avons visité Mme Gal et Mme Sohier à deux : Rolande Chabert, présidente de Ressac Volontariat, et Annie Macrae, responsable de l'activité « Visites et appels d'amitié aux personnes âgées »

Madame Fernande GAL

Née le 25 juin 1925, demeurant à TAVERNY (95150).

Mariée depuis 30 ans avec Monsieur GAL (88 ans) - deuxième mariage de M. Gal qui a 4 enfants d'un



premier mariage. Madame GAL est une dame très douce qui a de plus en plus de mal à se déplacer. Couple très uni et

charmant - M. GAL, mari très attentif, nous a raconté comment, en 1954, à 27 ans et déjà 3 enfants, il avait acheté le terrain sur lequel il avait ensuite bâti sa maison actuelle et comment le terrain était pollué par des gravats et surtout du bitume qu'il a dû casser et emporter sur les chemins environnants tout seul. Cependant un voisin avec sa jument « Julie » et un tombereau l'ont aidé ensuite, en le voyant trimer ainsi... puis un autre avec son camion l'a aidé à terminer. Il a été aidé dans sa construction par une association locale - ce monsieur a un souvenir attendri et reconnaissant de ces gens si généreux.

Monsieur GAL était maquettiste (pour patrons) dans la confection dans le Sentier à Paris, où il est né d'ailleurs.

Madame GAL a été souvent malade et à l'hôpital ces dernières années - leur intérieur et le jardin sont impeccables !

Ils étaient tous les deux ravis de notre visite de la



part d'APICIL.

Nous leur avons envoyé, à la suite de la visite une copie de notre magazine « La Nouvelle Vague » .

Egalement visitée le 9 juillet 2015 :

Madame Anna SOHIER demeurant à MARINES (95640)

Veuve depuis 3 ans, Mme Sohier a du mal à s'occuper du jardin car c'était le travail et la passion de son mari.

Elle vit dans une belle grande maison accessible par un grand nombre de marches, en face d'une autre demeure dont elle a la garde en l'absence de la propriétaire et amie qui habite Asnières. Elle lui fait toutes ses confitures... pour ne pas gâcher les fruits divers et variés.



Mme Sohier a des problèmes de lombalgie et de genoux douloureux ce qui la limite désormais dans ses déplacements. Elle organise tout de même ses courses hebdomadaires avec l'aide d'un jeune livreur qu'elle rémunère. Sa famille

est proche et elle a, je crois me rappeler, 7 arrière-petits-enfants dont le dernier vient de naître.

Mme Sohier a eu une tragédie : le décès de son fils à 41 ans. Ses filles lui ont donné de nombreux petits enfants.

Mme Sohier a travaillé dans une banque pendant 9 ans avant de devenir charcutière avec son mari qui l'a formée et entraînée aussi dans les marchés (il fallait se lever à 2 heures du matin par ex.). Ils avaient 17 employés. Elle ne touche aucune retraite des artisans toutefois, sauf la pension de reversion de son mari.

Cette dame reste dynamique, organisée et tient ses comptes au centime près.

Elle a beaucoup voyagé et participé à de nombreuses sorties avec le Club des Seniors de Marines.

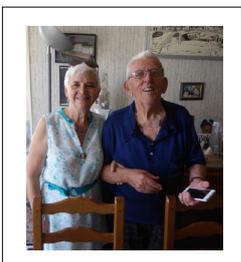
Elle continue à rencontrer des amies et à participer à des jeux de société régulièrement.

Elle aimerait beaucoup qu'on continue à lui faire un

petit coucou de temps en temps au téléphone.
Mme Sohier était émue de recevoir notre visite de la part d'APICIL - Nous lui avons remis un exemplaire de « La Nouvelle Vague ».

Visite du 17 juillet 2015 : Annie Macrae était accompagnée de sa fille et de sa petite-fille.

Monsieur Jean MICHET



Né le 28 janvier 1925, demeurant à la Résidence de la Ferme du Temple à RIS ORANGIS :
Veuf depuis 5 ans, après 63 ans de mariage, il se retrouve seul dans son appartement qu'il occupe depuis plus de 30 ans et

où il a élevé avec sa femme, 2 puis 3 petits-enfants ! Ancien émailleur, il a roulé sa bosse avec femme et enfants (3 garçons) entre Paris, la Somme et l'Isère suivant les aléas des crises économiques.

Passionné par les maquettes, il en a fabriqué de nombreuses (Tour Eiffel, Mairie locale, autobus à plateforme etc.) dont certaines sont exposées à la mairie de Ris Orangis dans la salle des Mariages ! IL a prévu d'en monter 3 cet hiver !

M Michet a monté avec le Club des Seniors un atelier de bricolage très performant puisque les seniors même encore aujourd'hui vont aider à « bricoler » chez des particuliers, bénévolement s'entend.

