

Le Filopathe – N°2

Mars 97

Editorial

PLEINE PARTICIPATION ET EGALITE DES CHANCES

Le 20 Décembre 1993, la France a adopté à l'Assemblée Générale des Nations Unies la Résolution 48/96 qui établit les Règles pour l'Egalisation des Chances pour les personnes handicapées ; principes et recommandations que les pays signataires se sont engagés à respecter. Plus près de nous, dans le cadre de l'Union Européenne, à l'occasion de la Journée des Personnes Handicapées du 3 Décembre 1996, les 15 Ministres des Etats Membres, dont Anne-Marie COUDERC, ont adopté une résolution allant dans le sens de la non-discrimination des personnes handicapées. Mais, que devient l'engagement de l'état français ?

- Qu'ont-ils à dire les enfants frappés par un handicap moteur ou sensoriel lorsqu'ils sont aiguillés vers des institutions spécialisées, alors que l'intégration scolaire serait, pour la plupart d'entre eux, une mesure de pleine participation et d'égalité des chances ?
- Qu'ont-ils à dire les hommes et les femmes en âge de travailler lorsqu'ils sont orientés vers des structures de production particulières et non dans le tissu ordinaire des réalités économiques ?
- Qu'ont-ils à dire ceux et celles qui par suite d'inaccessibilité sont contraints de se priver de loisirs ou d'occasions de se cultiver et de ne fréquenter que quelques rares salles de spectacles, musées etc... ?
- Qu'ont-ils à dire ces jeunes ou moins jeunes de nos concitoyens qui sont guidés, pilotés, dirigés par les commissions, les experts, les décideurs, vers la voie tracée par l'habitude ou la réglementation obsolète ?
- Que pourraient-ils dire ces individus alors que tant de spécialistes savent ce qu'il faut pour leur bien... ?
- Mais qu'ont-elles à dire ces personnes, jeunes ou adultes, qui pensent que leur avenir est entre leurs mains, cherchant à devenir autonome, s'entraînant à acquérir des compétences, désireuses de choisir leur vie au milieu de tous ?

Oui, la pleine participation et l'égalité des chances doivent devenir autre chose qu'une réglementation lointaine, un slogan, mais une réelle possibilité pour chacun d'entre nous d'être intégré dans les structures d'éducation, de formation, de travail, de culture, de loisirs, de posséder les moyens financiers pour faire face aux exigences économiques, en un mot de choisir librement sa vie.

Roland Roux

SOMMAIRE

| | |
|---------------------------------------|----|
| Editorial..... | 1 |
| Petit mot du comité de rédaction..... | 2 |
| EUSTAT | 3 |
| Stationnements réservés..... | 4 |
| Coup de pouce..... | 5 |
| Partageons la rue !..... | 6 |
| Infos GIHP..... | 6 |
| Si on sortait..... | 7 |
| Multiplexe..... | 8 |
| Visite au Futuroscope..... | 9 |
| Infos pratiques..... | 9 |
| Poème..... | 10 |
| Sports..... | 10 |
| Le coin cuisine..... | 11 |
| Mine de crayon | 11 |
| Annonce(s)..... | 11 |
| Faites vos jeux..... | 12 |

« Pensée profonde »

Si la matière grise était rose,
personne n'aurait plus d'idées noires.

Pierre Dac

Chers lecteurs,

Soutenus par les échos favorables, sur la première mouture du Filopathe, nous continuerons nos efforts pour améliorer le journal en restant à votre écoute. Aussi, pour qu'il soit vraiment le reflet du quotidien des personnes handicapées, votre participation reste nécessaire. Envoyez-nous votre avis sur les choses qui nous entourent, votre façon de voir ou le fruit de vos cogitations... nous recherchons aussi des histoires vécues (rubrique Histoires Vraies), vos critiques sur les films ou les spectacles que vous avez vus etc.

Par ailleurs, le financement du Filopathe nous conduit à rechercher des annonceurs ; une page de publicité nous aidera à maintenir la fréquence trimestrielle. Amicalement,

Le comité de rédaction.

L'Assemblée Générale du GIHP Aquitaine se prépare (pour fin mai...) Ne pourront y participer que les adhérents, alors, renvoyez-nous vite votre bulletin d'adhésion !

