

## La ferveur des jeux

Un spectacle magnifique, vraiment beaucoup d'émotions à l'image générale de ces jeux...p. 8-9



## Le portrait de Céline

...elle voulait que son mari soit là car elle a des difficultés pour parler... p. 6-7



# Contacts

N° 104

Trimestriel d'Information du GAIF - Septembre 2024



PARIS 2024



## Sorties Culturelles

Découvrir et redécouvrir les vraies œuvres, c'est le but de ces petites sorties, que l'on vit dans Paris, là où plein de musées nous attendent. p. 2

## Éditorial

Avec les Jeux Olympiques, nous avons vécu cet été des moments inoubliables. p. 3

## Balades du trimestre

Le quartier de Montmartre avec le guide en octobre, le grand square René Le Gall puis Manufacture des Gobelins en novembre et en décembre parc Edmond de Rothschild ensuite le musée Paul Belmondo. p. 3

## Sortie à Giverny

Depuis son installation en 1883 à sa mort en 1926, Claude Monet passe quarante-trois années à Giverny soit la moitié de sa vie. Les jardins à Giverny sont une destination de choix pour les amoureux de la nature et de l'art. p. 4-5

## Marche en pleine nature : une cure naturelle

La marche nous permet de nous évader, de chasser les pensées négatives, de réduire l'anxiété, bref... p. 10



Un groupe d'aphasiques du Gaif au Stade de France pendant les J.O.

Et aussi  
les jeux p.11

VISITEZ LE SITE DU GAIF  
[www.aphasie-idf.fr](http://www.aphasie-idf.fr)

VISITES CULTURELLES EN PRINTEMPS

## TOSHI VOUS PROPOSE DES SORTIES CULTURELLES

*Découvrir et redécouvrir les vraies œuvres, c'est le but de ces petites sorties, que l'on vit dans Paris, là où plein de musées nous attendent.*

*Pour chaque sortie, retrouvons-nous à 14h30 devant le musée.*

02/10 = Musée d'Orsay « Harriet Backer (1845-1932). La musique des couleurs », 09/10 = Centre Georges Pompidou « Surréalisme », 23/10 = Musée d'Orangerie « Heinz Berggruen, un marchand et sa collection », 30/10 = Jacquemart-André « Chef-d'œuvres de la Galerie Borghèse », 13/11 = Musée d'Orsay « Caillebotte, peindre des hommes », 11/12 = Musée du Louvre « Revoir Watteau ». ❖



musée d'Orsay  
24.09.24 - 12.01.25

mercredi 02 octobre



Centre Pompidou  
4 septembre 2024 - 13 janvier 2025

mercredi 09 octobre



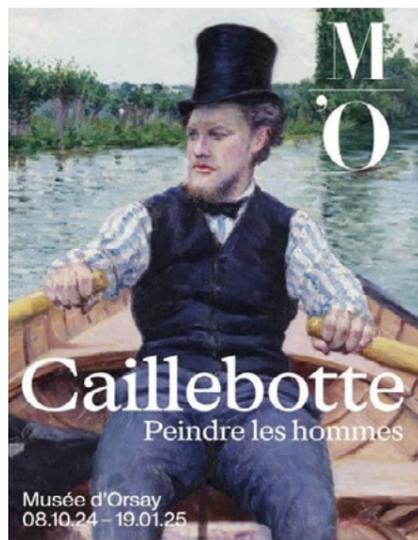
Musée de l'Orangerie  
2 oct. 2024 - 27 janv. 2025

mercredi 23 octobre



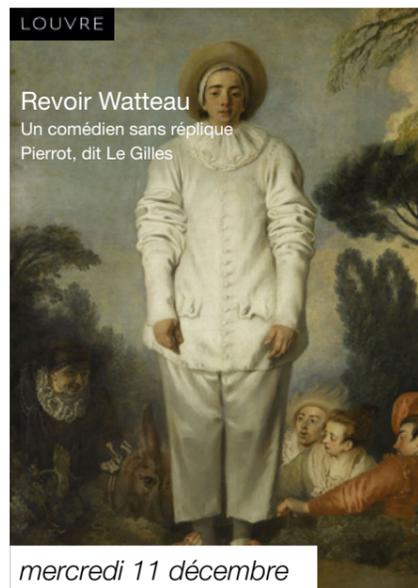
Musée Jacquemart-André  
6 SEPT. 2024 - 5 JANV. 2025

mercredi 30 octobre



Musée d'Orsay  
08.10.24 - 19.01.25

mercredi 13 novembre



Musée du Louvre  
mercredi 11 décembre

## BALADES DU TRIMESTRE

Découvrir, en marchant, un joli coin à Paris ou proche banlieue... La marche est la source de nombreux bienfaits pour la santé et efficace dans la prévention de nombreuses maladies !!!

