

RÉDACTEURS : Théo Baderot / Manon Bruneau / Arame Fall /
Frédéric Fergant / Denis Grard / Sandrine Gravier / Magali
Guittard / Blanche Kesseng / Aline Leroy / Isabel Lopez / Océane
Martin / Amandine Massue / Sylvie N'Dia / Guillaume Senk

MISE EN PAGE : Denis Grard

RÉDACTRICE EN CHEF : Isabelle Joly

CONTACT

lejournaldulien@orange.fr

facebook : Poisson D'avril Falaise

<http://associationpda.wixsite.com/poissondavrillalaise>

Ce journal est distribué gratuitement dans le centre-ville de Falaise, mais vous pouvez nous soutenir financièrement en vous abonnant au journal ou en faisant un don de votre convenance, sachant que vous pouvez bénéficier des réductions fiscales au titre de dons à un organisme d'utilité sociale.

Poisson d'Avril vous propose plusieurs formules :
Abonnement annuel au journal "Le journal du lien" :
- 25

Souscription :

- 50
- 75
- 100
- Au choix.....

Nous remercions particulièrement tous les abonnés qui nous soutiennent et nous espérons que vous serez de plus en plus nombreux à nous accompagner.

N°78

Littérature

Transmission : p 2,6,11 et 19

La lecture Thierry Maricourt : p 7

Anne Franck : p 8 et 9

Tra



Histoire

Titanic : p 3

La pomme de terre : p 4 et 5

On a marché sur la lune : p 15



Social

Assistante de vie aux familles : p 10

La monoparentalité : p 22 et 23

La fessée : p 23



Sport

Foot coupe du monde femmes : p 12 et 13

Coupe du monde rugby XV : p 14



Santé

Le parcours avant mon opération : p 16

Alzheimer : p 20 et 21



Jeux

Diablo : p 17



Variétés

Dick Rivers : p 18



Tourisme

Le Calvados : p 24 et 25



NOS PARTENAIRES



Que transmettre et à qui ?

Dans le courant du mois d'avril, l'écrivain Thierry Maricourt nous a posé cette question, nous nous sommes interrogés, et nous allons vous transmettre nos réponses, nos réflexions dans ce journal.

Que transmettre – et à qui ? Question difficile, qui se pose forcément dans une vie d'adulte. Question sur laquelle nous avons invité les membres de Poisson d'avril à plancher un beau jour de ce printemps. Le temps d'une séance d'atelier d'écriture la consigne est donnée par Thierry Maricourt et en voici le résultat, des textes personnels, profonds et jamais mièvres. Plutôt impressionnant, n'est-ce pas ?

(Thierry Maricourt)

Que transmettre et à qui ?

La vie nous a permis d'apprendre de nos grands-parents, parents, enseignants et aussi au travail. Ils nous ont transmis les gestes, les mots, la politesse et le fait d'essayer d'être davantage à l'écoute : on apprend tous les jours. On peut transmettre à son enfant ce qu'on a appris, les bonnes choses en général, parce que les mauvaises, on préfère les oublier, comme se battre ou se disputer avec sa sœur et son frère. Des fois, ça peut tourner au vinaigre !

On espère que tout ce qu'on lui a transmis le fera avancer dans la vie et qu'il s'en souviendra après notre mort.

(Magali Guittard)

Que transmettre et à qui ?

Personnellement, je ne sais pas ce que j'ai à transmettre. Je ne me suis jamais posé la question. Ce que je pourrais transmettre d'abord à mes filles, c'est le respect des autres : nous sommes tous différents et nous sommes tous égaux, personne n'est supérieur à quelqu'un d'autre. Nous pouvons avoir des connaissances plus approfondies dans un domaine mais la personne en face de nous en a obligatoirement sur un autre thème. Nous avons forcément à apprendre d'elle.

J'aimerais que mes filles se rappellent de moi comme d'un père qui les faisait rire, comme quand je leur fais mes blagues à deux balles ou mes jeux de mots pourris. Le rire motive, faire quelque chose en riant est beaucoup plus simple. Voilà, il y a sûrement d'autres choses que j'ai à leur transmettre, ce que j'ai déjà fait sans le savoir vraiment. Je me poserai sûrement de nouveau, je pense, cette question.

(Frédéric Fergant)

Que transmettre et à qui ?

