



Le P'tit Barjaqueur

Janvier 2009
Numéro 4

Ce journal est issu du travail mené par les aides à domicile avec les bénéficiaires qui ont bien voulu participer. Nous remercions grandement tous les auteurs et nous nous excusons de ne pas avoir pu faire paraître la totalité des contributions. Nous nous efforcerons de le faire dans le prochain numéro. Merci de votre compréhension.



CRAM
Rhône-Alpes

Récit de vie proposé par Paul

25 ans de bénévolat avec les Amis du Vieux Seynod !

La toute première fête du Vieux Seynod lancée par Eric faisait revivre les anciens métiers autour de l'église Saint-Martin.

Ce jour-là, un souvenir m'est revenu en tête...

Avant la seconde guerre mondiale, mon père défilait avec son cheval tirant une machine agricole. Et moi étant jeune, je participais sur un char à foin tiré par deux chevaux.

Là, l'idée de faire un petit défilé pour la fête du Vieux Seynod m'est venue. A partir de 1983, j'en ai pris la responsabilité. Au début, il était composé essentiellement d'hommes qui portaient sur leurs épaules des outils tels que des faux, des fourches, des râtaux, etc...

Puis, pour l'améliorer, il y eut des chars tirés par des chevaux sur lesquels des hommes et des femmes représentaient les anciens métiers, comme les vanniers ou les fruitiers.

Ensuite, pour donner de l'originalité à la fête, nous avons changé chaque année de thème. Il y eut celui de la moisson, de la fenaison, de la transformation du lait.

Cette année 2008 fut dédiée à la vache...



Maintenant, j'arrive à 85 ans. J'ai trouvé un remplaçant pour l'organisation du défilé.

Pour la préparation complète de la fête, il y avait ces dernières années jusqu'à 200 bénévoles. Pour l'année 2009, si des personnes veulent participer à la préparation, elles sont les bienvenues à l'Association des Amis du Vieux Seynod !

Association Les Amis du Vieux Seynod
27 Avenue de Champ Fleuri
74600 SEYNOD
Tél : 04.50.33.45.41
Email : vieuxseynod@free.fr

Expérience de vie proposée par Patrick PERILLAT

Histoire d'une rencontre

1998, ça fait déjà deux ans que je suis en fauteuil roulant, et je sais maintenant que j'y resterai. J'ai un fauteuil pour la maison, oui, mais il m'en faut un deuxième pour la voiture. Est-ce que la Sécurité Sociale participerait à l'achat d'un deuxième fauteuil ? Quelle est la personne qui m'a suggéré de contacter une assistante sociale de l'Association des Paralysés de France (APF) ? Je ne sais plus, mais j'ai eu ma réponse.

« Oui, c'est possible ! »

Dans ma conversation avec l'assistante sociale, le mot **bénévole** a été prononcé.

« Pourquoi ne pas devenir bénévole ? » m'a-t-on suggéré.

« Pourquoi pas ? » me suis-je dit.

Première visite dans les locaux APF de la délégation avenue de Brogny à Anancy !

J'y rencontre d'autres personnes en fauteuil roulant - et bien plus handicapées que moi – qui s'occupent, qui se bougent, qui se battent. Ces rencontres vont m'aider à relativiser mon handicap. Oui, je suis en fauteuil, mais je me déplace sans problème, je conduis ma voiture. Et si je m'ennuie à la maison, j'ai la possibilité de m'occuper en filant un coup de main à d'autres personnes.

« Arrête de te lamenter sur ton sort et bouge toi ! »

Ca y est, c'est parti – premiers contacts !

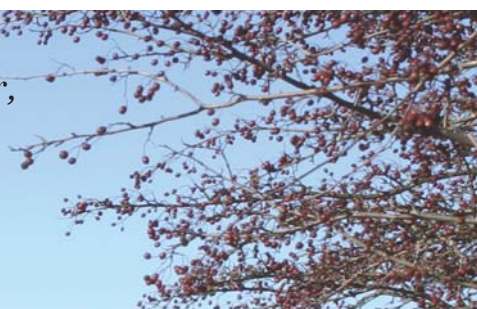
Comme j'étais dessinateur en bâtiment, on me propose de m'occuper de l'accessibilité au sein de l'association. *« Pourquoi pas »* ?

