

# Les RéActeurs de l'Espace



Journal de l'Espace Convivial Citoyen

## Édito

« Ce n'est pas parce qu'il est difficile de s'exprimer que l'on n'a rien à dire! »

**Chers lectrices, chères lecteurs, Dans ce nouveau numéro, nous avons voulu faire la part belle aux expériences de vie de nos adhérents.**

Vous y trouverez ainsi des récits de parcours de vie, de voyage, des passions et un hommage au monde ouvrier. Cependant, nos Espaces Conviviaux Citoyens sont aussi pour chacun d'entre nous l'occasion de vivre des projets collectifs enrichissants.

Ainsi, nos participations actives à la Semaine d'Information sur la Santé Mentale et à la Fête du Printemps et des Solidarités, avec nos Amis des Espaces Conviviaux Citoyens de Vire et de Granville, furent l'occasion d'affirmer les valeurs militantes d'Advocacy Basse Normandie.

L'été s'annonce ...

A notre habitude, nous allons profiter de nos beaux paysages régionaux pour des journées en plein air...ou bien même des séjours dans le Nord Cotentin et en Auvergne!

Nous vous souhaitons à tous de bonnes vacances estivales !

L'Equipe Journal

SOMMAIRE

Édito



Expérience de vie



Festivités



Souvenirs



Vie Associative



## C'était à Noël...



Créons du lien... retrouvons-nous!

**Espace Convivial Citoyen**  
5, rue Singer (place Félix Eboué)  
14000 CAEN

www.advocacy.fr



Tel : 09 50 29 48 59

eskonci14@yahoo.fr



Association **ADVOCACY**  
Basse-Normandie



## Expérience de vie

Expérience Himalayenne...



Je me suis absenté du 14 avril au 7 mai pour un voyage au Népal. Un rêve de longue date : fouler les montagnes himalayennes pour faire le mythique trek du Tour des Annapurnas. Ces vallées sont encore inaccessibles en voiture, mais plus pour très longtemps... Quelques chiffres : 18 jours de trek, des journées de 4 à 9 h de marche, le col du Thorong La (5416m) à gravir, 10500m de dénivelés positifs et 6000m de dénivelés négatifs cumulés, des panoramas époustouflants sur des sommets de 7000m à plus de 8000m... Bref un bon défi physique et mental personnel ! Pour cela, je me suis trouvé deux compagnons de voyage, rencontré pour la circonstance, Antoine du Havre et Chantal de St Malo, tous deux la cinquantaine bien sonnée! J'ai trouvé une agence de trek franco-népalaise pour encadrer notre marche. Elle finance des projets humanitaires, un dispensaire et deux écoles, dans la région d'Helambu au nord de Katmandou. Nous marchons donc avec un guide et deux porteurs car la sécurité en altitude n'est pas à négliger dans ce genre de voyage...

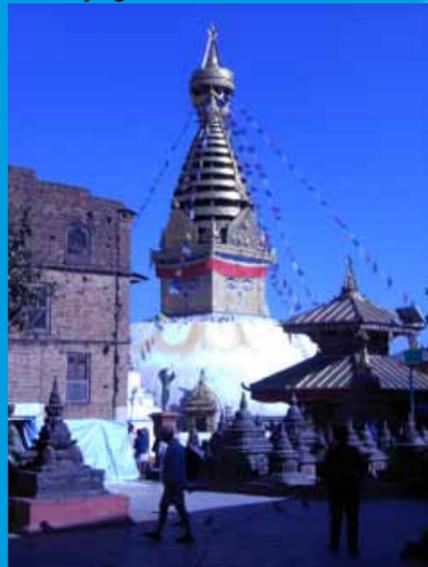
Nous évoluons dans des paysages merveilleux et qui varient au fur et à mesure de notre ascension : atmosphère tropicale, rizières en terrasse, gorges profondes puis forêts alpines de pin, de rhododendrons. Et au plus haut, végétations basses, glaciers, sommets enneigés... On en prend plein les yeux, les poumons...et les mollets car les dénivelés sont souvent coriaces ! Mais la souffrance se transforme en plaisir dans ces paysages enchanteurs...