Lorsque nous avons des enfants, c'est bien de leur transmettre les valeurs de la vie, c'est-à-dire la politesse, la propreté, le respect envers les personnes et les animaux, ainsi que bien d'autres choses.

J'ai un fils de vingt-quatre ans, Nicolas. Je lui ai inculqué les valeurs de la vie depuis tout petit. Je lui ai appris à respecter les personnes, qu'elles soient bonnes ou mauvaises, je lui ai dit que la méchanceté rend les personnes aigries et qu'il faut être joyeux. Je lui ai donné cette éducation pour que lui, à son tour, l'offre à ses enfants, à sa manière.

Nicolas a un tempérament très calme, il sait différencier ce qui est bien et ce qui est mal depuis très jeune. Pour moi, une personne mauvaise est une personne qui abuse de la gentillesse des autres, qui fonctionne par intérêt et qui peut vous vouloir du mal. À mes yeux, ces personnes sont mal intentionnées, si elles peuvent vous créer des problèmes, elles feront tout pour.

Une personne que je qualifie de bonne est là tout simplement pour devenir votre ami, pour vous aider, vous soutenir dans les moments difficiles, vous écouter, vous conseiller. Personnellement, j'ai eu à faire à une soit-disant amie qui en fin de compte profitait de ma gentillesse. C'est pour cela que j'ai tenu à ce que mon fils ait les bons outils pour différencier les personnes bienveillantes et généreuses et les profiteurs.

(Isabel Lopez)

Les mémoires du Titanic



Dans la nuit du 14 au 15 avril 1912, le gigantesque et réputé insubmersible paquebot Titanic de la compagnie transatlantique White Star Line sombre, après avoir heurté un iceberg, au large de Terre-Neuve, cinq jours après sa mise à flot pour son voyage inaugural entre Southampton et New York. La catastrophe provoque la mort de plus de 1 500 passagers et hommes d'équipage, la plupart toujours prisonniers des entrailles du bateau, par plus de 3 500 mètres de fond. C'est la catastrophe maritime la plus médiatique de tous les temps.

Actuellement, des recherches sont toujours en cours. Certains s'amuse encore à démêler le vrai du faux de l'accident. Beaucoup de théories circulent sur l'accident : l'iceberg qui a transpercé la coque ne serait pas l'unique cause qui a envoyé ce navire dans les profondeurs de l'océan, le navire aurait été fragilisé par un incendie. En 1997, un historien a exposé une théorie du complot selon laquelle le Titanic était en réalité son jumeau l'Olympic, ce dernier aurait été au cœur d'une affaire d'escroquerie à l'assurance.



Le Titanic était décrit comme luxueux, non seulement d'extérieur, mais également à l'intérieur. Dans le paquebot, une aire de jeux était accessible afin d'amuser, de divertir les voyageurs durant la croisière. Il comportait trois étages, répartis par classe sociale. Bien que le bateau fut désigné comme étant indestructible et parfaitement sécurisé, il s'est avéré qu'il manquait de canots de sauvetage.

À l'époque, pas besoin de courrier pour l'actualité ! En quelques jours, voire quelques heures, l'Angleterre et bien d'autres pays encore furent mis au courant de cet événement tragique. Après l'accident, un énorme élan de solidarité envers les familles et les rescapés vit le jour principalement aux États-Unis et au Royaume-Uni. Des dons en provenance du monde entier ont été récoltés.

La catastrophe a été un choc dans le monde entier, et notamment à New York et en Angleterre. Après le naufrage, plusieurs commissions d'enquête ont été menées et leurs conclusions ont servi à améliorer la sécurité maritime, notamment grâce à de nouvelles réglementations.

L'histoire du Titanic a eu un fort impact sur les mentalités, donnant lieu à des livres, des colloques d'historiens, des films, et même des jeux vidéo. En 1998, dans les salles de cinéma, le film "Titanic", tiré de cette tragédie, fut diffusé sur grand écran. L'histoire commençait par la découverte d'un diamant bleu retrouvé à bord de l'épave du Titanic, reposant au fond de l'Atlantique Nord. Se remémorant des souvenirs de jeunesse perdus et reconnaissant soudain son diamant, Rose, jouée par Kate Winslet, décida de se rendre sur les lieux afin de pouvoir témoigner de son vécu. Bien d'autres films et romans ont été écrits en mémoire de cette catastrophe maritime.