Première réunion à la Direction Départementale de l'Équipement. Tous les 15 jours, nous nous retrouvons entre gens intéressés par leur travail. Mais nous rencontrons des difficultés pour mettre en place l'accessibilité de la voirie et des lieux publics, avec certaines administrations et quelques professionnels.

Mais aujourd'hui avec la loi de 2005, les maires et les architectes qui « renâclaient » il y a 10 ans, ont bien compris qu'il fallait évoluer.

Citation de Mme Marie GRANDCHAMP

*" On naît pour combattre et on meurt pour se reposer,
autant profiter pleinement de tous les instants de
bonheur, ce sont autant de moments de répit ".*



Expérience de vie proposée par Patrick PERILLAT

Histoire d'une rencontre (suite)



Tout n'était pas gagné, mais un bout de chemin a été fait !

Je le vois maintenant à Seynod, où j'habite depuis 8 ans. Désormais, le centre ville est entièrement accessible aux Personnes à Mobilité Réduite, aussi bien les commerces que les locaux de la mairie, l'auditorium, la MJC le Polyèdre.

Quelques points noirs demeurent bien sûr : la piscine est accessible, mais pas les bassins, et puis toujours et encore l'accès à la plupart des bus !

Un autre exemple qui montre que le combat est payant. Après 2 manifestations devant la Préfecture d'Annecy et un entretien avec Mr le Préfet (en 2004 ou 2005, je ne me rappelle plus), un permis de construire a été déposé ce printemps 2008, pour la réalisation d'un élévateur qui permettra d'avoir enfin accès au 1er étage et donc à tous les services de la Préfecture. Ce qui était impossible il y a 5 ans, est possible aujourd'hui.

« Ca bouge, ça bouge ! »

Un plus à Annecy !

La piscine des Fins est accessible et il y a un bassin aménagé par les Personnes à Mobilité Réduite. En effet, un système de mise à l'eau est en fonctionnement. Depuis 4 ans, avec Handisport, je vais nager régulièrement dans les deux bassins. Je reconnais que le moral et le physique s'en ressentent.

Et pour terminer, cerise sur le gâteau : un nouveau centre de rééducation vient d'ouvrir à Argonay.

Recette de cuisine proposée par Mme R.D.

Le Toffé, galette aux pommes

Mme R.D. nous fait partager une recette de cuisine de son cru qui trouve toujours des adeptes.

Ingrédients : 2-3 pommes
3 oeufs
3 cuillères à soupe de lait
1 pincée de sel
2 cuillères à soupe de sucre

Faire revenir dans une poêle beurrée les tranches de pommes, couvrir pendant le temps de cuisson.

Dans un bol, mélanger les oeufs avec le lait, le sucre et le sel, puis verser dans la poêle sur les pommes.

Bon appétit !

Soins proposés par Mme R.D.

Soins naturels d'Antan



Mme R.D., avec toute son expérience, a bien voulu nous confier ses **recettes naturelles** qu'elle pratique encore et qui reviennent en force dans nos maisons.

Soigner les panaris « mal blanc »

Cueillir des fleurs de lys blanc et enlever les étamines, les mettre dans un bocal, recouvrir d'eau de vie (macération minimum 1 mois).

Appliquer sur le mal le pétale entouré d'un pansement, toute une nuit.

Soigner les hématomes

Cueillir des fleurs d'arnica, les mettre dans un bocal, recouvrir d'eau de vie 45° (macération 1 mois minimum).

Appliquer le liquide sur l'hématome.

Idée : si vous n'avez pas d'eau de vie, vous pouvez utiliser de l'alcool à 90° coupé avec de l'eau.



L'équipe de rédaction du P'tit Barjaqueur

vous souhaite

**tous ses meilleurs voeux
pour l'année
2009**

Plateforme des services à domicile :
25, domaine de la Fruitière
74150 Marigny Saint Marcel
Tél. : 04 50 01 87 15 Fax : 04 50 01 87 16
sigal.plateforme@wanadoo.fr

Horaires d'ouverture :
Du lundi au mercredi : 8H30 - 12H / 13H30 - 17H
Le jeudi : 8H30 - 12H / 13H30 - 18H
Le vendredi : 8H30 - 12H