Jeudi 10/10

Le quartier de Montmartre



Jeudi 14/11

Square René Le Gall  
+ Musée des Gobelins Manufacture



Jeudi 12/12

Parc Edmond de Rothschild  
+ Musée Paul Belmondo



## Le mot de la Présidente

Avec les Jeux Olympiques, nous avons vécu cet été des moments inoubliables.

Avec les Jeux paralympiques, ce fut, plus encore, une surprise extraordinaire.

2 millions de Français et d'étrangers se sont déplacés pour applaudir nos athlètes paralympiques. Une ferveur populaire s'est emparée du public dans un mouvement d'adhésion et de communion hors du commun. Une fraternité nouvelle nous a réunis dans un même élan et nous avons agité nos drapeaux, chanté, dansé et salué les performances de nos athlètes.

Nous avons oublié leurs handicaps et admiré le spectacle de haut niveau qu'ils nous ont offert. Ils ont aboli les frontières entre valide et invalide et contribué à changer notre regard sur le Handicap.

Les médias, très présents pour couvrir l'événement, nous ont aidés à comprendre les règles de jeu particulières aux différentes disciplines.

45 500 bénévoles se sont rendus indispensables à la bonne organisation des circulations parmi lesquels 2 400 volontaires handicapés, formés par une vingtaine d'associations pendant un an, ont guidé et orienté les spectateurs. Leur enthousiasme a conquis le public et a rejailli sur toute l'organisation des jeux.

Tout a contribué au succès grandiose des jeux paralympiques Paris 2024 : la chaleur du public, la qualité impressionnante de nos athlètes, la mobilisation massive des volontaires, le choix de sites prestigieux pour les épreuves et ce succès servira sans doute de référence aux jeux à venir.

Et maintenant après la parenthèse enchantée de ces jeux 2024, quelle suite lui donner ?

Les Français vont poursuivre leur prise de conscience de l'importance de donner aux handicapés la juste place qui leur revient, que ce soit dans le sport, à l'école, dans les activités culturelles, à l'hôpital ou dans l'entreprise.

Quant aux pouvoirs publics, il est urgent qu'ils reconnaissent la situation des handicapés comme cause prioritaire en donnant les moyens financiers nécessaires et les traduisent en actions concrètes.

**A tous de relever ce défi !**

Michèle Drevet

LE 4 JUIN 2024

**REPORTAGE PHOTOS À GIVERNY ENTRE SOLEIL ET PLUIE**



En terrasse, sous un bel auvent, un restaurant au nom poétique « **Le Temps des Fleurs** ».

Déjeuner sympathique et joyeux servi par une jeune fille souriante et un patron chaleureux. (photos 1, 2 et 3)

Une belle vue sur la célèbre maison de **Monet**. (photo 4)

Dans l'atelier du grand peintre, une soixantaine de copies de toiles de l'artiste. (photo 5)

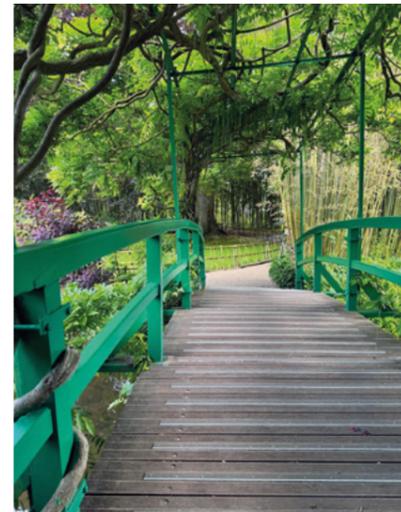


**BALADE DANS LES DEUX JARDINS DU PEINTRE**

Le jardin de fleurs des champs et de rosiers grimpants. (photo 6 et 7)

Après le beau temps, la pluie... mais toujours la bonne humeur ! (photo 8)

Le jardin d'eau d'inspiration japonaise et ses deux éléments emblématique : le pont japonais et le célèbre bassin aux nymphéas. (photos 9 et 10) ❖