L'histoire de la pomme de terre

La **pomme de terre** est née dans la Cordillère des Andes il y a près de 9000 ans. Les premiers à la cultiver étaient des Aymaras, des gens qui vivaient sur les bords du lac Titicaca.



Saison octobre, recolte de pomme de terre, 1879

Les Incas, eux, l'aimaient tellement qu'ils l'ont appelé "PAPA". En 1537, l'expédition de l'Espagnol Gonzalo Jimenez de Quasada découvre la pomme de terre. Mais, à cause de sa forme, il l'appelle "truffe". La pomme de terre part ainsi à la conquête de l'Europe.



Antoine Auguste de Parmentier

En France, elle est tout juste bonne pour les cochons, les soldats et les prisonniers ! C'est quand il était aux mains des Prussiens que l'apothicaire Antoine Auguste Parmentier la goûte pour la première fois. C'est au XVIII^e siècle, grâce à une ruse de Parmentier, que les Français se mirent à manger de la pomme de terre : Antoine Auguste de Parmentier (1737-1813) était pharmacien des armées et agronome ingénieur. Pendant la Guerre de Sept Ans, il fut emprisonné en Prusse. Selon lui, il a pu survivre grâce à la pomme de terre. Il a donc étudié la pomme de terre et a soumis l'idée que sa culture et sa consommation permettraient d'éradiquer les disettes en France. Mais il a fallu vaincre la méfiance des gens envers ce légume, il a ainsi imaginé un stratagème.

Il fait cultiver un champ de pommes de terre, exige qu'il soit gardé jour et nuit par des soldats mais en secret demande à ces derniers de ne pas trop surveiller la nuit. Les paysans se disent donc que la pomme de terre doit être précieuse pour qu'on la garde, aussi certains viennent en voler la nuit... comme Parmentier l'avait prévu.

Le roi Louis XVI en mange officiellement devant la cour et pendant un temps on nomme ce légume "l'orange royale". C'est grâce à Parmentier que la culture de la pomme de terre s'est répandue en France. On donna le nom du pharmacien à une recette à base de pommes de terre : le "HACHIS PARMENTIER". Le féculent prit place sur la table des pauvres comme sur celle des riches. On a écrit : « La pomme de terre est le légume de la cabane et du château ». Elle permet d'éviter beaucoup de famines.

La "patate", tout le monde l'aime : en gratin, rissolée, en croquettes ou en beignets, les hommes ont inventé mille est une recettes pour la cuisiner. Elle fait l'unanimité y compris parmi les petits scarabées, à l'instar des doryphores, qui prennent un malin plaisir à réduire les feuilles de patates en purée.

Toutes les pommes de terre cultivées n'appartiennent qu'à une seule espèce botanique "solanum tuberosum", mais il existe des milliers de variétés par la taille, la forme, la couleur, la texture, la tenue à la cuisson et le goût qui diffère beaucoup. Le Centre international de la pomme de terre en possède 7 500 variétés (dont 1 950 sont sauvages). Plus de 5 000 variétés indigènes poussent encore dans les Andes.

À propos de diversité, sachez que le Centre international de la pomme de terre, au Pérou, détient la plus grande banque mondiale de ressources génétiques de pommes de terre, dont 1 500 échantillons d'environ 100 espèces sauvages recueillies dans 8 pays d'Amérique latine, et 3 800 pommes de terre traditionnelles cultivées dans les Andes.

Pomme de terre ou patate ?

Dans le langage familier, on dit couramment "patate" lorsqu'on veut parler de la "pomme de terre". En réalité, il ne s'agit pas du même légume.

Certes, l'un et l'autre produisent des tubercules comestibles, mais la patate est une plante des régions chaudes, originaire elle aussi d'Amérique du Sud, du Mexique et des Caraïbes, et son tubercule a une chair douçâtre. Pour éviter la confusion avec la pomme de terre, on a pris l'habitude de l'appeler "patate douce".