Il a conduit jusqu'à l'âge de 90 ans ! Il faisait auparavant ses 50 km par jour en vélo et depuis c'est $\frac{1}{2}$ h par jour sur son vélo d'appartement !

Il utilise un ordinateur (un Apple), a sa page Facebook...

Bref, un monsieur fantastique, souriant et très accueillant qui a eu la généreuse pensée de nous inviter à déjeuner, ma fille et moi qui étions venues le visiter avec notre petite-fille de 2 mois et demi. Depuis que nous faisons les missions « 90 ans » pour APICIL, c'est la première fois que cela nous est proposé.

Nous continuerons à l'appeler et nous sommes même invitées à fêter son prochain anniversaire en 2016.

Nous lui enverrons aussi « La Nouvelle Vague ».

M Michet a beaucoup apprécié qu'APICIL fasse le geste de lui offrir un petit cadeau et une visite.

Les nouveaux « visiteurs »

Les bénévoles accueillis dans la section "Visites aux Personnes Agées en 2015 :

Barbara Aptekman, Hélène Auclair, Najat Boujlifa, Louisa Boutfaghouta, Lydie Cabanel (oct. 2015) - nouvelle responsable administrative, Cheick Gassama, Camille Langlois, Brigitte Le Douaron, Jacqueline Lebaquet, Annie Lebas, Michel Lobry, Christine Mattioli.

La formation Astrée

11 participants pour cette dernière formation organisée en octobre 2015, et



animée sur une journée par une psychologue de l'association Astrée. Les évaluations écrites des participants, qui leur ont été envoyées par Annie et Rolande 15 jours après le stage dénotent une satisfaction générale et évoquent un beau moment d'échanges de pratiques. Quelques regrets exprimés : la durée, jugée un peu courte, et l'absence de jeux de rôle.



Contes pour tous

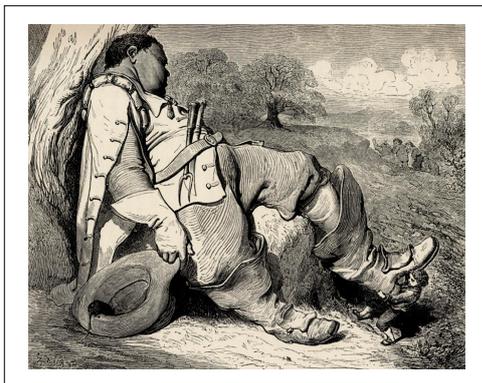
Il faut raconter des histoires - Danièle Valentin

Comme beaucoup d'entre vous, après cette nuit tragique du 13 novembre, j'ai d'abord été dans la sidération, la douleur de toutes ces vies arrachées. Raconter des histoires, est-ce que cela n'était pas dérisoire ? Au cours d'une recherche sur Internet, un lien m'a conduit sur le site du grand conteur Henri Gougaud. Et là, j'ai trouvé une vidéo tournée, le samedi 14 novembre, au cours de l'atelier qu'il animait. Voici ce qu'il disait :

« Par rapport aux attentats de cette nuit, je pense qu'il est juste de raconter des histoires. Cela peut paraître dérisoire, mais c'est ce que dit Victor Hugo : "C'est quand les cercueils se ferment qu'il faut affirmer la vie." Tous les témoignages qu'on a pu avoir des rescapés des camps ou des gens longtemps emprisonnés ou persécutés, leur refuge, ce par quoi ils survivent, c'est le récit et la poésie. Ces gens, qui ne savaient pas s'ils verraient le lendemain, se récitaient du Victor Hugo ou du Rilke, se racontaient des contes, c'est ce qui les aidait à vivre. »

Je pense au spectacle de Gigi Bigot et Michèle Buirrette : *Peau d'âme*, qui témoigne de la vie des femmes internées dans les camps de Rieucros et de Brens pendant la seconde guerre mondiale ; un épisode à la fois drôle et émouvant les montre jouant le conte de *Blanche Neige*.

Mais que raconter ? Quel conte choisir ?



« Pour moi, dit Henri Gougaud, le prototype du conte, l'image même du conte, c'est le *Petit Poucet*, le petit Poucet qui sème des cailloux, qui laisse sa trace sur le chemin. Il va rencontrer des problèmes, des difficultés, des épreuves tragiques, et c'est cela que

dit le conte : la vie ne sera pas parsemée de roses, il y aura des moments durs, tu vas rencontrer des ogres qui voudront t'égorger... Mais si tu ne t'endors pas, si tu restes éveillé, tu t'en sortiras. »

La parole des contes, dit encore Henri Gougaud, c'est la vie à toutes forces, « c'est la vie incroyable. On ne sait pas d'où viennent les contes. On ne sait pas qui les a racontés la première fois. Est-ce qu'il y a eu une première fois ? Il n'y a pas de texte fondateur du *Petit Poucet* ou de *Blanche Neige*. A quoi on les reconnaît, au scénario. L'histoire si elle naît, elle meurt. Les contes ne sont jamais nés, donc ils ne sont pas mortels. »

Oui, les contes renaissent chaque fois dans la bouche du conteur.