Environ 80% de la population Népalaise est hindouiste. Mais nous traversons principalement des villages bouddhistes car beaucoup de Tibétains se sont installés ici pour fuir le régime Chinois qui les persécute. Les deux religions cohabitent et s'empruntent des Dieux et des rites qui souvent m'impressionnent...Les « stupas » monastères sont magnifiquement décorés. Des moulins à prière que nous devons contourner par la gauche se trouvent à l'entrée, au milieu et à la sortie de chaque village.

Les habitations sont très rustiques ; faites de terre, de bois et de pierre. Elles se réduisent bien souvent à une grande cuisine munie d'un four à bois en terre, qui est la partie de vie centrale de la maison car elle est chauffée, et à une pièce pour dormir ou se réunir. Chacun cultive un petit lopin de terre servant à nourrir la famille. Bien souvent, des poules, des buffles et surtout des vaches, l'animal sacré ici, se baladent dans les rues, en toute liberté.

C'est aussi le cas à Katmandou ! La capitale bruyante et polluée, à l'activité débordante. Elle est impressionnante de contraste, entre modernité et misère. Elle bouscule, met mal à l'aise, émerveille, fascine...C'est justement ça, selon moi, le sens d'un voyage, s'interroger sur son rapport au monde...

Julien C.



Ensemble à Granville !

Dimanche 19 février 2012, nous sommes partis à 5 personnes de l'Espace Convivial Citoyen de Caen rejoindre les Amis de Granville pour aller ensemble au Carnaval.

A 11h, Ludovic et des adhérents à l'Espace nous ont accueillis avec un café. Nous avons emporté notre pique-nique que nous avons dégusté tous ensemble.

Après le café nous avons parcouru la ville pour suivre les chars magnifiquement décorés, accompagnés de musique et de fanfares. Vers 17 heures, nous avons repris la route pour revenir à Caen vers 18h30.

Farida B.

## Souvenirs



En hommage à tous mes camarades de la SMN

Le 7 mars 2012, par un temps maussade et pluvieux, nous étions 10 adhérents de l'ECC à nous rendre sur le site du Clos Joli.

C'était pour nous beaucoup plus qu'une simple visite, mais une démarche citoyenne de part la spécificité de ce lieu.

Je m'appelle Régis et j'étais particulièrement ému de m'y rendre car je suis un ancien de la SMN. J'y suis rentré le 2 août 1973, à 19 ans.

En 1991, comme beaucoup d'autres travailleurs le furent, j'ai été « économiquement licencié » comme on dit !..

En 1993, la SMN a définitivement cessé son activité.

Le jour de la fermeture, la sirène de l'usine a symboliquement, pendant de longues heures, fait résonner son dernier et douloureux appel.

J'habite toujours avec ma famille au plateau, à Colombelles, cité ouvrière qui fut construite par ce qui fut longtemps le plus grand complexe industriel de la région.

Je passe donc tous les jours devant mon ancienne usine, qu'on appelait communément les « hauts fourneaux » ; ceux-ci rougeoyaient le ciel lors des coulées et rythmaient ainsi la vie des Caennais.

A présents, seuls une tour de réfrigération, les bâtiments de l'école d'apprentissage et de l'atelier où j'ai si longtemps travaillé subsistent, pour la Mémoire !

Le Clos Joli, ensemble de maisonnettes construites à Caen, avenue Georges Clémenceau et, elles aussi occupées par des anciens de la SMN, est maintenant inhabité.

Ce site n'est plus que désolation.

Plus aucune vie dans ces lieux qui, dans un passé encore proche, connurent l'animation des familles qui y habitaient.

Ces maisons à présent murées me touchent profondément ; je les ressens comme un deuil, au même titre que la fermeture de mon usine. Et tous ces jardinets aujourd'hui en friche, comme ils m'attristent !.. Les fleurs et les légumes ne sont plus là !.. Comme n'y sont plus les enfants qui devaient prendre bien du plaisir à s'y ébattre! Comme n'y est plus personne !

Où sont ils donc ? Que sont-ils devenus mes anciens camarades et leurs familles ?

Une association, le Collectif Aéro, pour perpétuer la Mémoire Ouvrière du Clos Joli, a entrepris de peindre les murs de toutes ces maisonnettes à l'abandon.

Ces fresques, exécutées par un artiste graffeur, sont superbes, pleines de sensibilité, et accentuant, par là-même, l'émotion dégagée par ce lieu.