Patate douce



Fleur de pomme de terre

Nom	Photo	Description	Utilisation
AGATA		Forme oblongue courte Peau et chair jaune pâle	- Plats mijotés - Cuissons au Four
BINTJE		Forme oblongue, régulière Peau et chair jaunes Chair farineuse	- Frites - Purée - Potages
CAESAR		Forme oblongue, régulière Peau et chair jaune pâle	- Potages
CHARLOTTE		Forme allongée très régulière Peau fine & jaune & chair jaune. Chair Ferme & gouteuse	- Salade - Pommes Vapeur - Pommes Rissolées - Robe des champs
ROSEVAL		Claviforme très régulière Chair jaune parfois veinée de rose et peau rose foncé. Chair très ferme & saveur très douce	Toutes recettes !
VITELOTTE		Peau violacée presque noire Chair violette, plutôt farineuse	- Salade - Chips - Purée

Quelques variétés différentes

Les Incas seraient-ils les inventeurs de la purée "mousseline" ?

Ils stockaient les pommes de terre après les avoir déshydratées en les faisant sécher au soleil et en les pliant ; ils enlevaient ainsi toute l'eau de la pomme de terre. Les paillettes obtenues étaient gardées dans des greniers qui appartenaient à "l'État". Au fur et à mesure des besoins de la population, on distribuait ces paillettes qui, additionnées à l'eau, formaient une purée.

Après la 2nde guerre mondiale, la production s'est fortement développée et a connu son essor maximal en 1960, avec environ 14 millions de tonnes récoltées sur 840.000 hectares, avant de décliner, régulièrement, à 7 millions de tonnes pour 320.000 hectares en 1970, 5,5 millions de tonnes et 190.000 hectares en 1980 et, malgré le développement des produits industriels, 4,5 à 5 millions de tonnes sur environ 115.000 hectares en 1990.



Lors de ma formation CAP Petite Enfance, j'ai réalisé une étude et j'ai souhaité montrer comment, et grâce à qui, la pomme de terre nous a été révélée.

Que transmettre et à qui ?

Déjà, on transmet la vie. Donner la vie est le fait de porter pendant neuf mois son enfant, parfois en lui transmettant ses angoisses, ses peurs et ses souffrances. Mais on lui donne également du bonheur, avec impatience déjà le tenir dans ses bras. L'amour et toutes les richesses que la vie procure, comme le partage, la compassion, la beauté de l'autre dans sa toute sa différence. On lui transmet également de l'amour en le considérant comme une partie de soi, le fruit de ses entrailles, en faisant toujours attention à lui inculquer les traditions ancestrales (les recettes de grand-mère, cuisiner dans de vieilles marmites parce que c'est dans celles-là qu'on fait la meilleure nourriture !), en lui transmettant nos passions (Ainsi, je lui communique mon goût de la scène, de la danse, du théâtre, etc.). Transmettre sa joie de vivre, c'est le meilleur moyen de surmonter les épreuves ; faire comprendre qu'on peut pardonner est la meilleure des richesses.

Je sais très bien que nous ne pouvons pas être aimé de tous, mais pourquoi ne pas essayer d'aimer tout le monde ?

(Blanche Kesseng)

Que transmettre et à qui ?

La vie nous entraîne à faire des choix. Certains sont moins faciles que d'autres, mais ils nous font avancer, grandir. Parfois on se trompe. Ce sont surtout nos erreurs que nous voulons mettre en avant, apprendre d'elles et les faire partager à d'autres afin qu'elles soient entendues et que d'autres personnes ne les reproduisent pas. Seront-elles entendues ? Seront-elles comprises ? Tant de questions... Les erreurs peuvent aider, si nous n'avons pas fait ci ou ça, transmettre ce que nous avons vécu peut être utile. Si une personne vous pousse sur un chemin obscur alors que vos proches vous avaient prévenu, qu'elle était une personne manipulatrice et infâme, pourquoi n'avez-vous alors pas écouté ? La curiosité ? Peut-être... Il est bon d'écouter les conseils, même si nous faisons les sourds parce que cela peut être un point très négatif sur le futur ainsi que le présent, des milliers d'événements pourraient s'accumuler et des millions de questions resteraient sans réponse. Elles ne s'arrêteraient alors plus jamais. Le mieux est la joie ! Transmettre la joie, transmettre sa culture et ses valeurs. Comme cela serait gratifiant si tout le monde pouvait donner un peu de lui au monde, celui-ci serait peut-être plus sage, plus serein. Nous ne saurons jamais, mais transmettre ce que nous pouvons est déjà un énorme progrès, c'est comme cela que le monde évolue.