Voici une comptine au scénario bien connu :

l'enchaînement de catastrophes jusqu'à l'anéantissement final, à moins d'un retour en arrière possible, dédiée par Gigi Bigot et Pépito Mateo aux intellectuels algériens menacés .



« Un jour dans un pays pas très loin d'ici, un enfant s'est arrêté de parler.

Alors le chat à côté de la cheminée a demandé « Pourquoi ».

Mais l'enfant n'a pas répondu. Et le chat ce jour-là n'a pas ronronné. »

Alors tout s'enchaîne inexorablement : la

maison n'ouvre pas ses volets, les fleurs du jardin baissent la tête. Le chemin ne mène plus au jardin. Le travail des champs s'arrête. Le soleil ne brille plus. Tout est noir. Mais une étoile reste accrochée. Elle glisse un rêve, « un petit rêve de rien du tout jusqu'au cœur de l'enfant. Dans ce rêve, il y avait des histoires. Les histoires d'avant la guerre que lui contait sa grand-mère. Les images de ces histoires étaient belles, si belles qu'elles ont fait revenir des mots à la bouche de l'enfant. » Tout alors rentre dans l'ordre, la vie reprend comme avant :

« Et comme avant, les histoires ont fait naître Des rêves dans les têtes des enfants. » (Bouche cousue, sDidier Jeunesse, 2001).



De belles rencontres et de nouveaux lieux à l'Est de Paris -

Trini Bergès et Anne Paoli

Le jardin sur le toit

Nous avons découvert le jardin gymnase des Vignoles, lors d'une journée partagée gérée par deux associations, L'animatrice, Marta, pendant les vacances de la Toussaint. Nous y étions donc le soleil, et nous avons conté pour un d'adultes (parents et animateurs) citrouilles. La séance a été suivie les produits du jardin, notamment ruches. Il a été convenu que nous dans le jardin même, si le temps le permet.



aménagé sur le toit du journée Portes ouvertes. C'est un associations, L'animatrice, Marta, pendant les vacances de la mardi 27 octobre, par un beau public d'une trentaine d'enfants et sur le thème des sorcières et des d'un goûter qui mettait à l'honneur le délicieux miel produit par ses reviendrions au rythme des saisons,

Le cafézoïde



fondé par Anne-Marie Rodenas, il est le premier café culturel des enfants de 0 à 16 ans et de leur famille. Il est situé au bord du bassin de La Villette. Nous y avons aussi été accueillies très chaleureusement. Mais là un problème se pose : comment faire coïncider la liberté totale qui est le principe de ce lieu avec le minimum de tranquillité et d'écoute nécessaire au conte. La première expérience a été un peu rude mais nous avons pu en discuter avec un animateur. Nous y retournerons le 28 novembre. Public, sans doute plus familial, et horaire, en milieu d'après midi seront différents. En tous cas, l'expérience et les enjeux sont très intéressants d'autant plus que cette association est très impliquée dans des projets concernant le quartier.



APF Résidence du Maine (14^e), par Liliane Valéry



C'est à la réunion de préparation de la fête de Ludido en juin, que nous avons rencontré Laure, l'une des animatrices de la résidence du Maine, gérée par l'APF (Association des Paralysés de France). Une réunion à la Résidence avec l'une des directrices et deux animatrices a permis de préciser le projet et de choisir une date pour une première racontée : le 14 octobre.

Ce jour-là, nous étions deux conteuses : Christiane Gufflet et moi. Nous avons été très bien accueillies par les deux animatrices et le reste du personnel : on nous a aidées à déplacer les tables pour laisser un grand espace, afin de disposer les fauteuils des résidents en demi-cercle. Les animatrices ont pris soin de rassembler tous les volontaires, en allant souvent les chercher dans leur chambre, et en les aidant à s'installer pour bien voir et bien entendre. Elles-mêmes ont assisté à toute la séance, qui a duré plus d'une heure.

Nous avons choisi des contes et chansons plaisants, ou amusants : » Le roi Marc'h a des oreilles de cheval », « Io », « Le singe qui dupe les crocodiles ». Et, sans que ce soit concerté, ces histoires avaient en commun le secret ou la tromperie, lesquels qui finissent par être dévoilés à grand fracas. Par un bref commentaire, les animatrices ont mis en évidence pour les résidents ces points communs, facilitant pour eux la pause et la réflexion. Ce sont plutôt de jeunes adultes, qui ont été remarquablement attentifs, et qui ont participé en disant ce qu'ils pensaient de l'histoire. De plus, comme certains contes étaient suivis d'une chanson, ils ont chanté dans la mesure de leurs moyens - on a chanté Graeme Allwright, c'était difficile ! oui mais on a aussi chanté « ah les crococros » ! - et ils n'ont pas boudé leur plaisir, comme l'atteste le témoignage des animatrices : « Ce moment a comblé tous ceux qui y ont participé. C'était un moment riche, intimiste, dépaysant, divertissant et amusant, précieux, avec plusieurs histoires. C'est pour ça que nous avons reprogrammé une séance pour décembre. Nous espérons renouveler régulièrement cette expérience, qui convient tout à fait à une partie des résidents ».