EUSTAT

Empowering Users Through Assistive Technology

(Accroître le potentiel des utilisateurs dans le choix des aides techniques)

C'est un projet de recherche européen en faveur des personnes handicapées et/ou âgées. En effet, la commission européenne finance des projets de recherche impliquant des partenaires de différents pays de la Communauté (Universités, industriels, associations,...). Elle le fait dans le cadre de la Direction Générale n°XIII traitant de la recherche. Cette Direction finance plusieurs programmes dont TIDE pour TELEMATICS APPLICATIONS PROGRAMME. Notre projet est inscrit dans le secteur DE (Disabled and Elderly, personnes handicapées et âgées).

Organisations participantes :

Fondazione Pro Juventute Don Carlo Gnocchi – SIVA, Italie

Association Nationale pour le Logement des Personnes Handicapées – ANLH, Belgique

Groupement pour l'Insertion des Personnes Handicapées physiques – GIHP, France

Danish Centre for Technical Aids for Rehabilitation and Education – DC, Danemark

Instituto Superior Tecnico – CAPS, Portugal

Centro Studi Prisma – PRIS, Italie

L'objectif est de développer un modèle d'information et d'éducation qui permette aux personnes handicapées d'être plus autonome dans leur choix d'aides techniques. Il vise également à accroître les savoir-faire des "pairs conseillers" et des professionnels (médecins, ergothérapeutes, concepteurs

...) pour que leurs démarches aillent dans le sens d'une responsabilisation de l'utilisateur en matière de choix d'Aide Technique.

Le projet a démarré en Janvier 1997 et s'achèvera début 1999.

Essayons d'être plus précis.

* POURQUOI EUSTAT ?

Il apparaît essentiel aujourd'hui de reconnaître que les personnes handicapées sont capables de choisir un style de vie autonome et d'avoir le contrôle de leurs propres activités. Ceci les amène à rechercher et utiliser des Aides Techniques. Aussi, il faut leur permettre de devenir des consommateurs informés et responsables en matière d'aide technique. Empowering Users signifie accroître la puissance, le potentiel, le savoir-faire, la connaissance des utilisateurs d'aides techniques que sont les personnes handicapées ou âgées. Cette démarche personnelle implique d'abord une motivation pour devenir un citoyen actif au sein de la société, puis de disposer de l'information sur les différentes options disponibles et d'apprendre à utiliser les Aides Techniques en fonction de sa propre situation.

Le terme d'aide technique englobe tous les produits et services qui permettent de compenser des déficiences fonctionnelles, qui facilitent l'autonomie et améliorent la qualité de vie des personnes âgées et des personnes handicapées.

EUSTAT est parti de l'idée que les personnes handicapées devaient être impliquées et considérées comme des partenaires actifs dans le choix de leur aide technique ; cela va dans le sens de l'égalisation des chances, et introduit également un contrôle direct de l'utilisateur final sur la qualité des services d'Aides Techniques et des produits, avec des retombées positives pour la société toute entière.

* Les partenaires européens sont :

Deux personnes du GIHP sont référents de ce projet, Roland Roux et Christian Bérard. Comme il s'agit d'un projet de recherche technologique, l'IUT de Bordeaux est associé au Projet. La réunion de démarrage du projet s'est tenue à Milan les 19 & 20 janvier 1997.

Deux chapitres concernent le GIHP :

- la détermination des "facteurs critiques" qui permettront le transfert des connaissances sur les aides techniques aux personnes handicapées (de janvier à juin 97).

- l'expérimentation du manuel utilisateur et du guide pour les professionnels sur trois sites dont le GIHP (fin du projet janvier 99).

Le GIHP est chargé de traduire le manuel utilisateur et guide en français.

En interne, la première réunion de travail s'est tenu lundi 27 janvier avec Roland Roux, Annie Rondet, Didier Lambert, Christine Dupouy et Christian Bérard. Un premier "brainstorming" sur les facteurs critiques a eu lieu mardi 4 février au GIHP, avec Éric Sorita, Annie Rondet et Christian Bérard. Une autre rencontre s'est faite le 28 février, la suivante sera le 12 mars.

L'objectif de ces réunions de travail est d'essayer d'écrire ce qui doit être fait pour qu'une personne handicapée accède plus facilement à la connaissance des aides techniques en fonction de sa situation. On appelle cela les "facteurs critiques". Nous transmettons ensuite nos idées, via Internet, aux partenaires Belges. Ceci doivent rédiger un premier brouillon qui sera relu et commenté par tous les partenaires.

