

Le Cheval Bleu

AVRIL 2011 – N°15



Comité de Rédaction :
Tous les adhérents de
« A la Maison Bleue »
Conception : FX

contact@alamaisonbleue.org

A LA MAISON BLEUE
32, avenue de Grande
Bretagne
66000 PERPIGNAN

04 68 51 42 46
06 17 43 08 73

SOMMAIRE

Edito : Bernard Rogalle.....	p1
Le Cheval Bleu.....	p2
Un calendrier pour 2011.....	p2
Une sortie au Théâtre.....	p2
Dîners entre amis.....	p3
L'atelier d'expression plastique.....	p3
La porte.....	p4
Le tricot.....	p4
Nos amis Italiens.....	p4
Marie, stagiaire.....	p4

www.alamaisonbleue.org

Il y a, dans la vie, des mots entendus qui ne viennent pas spécialement toucher l'oreille ni éveiller des idées ou des souvenirs ! Ils sont comme extérieurs à notre « être », à notre façon de vivre, à notre environnement. Pour certains – il y a toujours des gens qui savent ou qui croient savoir – ils suscitent des besoins de commentaires, et même des certitudes. Je ne fais pas partie des seconds et j'essaie de toujours m'exprimer sur ce que je connais.

Alors quel ne fut pas mon désarroi lorsqu'il m'a été demandé de tracer quelques lignes sur ce journal !

Je n'ai pas éprouvé un sentiment d'impuissance ou d'incapacité devant l'ampleur de la tâche – je suis un communicant – mais plutôt une gêne bien marquée, le sentiment étrange de m'immiscer dans un univers qui n'est pas le mien ? Comment parler de ce que je ne connais pas ? Que veut dire m'exprimer sur la santé mentale ?

Alors « ma » vérité m'est apparue. Suis-je certain que « cet univers » n'est pas le mien ? S'il ne l'est pas aujourd'hui, ne risque-t-il pas de le devenir demain, un jour, sur le long et difficile chemin de ma vie ? Ensuite je me suis dit qu'il n'est pas inintéressant de m'exprimer sur « ce que je ne connais pas ». Puisque c'est inconnu pour moi, il n'y a pas de risque que je me trompe !

Vous qui tenez ce journal entre vos mains, voici donc ce que mon cœur me dit d'écrire pour vous.

Vous m'avez invité quelquefois à la Maison Bleue. Au cours de ces visites je suis venu chez des amis qui m'ont, toujours, accueilli avec respect et attention. Je ne me suis pas senti étranger. Chez vous, à la Maison Bleue, j'ai pu voir beaucoup d'expression artistique (dessins, peinture, fresque murale, décoration) et j'ai respiré un air de liberté et de convivialité. Chaque fois, de retour de ces visites, j'ai réalisé oh combien, vous et moi, nous n'avions, de façon visible toutefois, pas été différents dans nos manières d'être, dans nos vies, dans la vie.

Il m'est arrivé de croiser dans la rue l'un ou l'autre d'entre vous. Mais depuis quand nous connaissons-nous ? Comment en sommes-nous arrivés à nous parler de la sorte, comme si nous étions en relation depuis longtemps ? Nous nous rencontrons toujours dans l'amitié sincère, avec une touche de dignité et dans le respect de ce que nous sommes. Et cela vous me l'apprenez à chaque fois.

En fait vous, ce groupe d'amis de la Maison Bleue, je ne peux que vous voir comme tels. J'ai oublié que vous êtes en soins. Je ne connais pas vos peurs et vos souffrances car je ne les vois pas, je ne les sens pas. Vous ne me les montrez pas. Du coup, vous me renvoyez à mes propres déchirures intérieures et je me sens bien petit et faible à vos côtés !