Aide à la création d'entreprise

RESSAC et PÔLE EMPLOI- Martine Rougeaux

Cette année 2015 est celle d'une glorieuse consécration institutionnelle pour Ressac Volontariat et sa section « accompagnement à la création d'entreprise ». En effet, à la suite de nombreux et réguliers échanges, Ressac est devenu un partenaire reconnu et référencé de Pôle Emploi.

Depuis, les conseillers de Ressac interviennent régulièrement dans les agences parisiennes de Pôle Emploi. Et ce, de plusieurs façons.

D'abord, au cours de journées micro-événement intitulées « Un jour, Une idée, Un projet ». Ce jour là, une agence organise une rencontre non stop entre tous les demandeurs d'emploi de son secteur ayant un projet de création d'entreprise et les partenaires institutionnels de Pôle Emploi, spécialisés dans l'accompagnement à la création d'entreprise.

C'est ainsi que Ressac est déjà intervenu le 17 avril 2015 à l'agence Vitruve dans le 20^e arrondissement, le 25 juin à celle de Boulevard Ney, Paris 18^e et le 24 septembre à celle de la Rue Daviel de Paris 13^e. Une nouvelle session est prévue le 17 décembre dans le 19^e arrondissement.

Ce sont à chaque fois quelques milliers de demandeurs d'emploi qui sont appelés et tous les partenaires institutionnels sont présents : la chambre de commerce et d'industrie, la chambre de métiers et de l'artisanat, la Ville de Paris, les organismes de financement comme l'Adie, la RAM gestionnaire de l'assurance maladie, le réseau des boutiques de gestion, quelques associations... et bien sûr Ressac Volontariat.

Lors de la journée du 24 septembre, les jeunes des quartiers prioritaires du 13^e arrondissement étaient particulièrement ciblés. *« Le nombre d'intervenants a été réduit par rapport au micro-événement du boulevard Ney en juin et il était mieux organisé. Ressac Volontariat s'inscrit désormais dans un partenariat avec Pôle Emploi. »*



rapporte François Desvignes, Les rencontres se déroulent sans interruption de 9 heures à 17 heures dans un bureau mis à la disposition des conseillers de Ressac qui interviennent en binôme. Les rendez-vous durent environ ¼ d'heure, des flyers Ressac sont remis à chaque candidat et ceux-ci sont vivement encouragés à venir perfectionner leur projet dans les permanences traditionnelles de Ressac, en mairie ou au siège.



En fin de journée une restitution de l'évènement est organisée par Pôle emploi avec les partenaires présents. Pour Ressac, c'est environ une vingtaine de candidats à la création qui est accueillie.

Un autre type d'intervention de Ressac se déroule désormais tous les quinze jours le lundi matin à l'agence Pôle Emploi du Boulevard Ney. Ce jour là un conseiller de Ressac tient une permanence dans les locaux de l'agence et reçoit des candidats à la création d'entreprise, déjà bien avancés dans leur projet et préalablement sélectionnés par Pôle Emploi. Au cours du dernier trimestre 2015, les permanences ont eu lieu, le 21 septembre, les 5 et 19

octobre, les 2, 16 et 30 novembre et le 14 décembre. Un point sur cette action est en cours afin de la pérenniser, voire de l'étendre pour 2016 **Plus d'une soixantaine de porteurs de projets auront été reçus par nos conseillers, au titre de ce partenariat.**



L'équipe Adie Paris vous dit merci !

Nous vous adressons nos sincères remerciements suite à votre présence à la soirée "Adopte un entrepreneur" qui fut un réel succès grâce à vous et à la mobilisation de votre réseau.

A bientôt pour de prochaines collaborations !



Partenariat Adie



Le 6 Octobre, à la mairie du 10^e arrdt, Ressac était convié à participer à la remise de prix à de jeunes créateurs suivis par L'Adie.

Nous avons eu la possibilité de présenter l'association et quelques jeunes ont pris contact avec nous en fin de séance .



Un échange exemplaire



Le 8 octobre 2015 à 8h10, Martine Rougeaux a écrit à tous les collègues :

- 1°) Un chômeur en fin de droit (qui ne touchera plus l'ARE en décembre) a-t-il toujours le statut de chômeur ? Et surtout s'il créé une autoentreprise pourra-t-il bénéficier de l'ACCRE ?
- 2°) Un associé ou un gérant de SARL peut-il créer une autoentreprise ?

Merci de vos réponses et bonne journée.