(Aline Leroy)

Que transmettre et à qui ?

Transmettre des envies de voyages, de rencontres avec d'autres personnes, d'autres cultures, d'autres paysages, d'autres savoirs. S'enrichir de toutes ces connaissances, acquérir un vécu et pouvoir partager tout cela avec les autres, ses enfants, ses amis en leur montrant les photos, en racontant les histoires et en expliquant les séjours, les bonheurs occasionnés et parfois, quelques moments de grâce la plus pure, comme cette femme en Indonésie, un soir dans un boui-boui, qui a sorti sa guitare et, qui rien que pour nous, s'est mise à chanter un air magnifique, venu d'on ne sait où. Ou encore ce retour de la pêche, en Malaisie, avec de l'eau à mi-cuisse et un temps très agité, de grosses vagues et à chaque fois l'impression d'être privilégié en étant là, à ce moment précis, et se jurer de le garder au fond de son cœur. Encore aujourd'hui, j'ai la gorge qui se serre en l'écrivant.

(Denis Gard)

Que transmettre et à qui ?

Nous pouvons accompagner et éduquer les enfants, car nous avons tous fait des erreurs et nous pouvons donc éviter aux générations futures de faire les mêmes. Par exemple : une bonne éducation commence par la politesse. Leur apprendre la gentillesse avec autrui, leur montrer par le biais de l'actualité ou de certains films que la méchanceté peut faire mal et que c'est pour cela qu'il faut aimer les autres... Leur apprendre les bons gestes pour l'environnement en leur expliquant quelles répercussions ils ont sur la faune et la flore. Transmettre ce qu'on a appris, pour laisser un avenir meilleur aux générations à venir.

(Océane Martin)

LECTURE THIERRY MARICOURT

Dans le cadre du 75^{ème} anniversaire du Débarquement, la médiathèque de Falaise a organisé mardi 11 juin 2019, à 20h, une lecture musicale du livre "Le chevreuil", de Thierry Maricourt. Des extraits du livre ont été lus par Guillaume Paulette, accompagné de Léandre Vaucher, au violoncelle. La lecture a été suivie d'une rencontre avec l'auteur Thierry Maricourt pour une série de questions-réponses.

"Le chevreuil" retrace l'histoire d'un jeune allemand prénommé Adolf enrôlé dans les jeunesses hitlériennes pendant la Seconde Guerre mondiale. Il est envoyé au combat dans la région de Falaise. Rescapé des terribles combats qui prirent la Normandie pour cadre, il erre, après la Libération, d'un abri à un autre, rencontrant des individus prêts à le dépouiller ou au contraire à lui venir en aide. Lui, le disciple qui s'ignore de Gandhi et de Thoreau, s'essaie à trouver sa place. Une toute petite place.

Thierry Maricourt est un écrivain français né le 17 octobre 1960 à Saint-Denis. Auteur d'ouvrages de références tels que "L'histoire de la littérature en France" ou "Le Dictionnaire des auteurs prolétariens", il est également poète, éditeur et auteur de romans. Il écrit également pour la jeunesse.

Après avoir passé 6 mois à Falaise en résidence d'auteur, où il a pu s'imprégner du passé de la ville, Thierry Maricourt, touché par l'histoire locale, s'est inspiré de la Seconde Guerre mondiale pour situer son livre "Le chevreuil".



Scène musicale à la médiathèque

En mémoire d'Anne Frank, de sa famille et de toutes ces personnes victimes de la folie d'un seul homme

En mars 1933, Adolf Hitler devient le chancelier du 3^{ème} Reich. Le 2 août 1934, il s'autoproclame Führer du Reich allemand jusqu'au 30 avril 1945, date de son suicide. Au début de son pouvoir, Adolf crée des camps de concentration dont le but est de rééduquer ceux qui ont été jugés déviants, s'écartant de sa société.

De 1942 à 1945, il a fait vivre l'horreur et massacré 5 700 000 Juifs, 3 300 000 noirs et slaves, 275 000 handicapés et malades mentaux, 250 000 tziganes et 100 000 homosexuels car, selon lui, la race "aryenne" est composée d'hommes grands, musclés, blonds aux yeux bleus et de pur sang allemand, qu'il considérait comme meilleur. Il éprouvait une haine profonde envers les Juifs. De ces années sombres, quelques survivants ont pu témoigner de l'horreur qu'ils ont vécue à travers des interviews bouleversantes, que vous pouvez retrouver sur internet. A ce titre, nous allons vous résumer l'histoire de la famille Frank.