DÉBUT JUILLET 2024

« JE TAPE À LA PORTE, ELLE EST FERMÉE DE L'INTÉRIEUR, J'APPELLE MAMAN, PAS DE RÉPONSE... JE FORCE LA PORTE... »

*Céline voulait bien être interviewée par Michel et qu'il raconte son histoire mais elle voulait que son mari soit là car elle a des difficultés pour parler. Michel a donc pris rendez-vous avec son mari et il est allé chez eux à Rueil Malmaison. Ils habitent un appartement dans cette ville, ils ont 3 enfants, Camille 18 ans, Chloé 15 ans, Grégoire 10 ans. Céline travaillait dans l'immobilier et Olivier travaille à Air France comme responsable de projets dans la maintenance des avions.*



### Dans quelles circonstances as-tu eu un AVC ?

Olivier raconte « Le matin du 3 février 2020, nous cherchons Céline dans la maison, nous ne la trouvons pas, peut-être est-elle aux toilettes. Notre fille Camille, frappe à la porte, « Maman, c'est toi qui est là ? » Pas de réponse, j'ouvre la porte et trouve Céline par terre inconsciente, très vite je comprends que c'est grave, j'appelle le SAMU réponds aux questions du régulateur puis du médecin qui fait l'examen à distance. La prise en charge a été rapide mais en de telles circonstances cela paraît long, très long. Après 30 minutes les pompiers sont là, pour nous ces 30 minutes ont duré une éternité ».

Céline est toujours inconsciente, il faut la transporter en urgence à l'hôpital Foch pour retirer le caillot. Ils ont pris un chemin très rapide. A l'hôpital, Céline a été prise en charge très rapidement, ils ont retiré le caillot par des voies naturelles. Céline

avait les yeux ouverts mais elle était inconsciente. Elle s'est réveillée assez vite mais elle ne parlait pas, pas un mot. Elle avait eu un grave AVC avec des séquelles de parole mais aussi l'hémiplégie du bras droit. « Avant cet AVC, tu avais souvent des migraines, on a mis cela sur le compte de problèmes féminins, 4 ans plus tard tu fais un AVC et aujourd'hui, tu n'as plus de migraine ».

### Après l'hôpital où es-tu allée ?

Céline est restée 10 jours à l'hôpital Foch puis elle est allée à l'hôpital Stell pour la rééducation et là c'est le covid avec confinement, une période terrible ! pas de visite, je n'arrivais plus à lire, j'avais la télévision ! Après quelques semaines c'est le néant, plus rien, juste un téléphone mais quand on ne parle pas, c'est compliqué.

« Jusqu'à fin avril dit Olivier avec le Covid ce fut très difficile, chacun

devait rester dans sa chambre, les orthophonistes ne pouvaient plus venir, les séances se faisaient en visio sur un ordinateur. »

« Fin mars j'ai eu le Covid dit Céline, en plein dans la crise j'ai eu un peu peur, j'ai eu de la fièvre, 10 jours de fièvre, des courbatures. Finalement j'ai fait une grosse déprime, je pleurais tout le temps, il fallait que je sorte de là. Je sors enfin à la fin du mois d'avril.

### Comment s'est passé le retour à la maison ?

« Avec le retour à la maison je renais. J'ai d'abord passé 2 mois chez mes parents puis je suis rentrée à la maison, c'est dur mais c'est bon. La jambe tire un peu, j'ai moins de force dans la main droite et certains gestes du quotidien sont plus compliqués mais j'ai retrouvé mes 3 enfants. Les enfants m'aident. Et moi, je ressentais une fatigue très lourde. Olivier a beau-



coup fait à la maison car moi, j'étais « là sans être là ».

**Si on ne me connaît pas, je paraissais normale. Mon aphasie est invisible !** » Mais, c'est difficile d'échanger et j'ai ressenti plus de difficultés avec Olivier... Ils vont vite parfois. Et quand on me pressait, c'était pire, rien ne sortait. Je me suis fait aidée pour l'aide aux devoirs avec Béa et aussi pour moi-même, par une psychologue ».

Au début de l'interview Céline était très réservée, elle n'osait pas parler et petit à petit elle a pris la parole.

« Depuis mon retour à la maison, j'ai 5 séances d'orthophonie par semaine avec 3 orthophonistes différentes qui sont spécialisées en aphasie, à Rueil, Carolyne, Pauline et Ester.

Petit à petit, je réussis à prendre de l'autonomie ; Je me déplace à vélo, Je fais les courses, je fais des maraudes avec une amie. J'ai repris progressivement la conduite de la voiture avec l'aide de l'association Comète.