Le 8 octobre à 8h41, Martine, recevait la réponse de J.Michel Ondicola :

Bonjour Martine,

1. Un chômeur inscrit à Pôle-emploi, indemnisé ou pas, bénéficie de l'Accre.
Reporte toi à la page 61 d'Objectif entreprise 2015. Disponible en ligne sur le site du RSI.

2. On ne peut être inscrit deux fois au RSI. Par conséquent seul un gérant minoritaire ("assimilé salarié") peut être auto entrepreneur.

Bonne journée.

JMO



Et tous les collègues en profitaient : voilà un bel exemple de "répondre à tous" justifié, que nous utilisons souvent à la section "aide à la création d'entreprise" (un contre exemple par rapport au billet de Anne Paoli en page 15)

Les nouveaux conseillers

Ils nous ont rejoints au deuxième semestre 2015 : Jean-Pierre Gevrey, Michel Gambly, Emmanuel Desjonquères, Philippe Larroche.



Promenade « Au fil de l'eau » - Anne Paoli

Savez-vous depuis quand Gabrielle Cohen fait pérégriner les ressacois dans les rues de Paris ? Huit ans ! Ce mercredi 4 novembre nous étions une bonne douzaine à la suivre au cœur même de la capitale malgré les prévisions météo pessimistes. En fait à peine quelques gouttes au moment où nous arrivions à la péniche-bar Rosa Bonheur, terme de notre balade au fil de l'eau. Un temps de doux automne d'Ile de France avec son ciel changeant.

Cette déambulation le long de la Seine a été l'occasion d'évoquer le passé de Paris depuis l'époque où la ville était cantonnée sur un chapelet d'îles reliées aux berges par deux ponts de bois, faciles à détruire pour se garder des envahisseurs. Mais elle a surtout remis à l'honneur Napoléon III et son préfet le baron Haussmann. « Napoléon le Petit » a repris et mené à bien les plans de son oncle pour l'embellissement de la capitale. On doit à ses idées hygiénistes les arbres qui ornent nos rues, quatre espèces à l'origine : ormes (ils ont disparu), platanes, tilleuls et marronniers sans marrons, les marrons risquant de faire trébucher les chevaux. Quant aux larges places et avenues, si elles font circuler l'air, elles permettaient aussi de faire donner l'armée en cas d'émeute.

La place du Châtelet dont nous partons a été créée à l'emplacement de la prison du Châtelet, initialement fort de Philippe Auguste qui faisait partie de l'enceinte défensive dont il avait entouré Paris avant de partir à la croisade. Napoléon 1er y avait fait ériger, au centre de la fontaine dite du palmier, une colonne où sont gravées ses victoires et surmontée d'une statue de la gloire brandissant deux couronnes. Mais c'est Napoléon III qui agrandit la place, crée les deux théâtres qui l'encadrent, donne sa majesté à la fontaine en y adjoignant quatre sphinx.



Le pont au Change, un des deux premiers ponts, initialement en bois, a été rebâti en pierre dès le IXe

siècle. De là on surveillait la navigation sur une Seine alors tumultueuse. Les bateaux qui descendaient, venant du grand port de Grève -actuellement l'Hôtel de Ville - devaient passer un par un. Le nom de pont

au Change vient des échoppes qui s'y sont installées au XIIe siècle. Il a été rebâti en 1858.

Avant François 1er, il n'y avait pas de capitale. Était ville royale la ville où le roi siégeait. La Conciergerie - le concierge était le gouverneur du palais - était un des palais royaux. Il garde ses trois tours rondes plus anciennes et sa tour carrée du XIVe siècle, avec son horloge qui fonctionne depuis 1370 et a gardé ses couleurs du Moyen Age. Le bleu était déjà celle de Paris.



Fluctuat Nec Mergitur

Suivre l'ancien chemin de halage, pavé à l'heure actuelle, permet d'imaginer la circulation fluviale. Les gros anneaux en fer, d'amarrage, donnent une idée du niveau du fleuve. De là on a aussi une vue sur le quai de Orfèvres, l'hôtel du premier magistrat de la cour (fin XIXe) récemment ravalé. Mais pourquoi appelle-t-on les policiers des poulets ? Il y avait quai des Orfèvres non seulement des boutiques mais un grand marché aux volailles... L'île aux Juifs, rattachée à l'île de la Cité, est actuellement le square du Vert Galant. On y a vu dans le temps jadis des établissements de bain, un café concert. C'est aussi là que Jacques de Molay, grand maître des Templiers, a été brûlé au début du XIVe siècle. Les anciens bateaux lavoirs ont été remplacés par des péniches-habitations, mais pourra-t-on de nouveau se baigner dans la Seine comme le promettait le président Chirac, sinon boire son eau ce que les parisiens faisaient au péril de leur vie ?