(à suivre...)

Christian Bérard

STATIONNEMENTS RESERVES

Il y a un an, dans ce même journal, était paru un appel pour témoigner et combattre l'occupation illégale des stationnements réservés aux personnes handicapées. Le nombre de réponses fut inversement proportionnel au nombre de gens touchés par ce fléau. Que celui qui n'a pas tourné en voiture plus d'un quart d'heure près d'un supermarché ne se donne pas la peine de nous écrire au Filopathe !

Alors, parlons un peu de ce sujet si préoccupant. Depuis vingt ans, l'obligation de prévoir des places de parking réservées aux GIC/GIG s'est étendue à presque tous les bâtiments à usage public ; le problème, c'est de les faire respecter !

Certains, d'humeur chagrine diront qu'on ne peut pas obliger un être humain à ne pas faire ce qu'il a décidé, ou bien qu'il n'est pas possible de mettre un gendarme derrière chaque conducteur... tss... pourquoi se décourager si vite ?

Alors, handicapés (et vos familles !), quels sont vos droits ?

Individuellement...

En la matière, le seul droit est celui de trouver un agent pour verbaliser et même, éventuellement, mettre en fourrière le véhicule du contrevenant ; puisqu'il s'agit d'une infraction au code de la route, il ne peut pas refuser d'agir. Et cela vaut même pour les parkings privés, à condition bien sûr que ce soit le propriétaire des lieux qui le demande. Ce sera l'occasion ou jamais de faire connaissance avec le directeur de votre supermarché préféré et de votre syndic de copropriété.

Plus sérieusement, c'est un comble de devoir courir chercher un agent alors que justement on a du mal à se déplacer. Et puis le recours à la force publique pour faire respecter un droit élémentaire n'est pas forcément l'idée qu'on se fait d'une vie paisible. Il ne reste plus qu'à poser un petit papier sur le pare-brise du conducteur indélicat pour lui signaler qu'il est indélicat.

Nous rappelons d'ailleurs à nos lecteurs attentifs que la pose d'autocollants est interdite (même si, parfois, ça fait du bien, c'est défendu !).

Collectivement...

Il faudrait sensibiliser :

- Sensibiliser les conducteurs qui ne voient pas toujours qu'ils sont garés où il ne faut pas et, surtout, ne comprennent pas l'importance de ces places pour nous et préfèrent parfois y voir un privilège suspect. Pour cela, la diffusion large d'un papillon à poser sur les voitures rebelles serait peut-être utile. Nous en avons un (voir page suivante) ; nous attendons vos idées de messages, nous pourrions réaliser d'autres types de papillons avec vos réponses.

Le GIHP et la CSCV ont préparé 1 minute 30 d'émission télé consommateur sur le thème du respect des stationnements réservés, nous espérons qu'elle sera diffusée les 21 et 23 avril 97 sur France3 entre 12 et 13 h.

On se souvient de l'opération médiatique de l'APF sur le sujet l'an dernier, peut-être qu'à force, le message finira par passer...

- Sensibiliser la police pour qu'elle soit tentée de verbaliser systématiquement.
- Sensibiliser les syndicats, les organismes HLM, les directeurs de grandes surfaces etc. pour une meilleure surveillance des places ou pour la construction de parkings fermés à carte magnétique. Une lectrice avait suggéré de demander la gratuité des parkings souterrains à Bordeaux Centre où le problème est particulièrement épineux.

Enfin, il se peut qu'une pétition géante très médiatisée ait de l'effet, mais il y faudrait beaucoup de signatures ; il serait possible d'offrir un autocollant au signataire, à coller dans sa voiture, le rendant ainsi solidaire de cette démarche.

Voilà donc les réflexions qui nous sont venues sans avoir pour l'instant les moyens en personnes motivées pour mettre en œuvre ces idées. Si vous avez du temps, de l'énergie et de la patience, écrivez-nous, faites-nous part de vos témoignages et de vos suggestions.

En conclusion, quelques histoires optimistes :

- la multiplication des parkings à carte dans les grandes surfaces de la région bordelaise (3 à notre connaissance),
- un stade nautique qui pose des cartons sur les voitures indûment garées,
- des gendarmes qui sermonnent les contrevenants sur un supermarché où ils faisaient des rondes vigipirates,
- le supermarché de Mérignac Soleil qui a repeint ses stationnements réservés en couleurs voyantes qui semblent dissuasives.