Permettez moi alors de rester dans cette liaison « Amour » et « Folie » si chère aux poètes. Jean de La Fontaine écrit, à propos de ces deux amis qui jouaient un jour ensemble et après que le second, au cours d'une dispute, ait blessé le premier aux yeux au point qu'il en perde la vue :

*« Quand on eut bien considéré
L'intérêt du Public, celui de la Partie,
Le résultat enfin de la suprême Cour
Fut de condamner la Folie
A servir de guide à l'Amour. »*

« Condamner la folie à servir de guide à l'amour », telle est l'image que nous laisse ici l'artiste de talent. Telle est pour moi l'image que vous m'avez laissée à la Maison Bleue.

Suivant donc cette logique - ce qui désormais est devenu une évidence pour moi - la folie est comme une main, un guide pour l'amour. Ce dernier est fragile, il se protège. Combien donc la santé mentale doit le faire aussi !

Je comprends maintenant pourquoi le sport, le théâtre, la musique et les arts en général sont autant présents sur votre chemin de reconstruction. Avec eux, c'est tout votre être qui se fortifie, qui s'ouvre à la liberté et à la vérité ! Mais « santé physique » et « santé mentale » ne sont peut-être pas toujours un lien indéfectible !

Un regard vers quelques ouvrages, ici et là, à l'occasion de ce petit article, m'a appris que protéger sa santé mentale passait par éviter les comportements susceptibles de provoquer un « déséquilibre ». J'ai donc pris connaissance de quelques petits conseils, simples et efficaces. Et j'ai compris qu'ils étaient aussi pour moi, pour tous.

Parmi eux il y a :

- **« Ayez confiance en vous,**
- **Acceptez les compliments,**
- **Réservez du temps pour les membres de la famille et les amis ».**

Je ne sais pas si vous avez confiance en vous ni si vous acceptez les compliments, car je ne vous connais pas suffisamment. Je ne peux pas, non plus, vous regarder par rapport à vos familles.

Ce que je sais, et avec certitude, c'est que vous réservez du temps, du respect, du talent pour vos amis et j'y vois bien une marche déterminée vers votre libération, vers ce demain qui est déjà présent.

Et là, bravo, ça c'est du courage !

Bernard Rogalle.

LE CHEVAL BLEU Une autre psychiatrie

C'est l'histoire d'une sculpture, celle d'un grand cheval bleu en carton bouilli appelé MARCO CAVALLIO Marco le Cheval. A TRIESTE en Italie en 1977, cette sculpture est né d'un projet du Docteur FRANCO BASAGLIA médecin à l'hôpital psychiatrique de Gorizia près de Trieste. Trieste à cette époque est le lieu de rassemblement des mouvements alternatifs européens qui travaillent dans le domaine de la santé mentale. La psychiatrie va changer. En 1977 trois mille personnes se rassemblent dans les locaux d'un ancien « asile » désaffecté de Trieste. Des artistes Italiens et des malades enfermés à durée indéterminée dans des « asiles » figés dans le 19ème siècle ont construit cette grande sculpture mobile. Ce cheval en participant dans la ville aux manifestations de Trieste avec les médecins, les patients et leurs familles est devenu un symbole. Le symbole de l'ouverture des portes. Le soin prendra une place dans la ville. Les malades deviennent des citoyens.

L'ITALIE avec une part de ses médecins a été à l'initiative d'un mouvement européen innovant fort. Cinq ans plus tard en 1981 une association est fondée en France pour dénoncer à son tour « l'hôpital asile ». Son nom: Le cheval Bleu...

Depuis 5 ans la « Maison Bleue » fidèle à la démarche du Dr FRANCO BASAGLIA a pour objectif à travers des ateliers d'expression et la pratique du sport d'aider à l'autonomie des usagers de la psychiatrie dans la ville. C'est en hommage à ces pionniers que notre « journal » porte son titre: le CHEVAL BLEU. Réalisé par l'ensemble des adhérents, il est l'un des porte parole de notre GEM (groupement d'entraide mutuelle). Ce numéro est le 15ème. Nos portes vous sont ouvertes!