Pont Neuf, le Louvre, Passerelle

Leopold Sédar Senghor et, face au Petit et au Grand Palais, la péniche Rosa Bonheur. Comme la Place Dauphine en brique et pierre, le pont Neuf, le plus vieux de Paris, a été voulu par Henri IV. Il est orné de 381 grotesques, figures grimaçantes inspirées, selon la tradition, de notables. Le bon roi a sa statue en face du square du Vert Galant. La statue équestre actuelle a été fondue en 1814, elle

renfermerait des documents bonapartistes. Les magasins de la Samaritaine ont été édifiés à l'emplacement d'une pompe à eau qui alimentait le Louvre et était ornée de cet épisode biblique. Ils sont actuellement en travaux pour devenir hôtel de luxe, bureaux, boutiques et logements dits sociaux. La cour carrée du Louvre est construite sur le premier Louvre, celui de Philippe Auguste. On voit des vestiges de ses murailles dans le musée.

La passerelle des arts, premier pont en fer de la capitale, a aussi été le premier à être envahi des cadenas des amoureux qui menaçaient de le faire effondrer. Sur la rive gauche l'Institut, qui doit son existence à un legs du cardinal Mazarin. Le pont du Carrousel est cantonné de quatre pylônes d'éclairage télescopiques : leur hauteur devrait être adaptée à la luminosité ambiante mais ils n'ont jamais fonctionné. Un coup d'œil au musée d'Orsay,

ancienne gare aux allures de palais. Nous traversons sur la passerelle Léopold Sédar Senghor en bois exotique qui ne glisse pas en cas de pluie... Pluie qui menace et nous rattrapera à notre arrivée au pont Alexandre III, pont plat et bas pour ne pas gêner la vue depuis la rive droite sur les Invalides.

Un simple café a remplacé les tripes à l'origine de ces sorties ressacoises. Cette formule de balade d'après-midi semblait satisfaire les participants, et au premier chef ceux qui habitent en banlieue. Elle ne doit pas finir trop tard de façon à éviter l'heure de pointe dans les transports. **La tribune est ouverte, nous sommes à votre écoute pour l'organisation de la prochaine balade au premier trimestre 2016. Gabrielle réfléchit déjà à ce qu'elle pourra nous proposer.**

Nous avons partagé les Forums

Un forum pluvieux mais plein de chaleur

- Rolande Chabert

Samedi 12 septembre au petit matin, le ciel est sombre : c'est prévu il doit pleuvoir... et je « me suis mobilisée » pour le forum des associations du 20^e arrondissement, qui se déroulera Rue des Pyrénées. Allez, courage : prendre le petit matériel : affiches, flyers, scotch, ciseaux, nappe, le parapluie ...franchement avec ce temps je préférerais une grasse matinée... Bon allons-y !

8h30 : appel sur mon portable : « Bonjour, c'est Nicole (Verley) », échanges amicaux : « oui je suis seule dans le 4^e, mais il y a des collègues qui vont passer ». Un peu requinquée par l'appel de Nicole, je me rends rue des Pyrénées : ouf ils ont mis les abris de marché ; bon, nous ne serons pas tout à fait sous la pluie .

Le temps de coller l'affiche de Ressac sur le panneau électoral qui borde le stand, de disposer les flyers, et nouvel appel : je découvre François (Desvignes) sur mon écran et puis Martine (Rougeaux), avec un message : « un coucou du 13^e » ; je souris, et je réponds (un peu victime) : « je suis seule, je n'ai personne à photographier ». Et puis nouvel appel, cette fois c'est Jean-François (Lopez) : « Ça va ? tu es bien installée ? Nous ça va », et Jean François m'envoie une photo de Mireille (Perrier) en pleine action sur le stand du 15^e, et il rajoute « j'ai appelé les collègues, tout va bien » : réconfort, chaleur, et pourtant il pleut, les passants sont pressés de s'abriter, les parapluies dégoulinent sur les flyers ; quelques échanges avec mes voisins de stand ; finalement la matinée passe plutôt agréablement, peu de candidats bénévoles, mais nous sommes présents. Et puis j'accueille Anne (Paoli) avec soulagement, et

puis Trini (Bergès) : quelle chance d'être relayée ; j'en profite pour appeler Marc (Mann), qui tient le stand du 3^e arrdt : « tout va bien me dit-il, et j'ai un relai non attendu, en la personne de Lesley (Philips), Super !

Encore un message de Jean-François : « Il pleut (ça je suis au courant), public très

fluide, peu de contacts . Courage, à plus », et puis une autre photo.

Nous tentons d'entrer en contact avec Danièle (Valentin) qui tient le stand au forum de la mairie du 11^e : « je n'entends rien, trop de bruit, nous répond-elle pas SMS, mais je peux lire les messages ».

à 17 h, les employés municipaux viennent nous demander de libérer les stands avant l'heure prévue : OK ! Nous rangeons tout...Bilan maigrichon : oui quelques contacts seulement ont été pris, mais sentir la force de notre réseau ressacois à travers nos appels téléphoniques a fait de ce forum pluvieux un moment privilégié : finalement, je suis contente de ma journée.