Malgré ces exemples, il reste beaucoup à faire dans le comportement des automobilistes-citoyens...

Alain Raymond et Dominique Helgorsky

DEFI COUP DE POUCE

Le GIHP Aquitaine, partenaire du comité girondin d'organisation de la semaine nationale des handicapés physiques était présent aux Allées de Tourny le samedi 22 mars 1997 pour le Défi Coup de Pouce.

A partir de 14h, les visiteurs étaient invités à s'inscrire au défi ; on leur remettait un carnet de route à remplir : des questions sur les personnes handicapées et leurs associations, des petites épreuves tennis, tennis de table et basket en fauteuil roulant... Le GIHP a tenu un stand d'information sur ses activités et une table de présentation d'aides techniques ; nous avons aussi invité les arrivants à découvrir quelques objets rien qu'au toucher et à reconnaître quelques goûts bien dissimulés (exemple : mélange de citron+miel+estragon, à ne pas être obligé de goûter trop souvent !).

A 18h15, M.Juppé nous a fait l'honneur de venir remettre les trophées. La journée s'est terminée par un dîner dansant au Forum Delacroix.

DH

PARTAGEONS LA RUE !

pour la liberté de circuler

Rendez-vous aux Allées de Tourny Samedi 26 avril 1997 à 15h

Venez nombreux !

Le retour

En avril dernier, nous vous avons conviés à une marche dans Bordeaux pour le partage de la rue entre tous ses usagers, avec remise d'une lettre ouverte au Maire de Bordeaux, président de la CUB. En côtoyant d'autres associations (piétons, cyclistes...), nous voulions montrer que la rue est handicapante pour tout un chacun à un moment ou à un autre de sa vie ou de ses activités ; l'avenir doit donc passer par une concertation entre tous les usagers et les pouvoirs publics, pour une rue enfin adaptée.

Au bout d'un an, le bilan de cette action est bien maigre. Les grands travaux sont proches ou déjà commencés qui changeront la face de la cité : des rues abandonnées de Bordeaux seront bientôt refaites, le tramway vient d'être décidé avec tous les travaux nécessaires à sa mise en place, la prise de conscience de la pollution commence à se concrétiser (installation de containers de récupération, réflexions sur le vélo...). Malgré cela, la concertation avec les pouvoirs publics sur l'accessibilité de la ville aux personnes handicapées n'a pratiquement pas avancé. Notre tentative pour faire prendre en

compte par la Mairie le danger de certaines bornes anti-stationnement indétectables par une canne blanche n'a pas eu d'effet tangible : le choix des bornes de la Place de la Bourse s'est fait sans aucune consultation d'associations de personnes handicapées ; et les containers et les poubelles sont apparus sur les trottoirs malgré l'étroitesse de certains passages.

Nous sommes donc conduits à "repartager la rue" le samedi 26 avril 1997, à 15h. Départ sur les Allées de Tourny. Le trajet projeté passera par la rue Lafaurie Monbadon, le cours Clémenceau, place Gambetta jusqu'à la Mairie.

Votre présence est importante. C'est une façon de montrer qu'il existe vraiment un problème d'accès à la rue et que les personnes handicapées sont mobilisées pour sa solution !

DH

INFOS GIHP... INFOS GIHP...

BENEVOLES

Nous vous informons qu'une permanence d'accueil est ouverte tous les lundis de 14h à 16h ; si vous souhaitez faire du bénévolat, obtenir des renseignements sur les différents services du GIHP, trouver une aide pour mener à bien un projet ou, tout simplement, discuter, n'hésitez pas à venir me rencontrer.

Sandrine Guérin

CLUB DE JEUX

Nous vous rappelons la prochaine existence, dans les locaux du GIHP, d'un club de jeux de société et de réflexion ouvert à tous.

Celui-ci doit être un lieu de rencontre et de détente mais aussi d'intégration, quelles que soient nos différences. Les créneaux horaires ne sont pas encore définis et une réunion aura lieu dès que nous serons assez nombreux pour lancer cette initiative.

Le succès de celle-ci dépend surtout de vous.

Dès à présent, appelez le 05.56.12.01.80.

Je vous attends nombreux.

Alain Raymond

Si on sortait....