Anne Frank, de son vrai nom Annelies Marie Frank, a relaté dans son journal intime, de 1942 jusqu'au 1^{er} août 1944, sa vie dans la maison annexe qui se trouvait à l'étage des bureaux de son père à Amsterdam. Ils ont été obligés de fuir pour ne pas être déportés car Margot, leur fille aînée ayant eu 16 ans, avait reçu une convocation pour aller travailler dans un camp en Allemagne. Avec elle, dans l'annexe se cachaient son père Otto Heinrich Frank, sa mère Edith Frank-Holländer, sa soeur Margot Betti Frank ainsi qu'une seconde famille, Augusta van Pels, Hermann van Pels et leur fils Peter van Pels. Ils seront rejoints par le dentiste Fritz Pfeffer, connu sous le nom de "Mr Dussel" dans le journal d'Anne. Elle n'avait pas de meilleur(e) ami(e) à qui se confier, elle s'inventa donc une copine imaginaire qu'elle prénomma Kitty et à qui elle raconta ses journées passées dans l'annexe ainsi que tout ce qu'elle ressentait.

Vivre à 8 dans l'annexe n'était pas une chose facile. Les conditions de vie étaient difficiles et pesantes au sein de la cachette. Un emploi du temps strict avait donc été mis en place. 3h00 : Anne allait aux toilettes. 6h45 : les annexiens se réveillaient. 7h15 : Dussel occupait la salle de bain. 12h30 : les employés des bureaux prenaient leur pause. 12h45 : les cohabitants recevaient de la visite. 13h00 : tout le monde écoutait la radio. 13h15 : tous mangeaient la soupe et un dessert. 13h45 : ils retournaient à leurs occupations. Les employés d'Opetka (société paternelle) retournaient travailler. 21h00 : les annexiens se préparaient à se coucher. 21h30 : Anne s'apprêtait à se coucher. 22h00 : tout le monde dormait. 23h30 : Dussel sortait du bureau de M. Kugler (le protecteur de la famille Frank) et allait se mettre au lit.

Voilà ce qui rythmait leurs journées au sein de leur "refuge".

Deux ans plus tard, le 4 août 1944, les Frank furent vraisemblablement dénoncés et les Allemands les ont arrêtés. La famille fut séparée et dispersée dans deux camps de concentration (Auschwitz-Birkenau et Bergen-Belsen) tandis que les Van Pels furent envoyés à celui de Mauthausen. Malheureusement, le patriarche Van Pels fut immédiatement exécuté dans les chambres à gaz et plus tard la mère et le fils. Mr Dussel, lui, serait mort en 1944 d'une entérocolite au camp de Neuengamme.

Durant l'hiver 1944-1945, Anne et sa soeur Margot attrapèrent le typhus et moururent toutes les deux à quelques jours d'intervalle, entre février et mars 1945 tandis que leur mère était déjà décédée depuis janvier. Otto Frank fut finalement le seul survivant parmi eux.

Après la Libération, Mr Frank, après être retourné à Amsterdam, a pris contact avec Janny Brilleslijper (survivante hollandaise de l'Holocauste et l'une des dernières personnes à avoir rencontré Anne Frank), qui lui a appris alors la mort de ses deux filles. Le père effondré, ne s'imaginait vivre sans ses filles.

Miep (autre protectrice des Frank) a retrouvé à son tour Otto Frank et lui a remis le journal de sa fille Anne, qu'elle avait trouvé et conservé depuis leur départ de l'annexe, et qui contenait sa vision de leur enfermement. Elle expliquait pour quoi elle avait commencé le journal : une demande entendue à la radio pendant la guerre afin d'avoir des traces personnelles écrites de tous ces événements. Afin de respecter ce souhait, Mr Frank fit des démarches afin de publier le manuscrit. C'était la seule chose qu'il pouvait faire et ainsi donner un nouveau sens à sa vie : combattre la discrimination, les préjugés ainsi que diffuser les mots de son enfant auprès de tous.