Les forums en chiffres

Les forums associatifs :

Nous étions présents les samedis 5 et 12 septembre aux forums associatifs des mairies parisiennes des 3^e, 4^e, 6^e, 11^e, 13^e, 14^e, 15^e et 20^e arrondissements.

Une quinzaine de « ressacois », dont 8 responsables de stand, s'étaient mobilisés pour représenter Ressac.

Malgré la pluie du 12 septembre, qui a découragé de nombreux visiteurs potentiels, nous avons pu renseigner quelques 200 personnes.

27 contacts ont été enregistrés qui correspondent à des personnes qui ont souhaité être recontactées par Ressac : 10 sont candidats potentiels pour rejoindre la section « visites aux personnes âgées, 2 pour être conteuses, 2 pour « l'aide aux dossiers de retraite » et 6 pour « l'aide à la création d'entreprise », succès nouveau pour cette activité qui avait enregistré très peu de candidats les années précédentes.

Deux personnes représentant des centres sociaux ont demandé des possibilités de « racontées » pour leur structure. D'autres contacts se situent en marge de nos activités.

Relances, entretiens et recrutements ont été réalisés et certains candidats ont déjà rejoint l'équipe de leur choix.

Le printemps des séniors du 13^e, juin 2015 :

Nous avons collecté les coordonnées d'une trentaine de personnes intéressées par du bénévolat chez Ressac, et nous avons été dévalisés au niveau des flyers. Nous avons distribué une centaine de flyers. C'est une réussite : ce salon était vraiment "pour nous" et nous avons le matériel adapté.

Le forum des séniors du 11^e, octobre 2015 :

Globalement une soixantaine de flyers distribués, les visiteurs étaient rares le matin. Charlène, animatrice de l'EHPAD Bastille, dont le stand était à quelques mètres du nôtre, est venue nous dire combien l'action de Ressac était précieuse pour l'équipe : **visiteurs de personnes âgées et conteuses un grand merci vous est adressé ...** En outre Le représentant du conseil des séniors du 11^e, intéressé par nos activités, a souhaité en informer ses adhérents.



Des bouquets pour les personnes âgées

05/10/2015 06:35

Pour la sixième année, un collectif de plusieurs associations (*) collectait, samedi matin, des bouquets, de part et d'autre du marché aux fleurs du boulevard Béranger. Cette journée se déroule toujours à une date proche du 1^{er} octobre, Journée internationale de la personne âgée. Toutes les fleurs collectées seront remises cet après-midi à des résidents de cinq Ehpad (Établissements d'hébergement pour personnes âgées dépendantes) de Tours. Une jeune fille de 15 ans a apporté 10 roses emballées séparément avec ce mot : « Quelques fleurs en souvenir de l'été. »

D'autres gentils messages ont été écrits : « Juste pour un sourire », « Un peu de couleurs pour égayer votre chambre ». L'an passé, environ 300 bouquets avaient ainsi été collectés. « Les bénéficiaires sont très touchés. Souvent, ils disent avec émotion : "on a pensé à moi" », dit une bénévole. Pour la remise des bouquets, une petite cérémonie aura lieu aujourd'hui à 15h, à l'Ehpad Les Trois Rivières, au Christ-Roi, avec des étudiants de l'IUT et l'école Chartes-Péguy.

(*) La Croix-Rouge, Les Petits Frères des pauvres, L'Entraide protestante, le Secours Catholique, le Service évangélique des malades, la société Saint-Vincent-de-Paul, les Visites des malades en établissements hospitaliers, le Ressac volontariat.



Nicolas offre des fleurs qui seront remises à une personne âgée.

Une belle pérennité
pour cette action de
l'équipe Ressac Tours



Du bon usage de la convivialité

*Convivialité OUI, mais inonder ses collègues de mails NON !
Anne Paoli partage avec nous un billet « d'humeur » pour nous inciter à être plus sélectifs dans nos envois, et c'est vrai que nous pouvons nous éviter des surcharges d'informations en sélectionnant nos destinataires.*

Et puis aussi, avant de donner la parole à Anne : préciser l'objet de son mail, et ne pas se raccrocher à l'objet d'un mail précédent qui n'a aucune relation avec le texte que l'on va envoyer, exemple : objet « re budget », texte « Je ne peux pas être présent à la réunion de mardi »...

Chers amis de mes trois assoc'
à mon avis, il y a un os.
Votre ordi a une barre d'outils
et ici deux outils précis :
« répondre » seul, « répondre à tous ».
Et « répondre à tous », please, pouce !

Si l'on demande un volontaire,
pour assurer une racontée
et que vous ne pouvez le faire
(vous êtes invité à un thé)...

on s'en balance, on s'en bat l'œil,
on s'en contrefiche, on s'en fout.

Et ce n'est pas plus nos oignons
si vous manquez une réunion :
« répondre » tout seul suffira,
l'organisateur transmettra.
Mais que vous écossez des pois,
tiriez les rois, peigniez sur soie...

on s'en balance, on s'en bat l'œil,
on s'en contrefiche, on s'en fout.