SALLES ACCESSIBLES

| | | |
|--|--|---|
| 0 sur 1. Il y a 3 marches pour accéder à la salle ; en téléphonant avant, ils peuvent aider. Toilettes non adaptées. | Cinéma Evasion, tarif normal 30F, tarif réduit pour tous mercredi | Place de la république à AMBARES téléphone humain : 05 56 77 59 98 répondeur : 05 56 77 64 64 Fermé le lundi |
| 2 sur 2. Dans la plus petite, les fauteuils roulants doivent être en bas, proches de l'écran. Toilettes adaptées. | Cinéma Les Colonnes, tarif normal 35F, tarif réduit 32F | 4 rue du docteur Castéra à BLANQUEFORT téléphone humain : 05 56 95 24 14 répondeur : 05 56 95 07 87 |
| 1 sur 1. Toilettes adaptées | Centre Simone Signoret, tarif normal 26F, tarif réduit 21F | Chemin du Cassiot à CANEJEAN téléphone : 05 56 89 38 93 Attention aux jours d'ouverture ! |
| 1 sur 1. Toilettes adaptées. | Cinéma Favols, tarif normal 33F, tarif réduit 27F pour tous mercredi et samedi après-midi | 17 avenue Vigneau d'Anglade à CARBON BLANC répondeur : 05 56 38 37 05 Attention aux jours d'ouverture ! |
| 1 sur 1. Toilettes adaptées. | Centre culturel Jean Renoir, tarif normal 35F, tarif réduit 26F pour tous lundi | Rue de l'Hôtel de Ville à EYSINES répondeur : 05 56 57 91 90 |



SALLES ACCESSIBLES

| | |
|---|---|
| <p>1 sur 2. Accès par un ascenseur et à l'une des salles par 5 marches. Toilettes adaptées.</p> | <p>Cinéma Le Rex, 24 Place du souvenir à CESTAS répondeur : 05 56 78 26 61 audiophone : 08 36 68 68 12</p> <p>tarif normal 39F, tarif réduit 30F pour tous lundi et mercredi</p> |
| <p>1 sur 1. On y accède par en bas. Toilettes non adaptées.</p> | <p>Centre Georges Brassens, Rue du 19 mars 1962 à LEOGNAN téléphone humain : 05 57 96 01 30 répondeur : 05 57 96 01 32 Attention aux jours d'ouverture !</p> <p>tarif normal 30F, tarif réduit 23F.</p> |
| <p>2 sur 2. Toilettes adaptées.</p> | <p>IDDAC Théâtres de Gironde, Place de la république à ST MEDARD/JALLES répondeur 05 56 70 13 31</p> <p>tarif normal 38F, tarif réduit 27F pour tous lundi et mercredi</p> |

N.B. Les renseignements de ces pages ont été collectés par téléphone ; si l'un d'eux était inexact, faites-le nous savoir. Nous achevons l'accès des cinémas avec ce numéro. La prochaine fois, nous sortirons ailleurs ; mais où, en avez-vous une idée ? DH.

Multiplexe, vous avez dit multiplexe..

Ce nom étrange pourrait bien changer la face du cinéma à Bordeaux. C'est maintenant officiel : demain le nombre de salles de cinéma dans la CUB aura plus que doublé. Avec l'arrivée des multiplexes, centres géants d'au moins dix salles, avec en plus des bars, des salles de jeux, etc., les personnes handicapées n'auront bientôt plus besoin de téléphoner pour savoir si leur film préféré passe dans une salle accessible ou pas, une vraie révolution ! Trois multiplexes sont annoncés : un à l'ancienne gare Saint Louis, sur la rive droite, un autre à Villenave d'Ornon, près du pont d'Arcins et, le dernier, la mutation de l'UGC de la rue Judaique, qui, hélas, ne devrait pas être entièrement accessible à l'arrivée (vieux bâtiments exigent, au moins justifient). Et, en prime, les amateurs d'art et essai, ces films qu'on aimerait revoir plus souvent, vont être comblés : quatre salles Utopia devraient ouvrir sur le boulevard F. Roosevelt, côté Talence.

Nous vous renseignerons sur l'accès à toutes ces nouvelles salles dans le prochain numéro du Filopathe. DH.

VISITE AU FUTUROSCOPE

Amis lecteurs,

Je vous propose de faire un saut dans la magie de l'image dans le sens large du terme.