Je vais aux réunions de parents d'élèves, je ne dis rien mais je signe les inscriptions et les chèques. Au-

jourd'hui Camille rentre à Dauphine, Chloé va passer le bac et Grégoire est en 6<sup>e</sup> ».



### Comment as-tu connu le GAIF ?

Par une de mes orthophoniste, Pauline Pierdait. Carolyne François était très active dans l'association à la naissance du GAIF ; elle a eu Michel Renaudie comme patient. Je vais à la danse avec lui, Toshi, Simonne on rit beaucoup, pour moi, c'est loin mais avec le RER c'est parfait.

### Que faisais-tu avant ton AVC ?

Je suis né en Côte d'Ivoire, j'y ai vécu un an et demi car mon père y était coopérant à Abidjan. J'ai fait des études de commerce ensuite du marketing, de la vente et enfin l'immobilier pendant 10 ans, j'aimais beaucoup il y avait une très bonne ambiance.

### Que faites-vous pour les vacances ?

Nous allons en famille, tous les 5 dans le Morbihan, en Grèce, à Santorin et en Anjou. Puis nous finirons par une journée à Roland Garros aux jeux paralympiques, merci le GAIF. ❖

Interview réalisée par Michel Lagneau



28 AOÛT AU 08 SEPTEMBRE 2024.

**LA FERVEUR DES JEUX**

Notre expérience des Jeux Paralympiques au Champ de Mars a été formidable.

Nous nous sommes rendus sur le site de l'Aréna Champ de Mars avec notre voiture. Nous avons trouvé sans peine des places de parking PMR et en arrivant sur l'Aréna, l'organisation était parfaite et l'accueil très chaleureux.

C'était vraiment un traitement VIP ; nous étions comme en « tribune présidentielle » en compagnie d'autres fauteuils, au bord du tatami avec une vue parfaite sur les combats.

**L'ambiance était survoltée...** une ferveur incroyable dès que l'une ou un judoka français arrivait au dojo.

Un spectacle magnifique, vraiment beaucoup d'émotions à l'image générale de ces jeux paralympiques ; une journée inoubliable !

Merci au GAIF et à ses représentants de nous avoir permis de vivre cette expérience formidable et que nous garderons longtemps en mémoire.

*Pascal et Térésa*

J'ai découvert les disciplines paralympiques. Les athlètes sont tout simplement incroyables.

**Et quel plaisir de voir le stade en furie pour les encourager !**

Un très chouette moment avec l'équipe du GAIF.

*Charlotte*

Le samedi au stade de France... un choc !

Dès l'entrée dans le stade, ce qui frappe, c'est le vide, l'espace et le silence.

Puis c'est l'entrée, sans encombre, dans les gradins... Les contrôles fluides...

**L'accueil souriant et détendu des volontaires.**

Petit à petit le stade commence à se remplir mais sera-t-il-plein ? J'en doute franchement ...

Je me trompe lourdement. **Le stade s'est allumé et la vie est entrée : la lumière, les spectateurs, puis le son immense, la musique, les présentateurs emplissent le lieu... C'est juste énorme !**

On est captivés même si on n'y connaît et comprend rien.

Puis les arbitres et les premiers athlètes entrent... de partout.

Où regarder ? Le saut, les lancers du disque, le javelot sur les écrans...

Les sprints à pied, en fauteuils de course... les 400 m, les 100 m, le 5000 m...

Ils sont tous là en même temps... Fiers d'être là, forts de l'engagement de tous.

Des athlètes changent de prothèses, courant, redoublant d'énergie, propulsés au saut en longueur en équilibre sur leurs lames en guise de jambes.

Des fauteuils de course fusent à la seule force des bras, font des tours et des tours à toute vitesse...

Comment font-ils ? D'où leur vient cette énergie ?

**Les gradins s'enflamment... Les encouragements, les applaudissements crépitent.**

Et les drapeaux se hissent... La cloche retentit pour les médaillés.

Où regarder ? Ils sont partout en même temps... Et cela continue... Continue... pendant 3 heures.

Et nous sommes là, nous sommes tous là.