Si un des membres s'est marié
ou a gagné des élections,
que vous vouliez lui témoigner
le comble de votre émotion,
comme lui seul est concerné
tapez « répondre » seulement,
car de tous vos beaux sentiments....



on s'en balance, on s'en bat l'œil,
on s'en contrefiche, on s'en fout.

Ainsi en maintes occasions
il est bon de se demander
s'il y a vraiment des raisons
pour sur « répondre à tous » cliquer

Anne Paoli

rimes « adressées »

Extrait d'un échange de mails faisant suite de la visite du 17 juillet dont nous parle Annie Macrae, en page 7, et qui nous aidera à finir l'année en chansons :

"...je joins à ce petit mot la chanson de Lucienne Delylle: " Sur les quais du vieux Paris".

*Madame Macrae je vous souhaite de continuer votre beau travail, qui met du baume au cœur des personnes âgées
Amitié à vous et à votre famille."*

Jean Michet

Sur les quais du vieux Paris

Ralph Erwin 1939 chanté par Lucienne Delylle

Quand doucement tu te penches
En murmurant c'est dimanche
Si nous allions en banlieue faire un tour
Sous le ciel bleu des beaux jours ?
Mille projets nous attirent
Mais dans un même sourire
Nous refaisons le trajet simple et doux
De nos premiers rendez-vous

refrain

Sur les quais du vieux
Paris Le long de la Seine
Le bonheur sourit
Sur les quais du vieux Paris
L'amour se promène
En cherchant un nid
Vieux bouquinistes
Belle fleuriste
Comme on vous aime
Vivant poème !
Sur les quais du vieux Paris
De l'amour bohème
C'est le paradis



Tous les vieux ponts nous connaissent
Témoins des folles promesses
Qu'au fil de l'eau leur écho va conter
Aux gais moineaux effrontés
Et dans tes bras qui m'enchaînent
En écoutant les sirènes
Je laisse battre éperdu de bonheur
Mon cœur auprès de ton cœur
au refrain

"Ce qui est dommage c'est que je n'aie pas la partition musicale, vous pourrez peut-être la trouver sur ITUNES amitié."

Jean Michet

Votre Conseil d'administration a besoin d'aide :

- Pour mettre en forme, sous word, le rapport d'activité annuel de Ressac, en janvier-février ;
- Pour prendre le relais de Rolande Chabert dans la mise en page des prochains numéros de « La Nouvelle Vague » - juin et décembre de chaque année.

Merci aux volontaires d'appeler l'accueil de Ressac pour proposer leurs services : 01 45 79 00 20



Partageons nos passions

Lucrèce et l'Art Nouveau

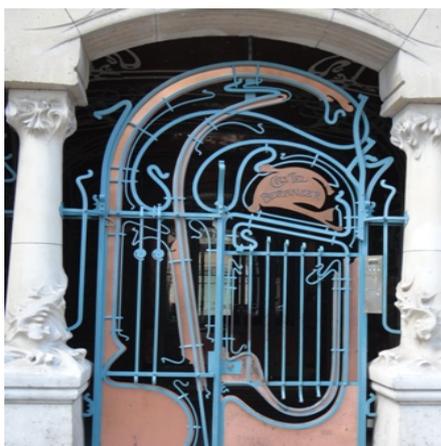


Je voudrais juste vous faire partager ma passion pour l'Art Nouveau.

J'ai attrapé le virus des voyages dans les années 70, à l'époque où on faisait « la route » dans des « Deudeuche » déglinguées...

Cette passion pour l'Art Nouveau fait que dès que je programme un voyage, je regarde tout de suite s'il y a des immeubles ou des musées Art Nouveau dans les villes où je me rends.

J'adore ce style, très en vogue entre 1890 et 1914, qui a été qualifié de « style nouille » ou « style coup de fouet ». Quand je vois certains ouvrages, je me dis que c'est un réel ravissement.



J'ai participé à un circuit dans le XVII^e arrondissement de notre bonne ville de Paris et je vous présente le Castel Béranger.

J'ai parcouru un peu le monde en style « routarde » et voici ce que j'ai découvert à Ljubljana.



A Prague, ville de Mucha, on trouve de l'Art Nouveau, caché au fond de galeries installées dans d'anciens palais.



A Darmstadt, la « Künstlerkolonie », la colonie des artistes avec cette superbe « Tour des Mariages » offerte par les artistes au Grand-duc de Hesse-Darmstadt .



Maintenant, je cours l'Europe à la recherche des trésors de l'Art Nouveau.

A Riga se trouve également tout un quartier exceptionnellement conservé que j'irai voir un jour et peut-être aux USA pourrai-je contempler les œuvres de Louis Comfort Tiffany....

Lucrèce Desnoyers de Marbaix

Retrouvez plus de photos de Lucrèce sur votre site : www.ressacvolontariat.org