On peut y admirer des travailleurs, hommes et femmes, au labeur dans l'usine ; de magnifiques portraits dont ceux de certains habitants ayant vécu ici et qui ont disparu ; les visages de chanteurs populaires de l'époque (Piaf, Brassens, Brel,



Montand, etc...), sans oublier Charlie Chaplin, en allusion à son film « les temps modernes », parfaitement adapté au site où nous nous trouvons.

Et bien d'autres admirables choses, car l'étendue de ces œuvres d'Art est importante !

J'aurais souhaité que toutes ces maisons soient rénovées, mais elles vont faire place à de nouveaux logements modernes.

Le souhaitable et la réalité sont souvent difficile à concilier !

A l'approche de la démolition du Clos Joli, prévue en Avril 2012, beaucoup de gens viennent l'immortaliser en prenant des photos, et un projet de livre est en cours avec la Direction Régionale des Affaires Culturelles dans un même souci de conservation de ma Mémoire.

Voilà ! J'en ai terminé de mon témoignage. Vous l'avez peut-être trouvé un peu long, mais ce lieu m'a rappelé tant de choses, ravivé tant de souvenirs, et provoqué tant d'émotions que je n'ai pas pu faire plus court.

Il continue de pleuvoir...Nous rentrons !

Régis B.

## Une nouvelle vie

J'ai adhéré à l'Espace Convivial Citoyen en 2010 après une première visite faite dans ces lieux. Je faisais des activités telles que les Arts Plastiques et la randonnée le mercredi avec Julien, l'animateur. J'ai trouvé un emploi que j'ai débuté le 3 janvier 2011. Déjà un an à l'ESAT de la « Passerelle Verte », où je travaille dans le conditionnement. J'y fais aussi de la peinture et depuis peu, je vais à la ferme de la Haizerie où je fabrique des glaces dans le cadre d'un stage de découverte. J'apprécie beaucoup cette activité. Ce nouveau travail me permet de me concentrer et de m'épanouir. Je continue à venir le lundi à 16 h pour la réunion hebdomadaire, ce qui me permet de connaître les activités qui sont proposées, et de m'adapter avec mes horaires de travail. Je suis inscrite également à l'Université Inter âge, où je fais de la lecture à voix haute ainsi que du scrabble. Cette année, je vais également une fois par mois au cinéma du Café des Images où il y a le cycle de cinéma Allemand. Le mardi après-midi, je vais au Oiseaux au centre Jean XXIII où je fais de l'art plastique avec Jacques Thierry et Claire Chauvin. Je m'y amuse bien ! Impossible de s'ennuyer, semaine chargée ! PS : j'ai oublié de vous dire que le jeudi après-midi, après le travail, je vais au CHS rue Caponière, faire du théâtre avec la troupe de « l'Affaire qui roule » dirigée par Jacques Mahot et Didier Josse, où je rencontre des adhérents de l'Espace Convivial Citoyen.

Christine V.

## Une vie bien remplie !

Je suis membre d'Advocacy Basse Normandie et fier de l'être ! Je fréquente l'Espace Convivial Citoyen de Caen. Je participe à la chorale « Chantons Ensemble » au Centre Socio culturel de la Grâce de Dieu le lundi de 14h à 15h30. Puis à 16h je me rends à la réunion hebdomadaire où l'on organise le programme de la semaine à l'ECC. Le mercredi, je participe souvent aux sorties culturelles et aux randonnées. Ca me permet de m'entretenir physiquement. J'ai d'ailleurs fait la proposition d'aller visiter un fabricant de sabots. J'aimerais en acheter une paire ! Je fais aussi partie du groupe jardin. Nous y allons le jeudi. Je m'occupe souvent de tondre la pelouse car bêcher n'est pas ce que j'apprécie le plus ! Mais quand il faut ... il faut ! Le midi, nous allumons le barbecue, et nous mangeons ensemble en utilisant parfois les légumes du jardin. Le vendredi après-midi, je viens de temps en temps écouter les lectures. Le week-end, je fais les permanences avec mon frère Gérard, ça me permet d'aller sur l'ordinateur. J'aime aussi recevoir les gens, et discuter autour d'un café. Sinon en dehors de l'ECC, je m'occupe de mes chats. J'en ai six, c'est ma grande passion. Je vais aussi à l'association « Les Oiseaux » animé par 2 bénévoles Claire Chauvin et Jacques Thierry du Secours Catholique. L'accueil y est chaleureux. J'y fais de la peinture et de la mosaïque. En conclusion, j'essaye de me rendre la vie belle !