Vous auriez sûrement aimé, étant au cinéma, faire partie du film ; eh bien c'est possible ! Depuis une cinquantaine d'années, le cinéma n'avait pas évolué ou très peu, ce n'est pas moi qui le dis, c'est J.J. Annaud. Or, à présent, la technique permet au spectateur de vivre le film au lieu de ne faire que le voir. Certes, cette méthode est encore très peu utilisée, parce que très nouvelle, onéreuse et contraignante pour le cinéaste qui doit utiliser une caméra de cinquante kilos possédant une autonomie de trois minutes pour une pellicule de cent mètres, ainsi que pour le spectateur, à qui il faut des lunettes spéciales pour voir le cinéma en trois dimensions, puisque, vous l'aurez compris, c'est bien de cela qu'il s'agit.

Il y a bien d'autres astuces tendant à faire participer les spectateurs au film ; je ne vous les citerai pas, ce serait trop fastidieux ; et puis, soyons honnêtes, si je suis si enthousiaste, c'est peut-être parce que l'accessibilité est totale. En effet, quel plaisir de pouvoir aller de salles en salles sans aucun obstacle. Même les files d'attente sont supprimées, les personnes handicapées ont un couloir à elles, même si ça déplaît à ceux qui font la queue ; et elles ne payent pas l'entrée du Futuroscope. Je vous avouerai que ni ma femme ni moi ne sommes de grands amateurs de cinéma. Pourtant, lorsque toute cette technologie aura envahi les salles obscures, et soyons en sûr, il en va de la survie du cinéma, nous nous y précipiterons comme beaucoup de gens. Eh bien voilà, j'espère que sur vous aussi la magie aura opéré...

Rassurez-vous je n'ai pas la prétention d'écrire en trois dimensions.

Si le Futuroscope préfigure ce que sera la communication de demain, il est aussi une très belle oeuvre architecturale tant esthétique que pratique. En effet, si demain tous les lieux de vie permettent à tout un chacun de pouvoir communiquer et se mouvoir sans le moindre problème, tous les espoirs sont permis pour les générations futures ; mais, pour l'heure, il

nous reste quelques farouches batailles à mener pour améliorer notre quotidien

Patrick Parrot

INFOS PRATIQUES

Pour ceux qui veulent découvrir la langue des signes, une cassette vidéo d'initiation à 1200 signes sous-titrés et traduits en langue orale vient d'être éditée, pour découvrir et communiquer avec les personnes malentendantes.

Renseignements au 05.56.39.47.84



Le Livre à la carte présente son catalogue de livres en caractères agrandis de 90 F à 200 F environ selon le titre souhaité. Vous pouvez aussi leur parler d'un livre en particulier, ils imprimeront les plus demandés. Pour recevoir le catalogue, appelez le 01.45.08.14.62.



Le SNDPAA édite le répertoire des revues braille, sonores et gros caractères. Il est disponible en braille intégral (2 volumes), en disquette PC et en gros caractères (78F).



Vous avez jusqu'au 11 mai 97 pour vous inscrire au concours de dessin et de peinture sur le thème "des idées d'eau" ouvert aux artistes amateurs handicapés ; renseignements à prendre auprès de l'organisateur : Foyer AEIH La Poussonie, 47 140 FRESPECH tel 05.53.95.78.04.



Quatre titres du guide "Que choisir" sont disponibles pour 55F la disquette et permettront aux personnes malvoyantes de les consulter sur un ordinateur adapté. Renseignements à Braille Soft 14 rue Clairault 75017 PARIS. Tel : 01.42.29.54.18.

Merci au pneumatique, journal du GIHP Midi-Pyrénées pour cette information.



Nous avons appris la mise à disposition d'un système de monte escalier tournant par une association du Puy de Dôme. Les frais de port et de montage sont seuls à charge de l'acquéreur.

Contactez Annie Rondet pour plus de précisions.

SPORTS

LOOSTING

Dans notre précédent journal, la rubrique sportive traitait des Jeux Paralympiques avec tous les efforts que cela implique d'abnégation, de force mentale, etc. Or, voici que, il y a quelques temps, mon kiné préféré me parle du doping dans le milieu du sport handicapé. Est-ce vraiment surprenant, me direz-vous, vu qu'il en va de même dans le sport valide depuis déjà bien longtemps ? A la réflexion, cela veut dire que les sportifs handicapés se prennent autant au sérieux que les autres. Bien, qu'ils le fassent, mais intelligemment alors ! Car, ce que je ne vous ai pas dit, c'est la façon dont ils s'y prennent. En effet, lorsque je vous en aurai parlé, vous verrez que cela a de quoi faire froid dans le dos.