**Merci le GAIF, merci à tous et toutes pour cette journée gravée dans nos coeurs.**

*Elizabeth*

Je suis allée voir le basket fauteuil hommes (Australie, USA) femmes (Allemagne, Japon) aux jeux paralympiques. Il y avait beaucoup d'ambiance pour encourager les basketteurs. Les 2 équipes de 5 joueurs s'affrontent pendant 4 périodes de 10 minutes. J'ai applaudi sans cesse parce que il y avait du rythme et du dynamisme dans le jeu ! les contacts et les chocs sont très nombreux dans un match, les basketteurs n'ont pas peur de se faire mal pour attraper le ballon avec une extrême rapidité et une grande adresse pour atteindre le panier! Ils ont une grande maîtrise du fauteuil, ils roulent très vite dans le jeu avec un esprit collectif !



*Claire*

31 août 8 heures 15, nous avons rendez-vous devant les grilles du Stade de France. Pas d'attente, pas de bousculade, des volontaires très souriants, une organisation impeccable.

Les épreuves se sont déroulées pendant 3 heures sous nos yeux et personnellement, j'ai été scotchée par l'envie de réussir de nos athlètes, par le haut niveau des performances et par l'engagement des bénévoles sur place.

**J'ai eu un grand moment d'émotion** quand la championne paralympique de saut en longueur a fait un tour de piste sur ses prothèses, drapée de ses couleurs pour sonner la cloche de la victoire.

*Michèle L.*

**Félicitations aux bénévoles pour leur gentillesse. Les athlètes étaient incroyables.**

J'ai été marqué par une néerlandaise qui était tellement heureuse d'avoir gagné malgré son handicap.

Une belle leçon de vie pour nous tous !

*Gilles*

**Journée inoubliable, ambiance formidable** et nous avons terminé cette belle journée, pour ceux qui le pouvaient, autour d'une table...

Un moment bien sympathique !

*Bernard et Annie*

**Le Gaif remercie chaleureusement Jackie Jullien qui s'est employée à trouver des places aux jeux olympiques... ❖**

## MARCHE EN PLEINE NATURE : UNE CURE NATURELLE

Quand Geneviève m'a demandé d'écrire un article pour encourager les aphasiques du Gaif à rejoindre le groupe « la Marche » (ou « les Balades »), j'étais un peu mitigé.

Pas par manque de conviction, certainement pas ! Mais simplement parce que je pensais que Michèle Drevet avait déjà réalisé cette mission en écrivant un texte pour inciter les adhérents à nous rejoindre après la création du groupe, mais que nenni !!!!

Par ailleurs, j'avais tenté, par le passé, de faire la promotion de ce groupe par l'intermédiaire d'une affiche en 2020 à l'assemblée générale. Elle s'intitulait « Comment la marche affecte le corps ». Cependant, je dois bien admettre que cette affiche, petite et collée sur un mur auquel tournaient le dos les aphasiques du Gaif, ne pouvait suffire à convaincre...

Donc j'ai dit oui à Geneviève... Cela me tient à cœur d'encourager des aphasiques à nous rejoindre : la marche est une activité simple et saine bénéfique pour le corps et l'esprit (c'est bon pour le moral et plus encore !) et puis... on peut regarder le paysage, discuter, rire, chanter... Cerise sur le gâteau : c'est gratuit !

Depuis longtemps, certains aphasiques du Gaif ont pris l'habitude de marcher en petits groupes ou séparément, dans le cadre des séjours à Riville et à Argentat. Alors, en 2019, Michèle, Toshi et moi avons proposé une balade mensuelle à Paris ou en région parisienne, adaptée au rythme de chacun, le jeudi à 14h.



Pour que ces balades soient les plus agréables et le plus adaptées possible, nous nous retrouvons, Michèle, Toshi et moi pour préparer les futures balades que nous proposerons au groupe. Nous choisissons le lieu en nous fondant sur plusieurs critères : nous recherchons **un lieu avec de la verdure (parc, jardin public...)**, de la tranquillité et du calme, un peu de dénivellation, des bancs en quantité suffisante (c'est important !!!), des WC accessibles, un café à proximité...

Nous veillons également à choisir des lieux à proximité des transports en commun.

En règle générale, nous prévoyons une balade d'1h ou 1h30 incluant des temps de pause. Toshi est là pour nous rappeler à l'ordre lorsque nous sommes trop rapides : ce n'est pas une course et l'objectif est de partager un moment tous ensemble, quel que soit notre rythme habituel de marche.

Nous essayons de laisser les problèmes à la maison. La marche nous permet de nous évader, de chasser les pensées négatives, de réduire l'anxiété, bref... D'apaiser notre esprit.