Gillou

## Qu'est ce qu'un jeu de rôle ?

C'est un jeu comme son nom l'indique, où l'on incarne un rôle, un personnage. C'est aussi un jeu de dés avec des formes parfois très particulières... A 6 faces bien sûr, mais aussi à 4, 8, 10, 12, et même à 20 faces ! Ce sont tous des polygones réguliers. On tire en effet un personnage, comme dans la série des « Donjon et Dragons », qui sont des livres jeux de simulation. On peut être guerrier, magicien, voleur, paladin (chevalier du Bien), ranger, illusionniste ou encore assassin. On choisit librement un « alignement », c'est-à-dire une moralité. On peut par exemple choisir d'être « droit et bon » ou « chaotique et mauvais ». Sous la direction d'un maître de jeu qui déroule un scénario, on dit une aventure. A six ou huit personnes maximum, on combat des monstres de la mythologie du Moyen âge fantastique. Les débutants commencent niveau 1, et on évolue graduellement pour combattre des créatures de plus en plus complexes avec l'expérience. Pour prendre des décisions, les émotions des participants sont sollicitées...

Hervé P.

## Croisières à Chausey

Je m'appelle Eliane.

Ma fréquentation de l'Espace Convivial Citoyen de Caen m'a conduite à prendre la décision d'adhérer à Advocacy Basse Normandie. L'ECC proposant lors d'une réunion, des sorties en mer sur deux jours chacune, je me suis inscrite pour participer à l'une d'elles. C'est ainsi que le 3 Avril dernier, en compagnie de Roland, un autre adhérent, nous sommes partis à bord de son véhicule en direction de Granville où nous avons rendez-vous à 19h avec Patrick et Gérard les deux mariniers de la « croisière » à laquelle nous nous faisons déjà une joie de participer. A l'heure dite, Gérard nous accueille sur le ponton accédant à l'Astéria. Ce nom évoque pour moi les astéries bien sûr, ces superbes étoiles de mer dont le nom s'adapte si bien au beau bateau où Patrick nous accueille à son tour. Les présentations faites, nous sentons par la chaleur humaine dégagée par nos deux nouveaux amis, que nous allons passer un déjà trop bref séjour. Roland et moi avons le privilège de bénéficier d'une chambre particulière, l'un à la proue, l'autre à la poupe du « bâtiment ». Patrick et Gérard dormiront sur les banquettes en bois de la cabine, attention à laquelle nous sommes particulièrement sensibles. Gérard, avant le dîner, se rend à la Capitainerie afin de s'informer des conditions météorologiques pour demain : elles sont favorables et nous permettront de prendre la mer comme prévu. Comme vous le voyez, nous sommes en bonnes mains, avec deux professionnels de la navigation chez qui l'inconscience n'est pas de mise. Patrick nous fait prendre connaissance du document « sécurité en mer ». Après sa lecture, nous y apposons nos signatures, démarche réglementaire obligatoire. Décidément, c'est du sérieux tout ça, et c'est très bien ainsi ! « Croisières Côte Fleurie » est le nom de l'Association permettant à nos deux amis d'organiser des sorties en mer telles que celle que nous allons faire ensemble. Vient l'heure du dîner. C'est Patrick qui est « aux fourneaux », plus précisément à la gazinière ! La nourriture tient ici une grande importance. C'est bon et copieux ! Je suis surprise d'ailleurs que nos amis parviennent à ces « prouesses » culinaires avec les moyens du bord, c'est le cas de le dire, et dans un espace assez réduit, même si tout est calculé ici de façon fonctionnelle et ergonomique. Bien sûr, même si Patrick est, comme je l'ai dit, le « maître queux » du « navire », son ami Gérard l'assiste quand c'est nécessaire. Et, c'est à lui, à lui seul, que revient la responsabilité de faire le café ! Le VRAI café aime-t-il à dire ! A juste titre, car il est effectivement très bon, incomparable à cette « chose » soluble propres à déprimer les plus beaux caféiers ! Après ce dîner chaleureux et convivial, je suis sortie de la cabine pour fumer ma petite pipe, un autre de mes pêchés mignons ! Quand tout fut nettoyé et remis en place par « l'équipage », au lit tout le monde ! Je vais essayer de rêver que nous sommes à « St Trop' ». Le lendemain, debout à 8 heures ! Après un petit déjeuner substantiel, et la toilette faite dans les locaux fort bien aménagés tout proches sur ce port de plaisance, Patrick et Gérard nous « harnachent » avec des gilets de sauvetage, mesure sécuritaire obligatoire. A 9 heures, le moteur tourne, et c'est le départ pour Chausey. « C'est pas nous qu'on prend la mer, c'est la mer qui nous prend ! TATATA !.. » Soleil et nuages, vent de force 3, mer « belle et peu agitée ». Patrick hisse la grand voile, ce qui permet ensuite d'arrêter le moteur. Le foc est ensuite monté à l'avant. Toutes ces manœuvres sont très physiques, mais nos deux amis, dont l'adolescence remonte à quelque temps déjà, sont toujours en pleine forme. Alors que je fais bronzette tranquillement, étendue sur une des banquettes à l'avant de bateau, Roland, à qui cette mer donc « belle et peu agitée » ne convient cependant pas trop, est pris de nausées.