Fresque de la Maison Bleue peinture FABIENNE



UN CALENDRIER POUR 2011

Et si l'on faisait cette année un calendrier? La proposition de Dominique Présidente était un vrai défi. Nous avons en atelier d'expression par les mots et en atelier d'art plastique utilisé notre énergie à réaliser ce projet. 12 peintures et 12 phrases messages plus tard... le calendrier était fait. Il dit qu'à la Maison Bleue nous souhaitons à partir de nos différences communiquer l'espoir pour cette année 2011! Ce calendrier a été remis avec les vœux de la Maison Bleue aux institutions, à nos partenaires, à nos adhérents. C'est notre vitrine pour l'année et fort de ce succès un deuxième tirage est en cours!



Une sortie au théâtre de Perpignan « La comédie des erreurs » de W. Shakespeare mise en scène de Dan Jemmet

Nous sommes allés au théâtre de Perpignan découvrir dans une mise en scène contemporaine de Dan Jemmet une comédie de Shakespeare. Cette pièce basée sur des quiproquos entre deux paires de jumeaux nous a fait passer une excellente soirée. Écrite au 16ème siècle, cette farce est toujours capable de faire rire au 21ème. Nous avons ressenti le plaisir d'organiser ensemble une soirée à l'initiative d'Emma responsable de l'atelier théâtre de la Maison Bleue. Les comédiens de l'atelier théâtre de la Maison Bleue ont appréciés le jeu des acteurs, la justesse des voix, l'ambiance dégagee par le décor et le rôle de la lumière...Observer est un bon moyen d'apprendre. Nous avons profité de la soirée et sommes repartis imprégnés de l'énergie des acteurs. Dans notre atelier théâtre sous la direction d' Emma nous tenterons de donner au public ce que nous avons reçu en découvrant Shakespeare. Merci à la Maison Bleue pour cette soirée.

Texte MARIE-HELENE et l'atelier d'expression par les mots



Dînons entre amis Texte de CECILE

« Vendredi avec les amis de la Maison Bleue nous sommes allés manger au restaurant marocain. Nous étions une dizaine. Quand on est arrivé au restaurant les personnes nous ont accueillis avec beaucoup de gentillesse. La décoration était très jolie avec beaucoup de couleur sur la table. Le repas a été délicieux avec beaucoup de saveur. Une soirée très réussie en espérant la prochaine sortie ».

C'est toujours avec le même enthousiasme que les adhérents une fois par mois organisent et financent « leur sortie au restaurant ». C'est l'occasion pour tous de passer un bon moment et d'échanger en dehors des temps d'ateliers. Cette sortie festive motive les adhérents qui découvrent à Perpignan dans leur ville, des restaurants agréables et des accueils valorisants. Être bien dans sa ville c'est avoir une *vraie* place dans une *vraie* vie avec de *vrais* amis. Un rendez-vous par mois qui ne se rate pas!



L'atelier d'expression plastique de la Maison Bleue

EXPOSE



FABIENNE

FABIENNE est une artiste pluridisciplinaire et sa création depuis quatre ans motive l'ensemble des participants de l'atelier les samedis et dimanches après-midi. Sa production est figurative. Elle nous propose des séries de paysages et de portraits. Voici les mots de Fabienne pour présenter son travail:

« J'avais peur d'avoir perdu ma possibilité de dessiner et de peindre. A l'atelier de la Maison Bleue depuis plusieurs années j'ai repris confiance ».

MIREILLE

MIREILLE est un peintre de la matière. Elle a le touché généreux des peintres des grands supports. L'objectif est de traduire en lumière des perceptions et des images personnelles. Le travail de Mireille dégage une vraie force. Chaque production est l'objet d'un travail de recherche important afin d'être au plus près de l'image imaginée par l'artiste.



EXPOSITION AU PALAIS DES CONGRES DE PERPIGNAN du 18 au 23 Avril 2011

Nous exposerons la production d'une vingtaine de peintres de l'atelier de la Maison Bleue. Pour cette exposition (notre troisième) et pour la première fois, l'affiche et le carton d'invitation au vernissage sont une création d'une adhérente de la Maison Bleue. Nous remercions Valérie artiste créatrice du web et graphiste pour son initiative.

Rendez-vous le mardi 19 avril à partir de 11 heures pour le vernissage de l'exposition!