Bien sûr me direz-vous... il s'agit d'une activité que l'on peut pratiquer seul et régulièrement. Mais... Le faites-vous ? Si oui, vous gagneriez à nous rejoindre pour découvrir les sublimes lieux que nous repérons juste pour vous ; si non, alors vous n'avez

plus aucune excuse, rejoignez-nous ! Le groupe « la marche » a également vocation à lutter contre l'isolement. Et si vous n'êtes toujours pas convaincus, lisez ceci :

Pourquoi la marche est excellente pour la santé de tous (que vous soyez jeune ou... moins jeune...) et pour l'esprit ?

La marche :

- Réduit le risque de maladies cardiovasculaires (infarctus, accidents vasculaires cérébraux, etc.) ;
- Réduit le risque d'hypertension et améliore le profil tensionnel à l'effort ;
- Améliore de façon générale la condition physique ;
- Améliore les capacités cardio-respiratoires ;
- Aide à lutter contre la sédentarité ;
- Peut aider à contrebalancer un régime alimentaire trop riche ;
- Permet de réduire ou de maintenir son poids ;
- Améliore la circulation sanguine ;
- Améliore la solidité des os et participe à la lutte contre l'ostéoporose ;

« Quoi qu'il arrive, marcher, ou fournir un effort physique - même s'il n'est pas régulier - est toujours mieux que de ne pas en fournir du tout. Ce n'est jamais inutile. » *Dr Levine*, médecin du sport.

Mais dans tous les cas, pour les aphasiques, c'est une sortie joyeuse et conviviale qui les attend, sans jamais oublier notre rituel : un pot final très apprécié ! ❖

## LES 7 DIFFÉRENCES



# 12 Groupes et Activités

## Paris XV

**Atelier Bien-être**  
14h45 à 16h30  
3<sup>e</sup> mardi  
de chaque mois

Andréa Schumer  
Tél : 06 70 71 16 80

**75**

## Paris XVII

**Atelier écriture**  
14h30 à 17h00  
1<sup>er</sup> mardi  
de chaque mois

Maria Soarès  
Tél : 06 83 28 40 15

**75**

## Paris XVIII

« Entre-nous »  
14h30 à 17h00  
Le vendredi  
tous les 15 jours

Raquel Martin  
Tél : 06 65 10 45 32

**75**

## Paris XIX

**Atelier chanson**  
15h00 à 16h30  
2 fois par mois

M<sup>mes</sup> Thomas, Besson  
Tél : 01 42 08 40 40

**75**

## Saint-Germain

**Groupe de parole**  
14h30 à 17h00  
Le samedi  
1 fois par mois

Chrystelle Vinit  
Tél : 01 39 69 50 36

**78**

## Epina y s/orge

**Groupe de parole**  
14h00 à 16h30  
1<sup>er</sup> vendredi  
de chaque mois

Michel Lagneau  
Tél : 06 60 54 92 93

**91**

## Garches

**Atelier Chanson**  
14h30 à 17h00  
Le mercredi  
2 fois par mois

Annie Noiret  
Tél : 06 62 12 18 43

**92**

## Saint-Denis (1)

**Atelier théâtre**  
14h00 à 15h30  
Tous les lundis

Geneviène Renaudie  
Tél : 01 43 73 23 87

**93**

## Vauréal

**Atelier d'expression  
créative**  
1<sup>er</sup> Vendredi du mois  
**Échange et jeux**  
3<sup>e</sup> vendredi du mois

Michèle Drevet  
Tél : 06 16 31 05 69

**95**

## Saint-Denis (2)

**Arts plastiques**  
14h30 à 16h00  
toutes les  
3 semaines

Toshi Matsunaga  
Tél : 06 50 40 08 32

**93**

## Vincennes (1)

**Atelier chanson**  
14h à 16h30  
Le mardi  
2 fois par mois

Marie-Josée Lespagnol  
Tél : 01 43 74 10 05  
André Reyssier  
Tél : 06 32 15 08 10

**94**

## Vincennes (2)

**Danse-Thérapie**  
14h30 à 16h00  
le jeudi  
2 fois par mois

Geneviène Renaudie  
Tél : 01 43 73 23 87

**94**

## Ile-de-France

**Sortie balade**  
14h00 à 16h30  
Le jeudi  
1 fois par mois

Alexis Vinceneux  
Michèle Drevet  
Tél : 06 16 31 05 69

**IDF**

## Paris

**Sortie culturelle**  
14h30 à 16h30  
Le mercredi  
2 fois par mois

Toshi Matsunaga  
Tél : 06 50 40 08 32

**75**