Gérald met alors à sa disposition un grand seau prévu à cet effet. Il est le bienvenu, et mon compagnon de croisière peut vomir à loisir tout ce qui l'encombrait, ce qui fera le bonheur des poissons du secteur. A 9 h30, le temps est tellement clair que nous pouvons apercevoir au loin sur notre gauche, le Mont St Michel et le rocher de Tombelaine avec précision.

A 11h15, le moteur est remis en route car il n'y a plus suffisamment de vent.

Nous côtoyons à présent Chausey alors qu'un orage de grêle de courte durée, nous oblige à nous réfugier dans la cabine.

A midi, nos deux marins garent leur « véhicule » tout près de la côte.

Nous déjeunons à l'intérieur du bateau car il fait quand même relativement frais.

Pendant le repas, une jolie mouette s'est installée sur le moteur, pas indifférente au fait de nous voir nous restaurer : « pas folle la mouette ! ».

En conclusion, du « menu du jour », Patrick sort d'un placard un pot de confiture faite par ses soins avec la rhubarbe de son jardin. Nous l'avons appréciée autant qu'il a appréciée que nous l'apprécions ! Merci Patrick !

Merci aussi Gérald pour tes poireaux vinaigrettes d'hier soir. Ils étaient très bons !

Roland et moi avons tenu à faire la vaisselle pendant que nos deux amis font une sieste bien méritée sur les banquettes de la cabine.

A 15h30 c'est le départ pour le retour à Granville.

Pendant les manœuvres et alors que Gérald dresse le foc un petit bimoteur nous survole à basse altitude, à deux reprises façon de nous saluer vraiment sympathique. Soleil, mer bleu sans nuages, pas de vent, mer belle, presque d'huile.

Patrick propose à Roland (qui n'a plus aucun problème digestif !) de tenir le gouvernail de l'Astéria.

Un peu hésitant au départ mais après quelques conseils rassurants, il se lance et restera à la barre, en fait pendant plus d'une heure sans soucis, et avec un certain contentement.

Non loin de Granville, (c'est d'ailleurs rare qu'ils apparaissent si près des côtes) un banc de nombreux dauphins nous accompagne un moment, bondissant ou frôlant la coque, formant ainsi un superbe ballet se voulant bien sûr amical.

Roland veut interrompre sa navigation à l'entrée du port, mais Patrick lui suggère de continuer, ce qui permettra ainsi de rendre plus aisées les manoeuvres en cours.

A part le fait qu'à un moment il se « plante » en se dirigeant vers les portes du port de plaisance, mais Patrick, tout en faisant ses manœuvres de voilure avec Gérald s'en aperçoit à temps... Roland se prenant pour un rugbyman franchit aisément l'espace séparant les deux « poteaux », (l'un rouge et l'autre vert) constituant la porte du bon bassin où nous allons accoster. Quand à cette ultime manœuvre qui va nous faire regagner le ponton d'amarrage, c'est bien sûr l'affaire de nos spécialistes.

Il est 17h40. C'est la fin de notre « croisière ». Gérald fait du café du VRAI !...

Puis, nous allons nous doucher. C'est ensuite l'arrivée de Louis, un autre adhérent d'Advocacy, souvent présent à l'ECC. Il est seul et à son tour, prendra la mer demain avec nos amis.

Alors que ce n'était pas prévu, ceux-ci nous invitent, très gentiment à rester à dîner.