LA PORTE
Peinture acrylique sur carton
MARIE-HELENE

L'atelier d'expression par les mots tous les vendredis a pour objectif de travailler le lien entre les grands thèmes de réflexion de notre société et la vie quotidienne. Nous souhaitons mettre l'accent sur le « décloisonnement » et être autre que « malade ».

La peinture acrylique sur carton de MARIE-HELENE intitulé LA PORTE a motivé notre réflexion. Nous avons réfléchi sur la fonction des portes dans notre vie: De la porte que l'on choisit d'ouvrir en quête de découverte et d'usage de sa liberté, à celle qui nous enferme volontaire ou non (hospitalisation) à celle qui symbolise une étape de notre vie. L'étape est une des réponses à l'adaptation au monde . . . « procédons par étapes ».

En conclusion l'atelier propose ce texte pour ajouter des mots à la peinture de Marie-Hélène: « Vivre c'est avoir envie de passer des portes »...comme celle de la Maison Bleue entre autres!



Le tricot
Texte de Véronique

« Je suis souvent trop speed et je bouge tout le temps. A l'atelier d'art plastique un samedi après midi juste pour voir, j'ai essayé de tricoter. J'ai été surprise parce que cela me calmait. J'ai réussi à me concentrer pour apprendre les mailles. J'étais contente de comprendre. J'ai choisi mes couleurs et j'ai voulu me faire une écharpe. J'ai recommencé plusieurs fois parce que je voulais que ce soit bien fait. C'est ma façon de créer. Au début je ne pouvais pas tricoter chez moi maintenant j'arrive à me poser et à tricoter à la maison. Ma première écharpe est prête pour l'hiver et j'aime beaucoup tricoter ».

Chef de fil du tricotage à l'atelier, Véronique a motivé l'atelier. Jean-Christophe a réalisé un pull « puzzle » et Angélique débute une écharpe.



Des sportifs italiens nous rendent visite

Un match amical de football à 7 joueurs a été organisé le lundi 28 mars 2011 au stade de Peyrestortes. Il réunissait l'équipe de la Maison Bleue de football contre une équipe d'usager de la psychiatrie venant de PISE



en Italie. Pour clôturer la journée, un pot de l'amitié à la Maison Bleue était organisé autour de pâtisseries confectionnées par les adhérents.

Nos amis Italiens ont ensuite rencontré le mardi matin suivant les joueurs de l'hôpital de Thuir pour une rencontre cette fois-ci à 11 joueurs. Pour terminer la matinée un buffet était organisé à l'hôpital de Thuir.

Ces 2 jours de tournoi nous ont encore démontré que le sport est le meilleur moyen d'échanger.

FX

MARIE
stagiaire à LA MAISON BLEUE

« Le 7 mars 2011, je débute mon stage à l'association « la Maison Bleue » pour une période de 3 semaines. Au début, je ne peux pas dire comment cela va se passer. Vont-ils m'accepter? Ce stage était dans le cadre de mon entrée à l'IRTS de Perpignan en décembre 2011 pour les 3 ans de formation d'éducateur spécialisé. Par la suite j'ai un projet qui me tient à cœur, me spécialiser en Equi-Thérapie afin de donner accès à toute personnes atteintes de trouble de la santé ou de handicap physique ou mental aux bases de l'équitation et aux bienfaits de la relaxation avec les chevaux. Ce projet auquel je crois beaucoup pourra lier mon métier et ma passion. Pour finir, je voudrais surtout parler « de la Maison Bleue ». Ces 3 semaines m'ont beaucoup apporté au niveau connaissance et surtout au niveau humain. Toutes les personnes que j'ai rencontrées m'ont apportées quelque chose que je n'oublierai pas. Toutes ces questions de doute du début ont finalement laissé place à une seule question: « comment vais-je arriver à les laisser? »

Je remercie la Présidente d'association Dominique LAURENT ainsi que tous les responsables d'ateliers et surtout les adhérents. Merci pour ces trois semaines enrichissantes. A bientôt ».

Marie DELPRAT