Eh bien le loosting, puisque c'est ainsi que ce genre de dopage se nomme, consiste en une sorte d'automutilation : l'athlète se casse un ou plusieurs doigts de pied, ou bien se provoque un blocage de la sonde urinaire qui entraîne un gonflement inflammatoire de la vessie..., tout cela pour déclencher une contraction musculaire et une accélération du retour veineux. Le cœur bat plus vite, le sang voyage également plus vite, donc l'organisme s'en trouve plus oxygéné.

Les chronos sont évidemment améliorés. L'avantage, si l'on peut dire, c'est que les athlètes tétraplégiques ne sentent aucune douleur et que les médecins ne peuvent pas prouver quoi que ce soit.

Toutes les Fédérations s'en inquiètent puisqu'elles craignent qu'un jour un sportif allant trop loin, ne décède en pleine compétition ! Une étude a été mise en place sur les quatre prochaines années pour définir les effets pervers d'une telle pratique.

L'important n'est-il pas de participer ?

Patrick Parrot

TRI D'UNION

Beaucoup d'entre vous connaissent certainement cette association qui a pour unique but de faire se rencontrer les gens de tous genres lors de compétitions strictement ludiques.

En effet, personnes handicapées mentales, physiques et sensorielles courent avec des valides dans le but d'améliorer leur performance précédente ou de voir jusqu'où chacun peut aller au bout de son effort.

L'association Tri d'union propose quatre compétitions par an, plus une réunion à la fin de la saison qui s'appelle « le bal des copains clopans ». A cette occasion a lieu l'assemblée générale et l'élection d'un membre du bureau, après quoi il y a un bal, d'où son nom.

Pour tout renseignement, un numéro est à votre disposition, le 05.56.24.42.95.

Patrick Parrot et Bernard Bordaraud

POEME

Vagabond

Il était vagabond,
et sentait peut-être pas toujours très bon.
Mais dans son regard,
on pouvait imaginer qu'il aurait pu être star.
Et d'une gentillesse à tout égard,
il arrivait des soirs où ses yeux étaient hagards.
Jamais de plaintes ni de remords
seulement un récit,
un soir, en rentrant chez lui,
il n'y avait plus que son lit.
Perdant sa femme et ses enfants,
il n'eut pas le temps de les oublier en travaillant.
Très vite, plus de travail, plus d'argent,
il fallut rendre l'appartement.
Depuis c'est l'errance où se mêle la décadence.
On dit « c'est le destin » ou
« la faute à pas de chance ».
Mais la bêtise humaine,
voilà où elle nous mène.
Aucun jour il ne pense pas à sa vie d'autrefois,
une existence où la nuit il avait moins froid.
Rien qu'un geste, une poignée de main,
et avoir l'impression d'avoir moins faim.
Redevenir un être humain, un homme,
n'est pas une mince affaire en somme.
Je défis quiconque de vivre ceci,
après des années sans souci.
Attention à ce que vous laissez en partant travailler,
à vous aussi ça peut vous arriver.

Marie-Laure Parrot

LE COIN CUISINE

Petite entrée facile et rapide :

Les Rillettes de Thon

Ingrédients :

- 2 boîtes de miettes de thon à l'huile (grande taille)
- 1 boîte de St Moret nature (150g)
- 1 cuillère à café de ciboulette
- 1 cuillère à café de persil
- 1 cuillère à café d'estragon
- 4 à 5 gouttes de tabasco
- 1 baguette de pain coupée en rondelles

Mettez le thon bien égoutté dans une petite jatte ; ajoutez-y le St Moret et malaxez le tout à la fourchette ; mettez alors les herbes et le tabasco puis mélangez. Laissez reposer au réfrigérateur au moins une heure.

Avant de servir, faites griller au four sur une plaque la baguette coupée en rondelles ; servir sur une assiette, chacun se tartinera son pain.

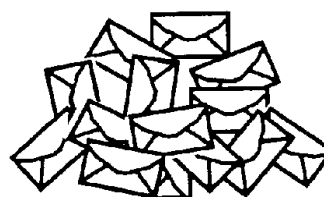
Bon appétit et merci Sophie !