Il fait si beau que nous partageons tous les cinq ce repas à l'extérieur du bateau, bien agencée pour cela. Ultime moment de convivialité et d'amitié !

Quelques mouettes sont à l'affût, tout près de nous. Nous leur jetons parfois quelques bribes de notre repas. Elles apprécient beaucoup et...sont de plus en plus nombreuses !

Il est 21h30. Nous devons rentrer.

Mille fois merci à Patrick et Gérald !

Roland repart avec un beau reste de rôti de bœuf devant lequel nous avons « calé » et qu'ils avaient mis de côté, au frigo, à son intention. Une belle marque de sympathie généreuse de plus !

« A plus ! » comme on dit.

Je n'oublierai jamais ces deux belles journées que je viens de vivre.

A 23 heures, Roland me dépose devant chez moi.

Bonsoir !

Eliane

Le vert



Le temps se gâte, la mer se déchaine, les vagues grossissent ; nous avons du mal à tenir debout.

Le vent forçait de plus en plus, l'océan déferle. Il passe du bleu au vert bouteille ou au vert émeraude.

Nous avons du mal à virer le chalut. Nous sommes malmenés, je suis affolé.

J'en ai marre de ce boulot, vivement l'arrivée à terre que l'on boit un verre et que je retrouve le vert des prairies.

J'ai le vertige de l'amour, le vert pastel et le vert sapin se confondent dans ma tête.

Le Bonheur

La vie est belle.

C'est beau la vie !

Qui a le droit de dire ces mots sans paraître un monstre d'égoïsme.

A notre époque où la vie est difficile. Où l'on voit tant de choses horribles.

Ces enfants, au ventre gonflé qui meurent de faim. Ces guerres qui tuent tant de personnes.

Ces tremblements, ces tsunamis...

Et chez nous, à notre porte, tous ces gens qui font la queue pour une soupe, pour un lit, pour dormir, pour un sourire et qui meurent de froid dans la rue, sous nos fenêtres dans l'indifférence quasi-totale.

Il est où le bonheur pour tout ce monde !!!

Je suis debout sur la plage face à la mer.

Tu es debout près de moi sur la plage face à la mer, face à ce soleil qui nous chauffe la peau.

Tu me regardes, tu prends ma main, tu me souris, tu m'embrasses ; je t'aime, tu m'aimes.

La vie est belle. Et si c'était cela le bonheur !!!

L'amour.

Tintin

La Solidarité

C'est de ne pas penser qu'à son petit cul !

Lorsqu'il ne te reste plus beaucoup de temps, donnes aux autres ce que la vie t'a donné.

Jean-Bernard



Au Hameau des Possibles...

Le 30 mai dernier, avait lieu pour la deuxième année consécutive la Fête du Printemps et des Solidarités sur les pelouses du château de Caen et autour de l'église St Pierre. Pour l'occasion, les adhérents de Vire, Granville et Caen se sont impliqués fortement pour participer à cette manifestation qui a pour but de promouvoir les initiatives d'économie solidaire, et la participation citoyenne de tous à la vie de notre société !

Car OUI ! Le Hameau des Possibles... ça nous cause !

L'ECC Vire a participé à la préparation des débats en amont de la fête. L'ECC Granville a déclamé ses textes de « Slam », spécialement écrit pour la circonstance (à voir plus bas), et nous Caennais, étions impliqués à travers les adhérents participant à la chorale « Chantons Ensemble » dirigé par Hélène ARDIT. Notre groupe de théâtre d'improvisation a pu aussi faire une démonstration de ses talents sous la bienveillance d'Elodie, notre ex-stagiaire à l'initiative du projet, et d'Aurélie de l'association Macédoine. Certains se sont impliqués au sein de leur structure de quartier...d'autres sont venus voir et y on fait des rencontres...

Nous étions tous ensemble, avec les autres...

Oh ! Quelle belle journée !

Danielle

Le hameau des possibles

Dans mon village imaginaire, il est possible de faire beaucoup de choses.

Le maire du village a mis des fleurs partout et les villageois ainsi que moi en profitent.

On s'en donne à cœur joie.

Ainsi la nuit, je dors sur un tapis de pétales de roses.

J'ai un immense étang dans lequel je pêche quand je veux.

Ma vie, je la passe dans le hameau des possibles.

L'autre jour, la sirène du marais par surprise m'a montrée sa queue d'écaillé argentée depuis je pleure.

Manu