MINE DE CRAYON

Chers Lecteurs(trices),

Nous remercions tout d'abord certains d'entre vous qui nous ont écrit et c'est avec le plus grand soin que nous vous répondrons. En effet, c'est aussi grâce à votre courrier que nous pouvons améliorer le contenu de notre journal «Le Filopathe ». C'est pourquoi, de nouveau, nous attendons avec plaisir votre participation dans notre prochain numéro.

Marie-Laure Parrot



ANNONCE(s)

A Vendre

Téléagrandisseur TELETEC noir et blanc, garanti 3 ans, prix neuf 14000 F vendu 10000F. Contactez M. DUFAU Tel :05.56.58.16.19 le soir ou aux heures des repas.

SOLUTION DU FILOPATHE NUMERO 1

| | Points |
|----------|------------|
| ETETE E | 55 |
| TERREE | 10 |
| TERRAIN | 24 |
| RET | 22 |
| TEETE | 40 |
| REPETE E | 14 |
| REPETE E | 31 |
| PERE | 8 |
| PERE | 38 |
| REPERE E | 22 |
| REPERE E | 31 |
| TERRE | 9 |
| TERRE | 50 |
| Total : | 354 |

Groupement pour
l'insertion des
personnes Handicapées
Physiques

436, avenue de Verdun
33 700 Mérignac
Tel 05.56.12.39.39
Fax 05.56.12.37, 92

FAITES VOS JEUX !

Si j'étais roi, je me méfierais des as.

Tristan Bernard

Chers lecteurs,

Merci de votre intérêt pour cette rubrique et félicitations pour votre perspicacité. J'ai pu constater un certain attrait pour les défis, tant mieux ! Bravo à M. Alain Ruiz pour son score de 351 points et à Mme Blaise, 342 points. Mais il y a toujours mieux ; voici un exemple avec la solution de votre serviteur, 354 points !... (voir page 11)

Dans ce numéro, vous allez devoir vous surpasser afin de venir à bout des deux épreuves qui, j'en suis persuadé, vous donneront du fil à retordre. Dès à présent, nous comptons beaucoup sur vos réponses, la meilleure sera publiée, à défaut de la nôtre.

Dans l'attente d'une rubrique véritablement interactive, à vos neurones,

Ludiquement vôtre,

Alain Raymond.

1er tirage : **E₁E₁P₃R₁S₁U₁X₁₀**

2ème tirage : **U₁A₁A₁C₃D₂O₁R₁**

5ème tirage : **U₁G₂I₁L₁M₂P₃S₁**

3ème tirage : **O₁D₂E₁I₁N₁R₁U₁**

4ème tirage : **A₁D₂E₁I₁N₁U₁Z₁₀**

BOGGLE

Vous devez trouver le plus de mots possible de trois lettres et plus à l'aide des lettres ci-dessous. Les lettres de chaque mot doivent se toucher horizontalement, verticalement ou diagonalement ; chaque lettre ne peut être utilisée qu'une seule fois pour un même mot. A vous de jouer !

| | | | |
|---|---|---|---|
| R | E | T | I |
| C | E | A | O |
| M | R | N | B |
| O | U | S | A |

SCRABBLE

A l'aide des tirages ci-dessous, rejouez les 5 premiers coups de cette partie de manière à obtenir le maximum de points. Une précision : on retire 7 nouvelles lettres chaque fois qu'on a placé un mot. Bonne chance !

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|----|----|----|----|----|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 |
| A | | | | | | | | | | | | | | | |
| B | | | | | | | | | | | | | | | |
| C | | | | | | | | | | | | | | | |
| D | | | | | | | | | | | | | | | |
| E | | | | | | | | | | | | | | | |
| F | | | | | | | | | | | | | | | |
| G | | | | | | | | | | | | | | | |
| H | | | | | | | | | | | | | | | |
| I | | | | | | | | | | | | | | | |
| J | | | | | | | | | | | | | | | |
| K | | | | | | | | | | | | | | | |
| L | | | | | | | | | | | | | | | |
| M | | | | | | | | | | | | | | | |
| N | | | | | | | | | | | | | | | |
| O | | | | | | | | | | | | | | | |

Légende

Lettre compte

double



Mot compte

double



Lettre compte

triple



Mot compte

triple