Famille Frank



Otto Heinrich Frank



Margot Betti Frank



Edith Frank Holländer



Annelies Marie Frank

Famille Van Pels



Hermann Van Pels



Peter Van Pels



Augusta Van Pels

La maison annexe



Ils y ont vécu de 1942 au 1er août 1944

Le dentiste



Fritz Pfeffer, (allias Mr Dussel)

Les personnes ayant aidé les habitants de la maison annexe



Janny Brilleslijper



Victor Kugler



*Miep Gies
Amandine Massue / Océane Martin*

Assistante de Vie aux Familles

J'ai obtenu mon titre professionnel d'assistante de vie aux familles et je souhaite aujourd'hui travailler auprès des personnes âgées. Ma formation se déroulait sur 6 mois au centre de l'AFPA (Agence nationale pour la Formation Professionnelle des Adultes) de Caen.

Cette formation a été très enrichissante, j'ai appris beaucoup de choses par rapport à ce métier, j'ai rencontré des personnes vraiment formidables aussi bien sur mes lieux de stage à l'ADMR que chez une assistante maternelle ou en côtoyant mes collègues de formation.

ADVF (Assistante de vie aux familles) : nous devons apporter une aide professionnalisée à domicile, dans le cadre de la vie privée des personnes (logement individuel, foyer, résidence).

Avec les adultes, nous devons accomplir les tâches quotidiennes, en y assistant la personne le plus souvent possible. Pour les plus jeunes, nous sommes le relais des parents dans la garde active des enfants, des bébés.

Nous travaillons le plus souvent en contrat à temps partiel pour un particulier, au sein d'une association, d'une entreprise ou pour le secteur des assurances.

Nous pouvons également exercer au sein d'institutions spécialisées.

Nous nous déplaçons au domicile des bénéficiaires, nos horaires peuvent être variables et décalés notamment la nuit et le week-end.

Le titre professionnel, délivré par le Ministère du Travail, est équivalent à un CAP ou un BEP.

Le déroulement de la formation :

L'enseignement est à la fois théorique et pratique. Nous apprenons des techniques de positionnement et de confort pour l'usager, par exemple : faire des transferts pour aider la personne du passage du fauteuil au lit. Nous écoutons aussi beaucoup les personnes âgées et communiquons avec elles. Dans notre cahier de liaison, nous mettons tout ce qui concerne le bénéficiaire (son moral, son bien être, ses soins...) afin que nos collègues puissent être informés et suivre correctement l'évolution de la personne.

Pendant la formation, nous travaillons également en autonomie afin de recueillir des informations, nous révisons nos cours, nous recherchons des stages dont nous rédigeons les rapports. Nous faisons des exercices de simulation : nous nous mettons dans la situation d'un malade et l'autre personne dans l'aide à domicile.

La formation se compose de 3 modules :

- module 1 : Certificat de compétences professionnelles (CCP 1. Accompagner les personnes dans les actes essentiels du quotidien)
- module 2 : Certificat de compétences professionnelles (CCP 2. Relayer les parents dans la prise en charge de leurs enfants à leur domicile)
- module 3 : Certificat de compétences professionnelles (CCP 3. Assister les personnes dans l'entretien de leur cadre de vie et dans la préparation de leur repas.)

J'avais peur de ne pas réussir mais au contraire, cela m'a apporté de l'assurance. J'ai aimé les échanges avec mes collègues, sur notre intérêt pour travailler dans le secteur social et auprès des personnes âgées ou des enfants.

Que transmettre et à qui ?

Le don gratuit du ciel est la vie. Méritée ou non, nous existons, nous sommes sur tout l'espace terrien ! Oui, nous sommes des hommes, des femmes et des enfants, de nationalités et de cultures diverses. Nous avons reçu différentes éducations et héritages intellectuels, culturels etc, que nous nous évertuons à transmettre, de génération en génération. Les valeurs morales incluses dans nos vies sont-elles exercées de la même manière par tous ? Pour ma part, je dirais que non. Le respect des autres et de leur environnement est plus que primordial pour moi. Un simple « bonjour » quotidien, un « merci », le tout avec le sourire, contribuent à montrer notre éducation et à se faire apprécier, même si ce n'est pas le seul l'objectif.

Il est important de vivre en tenant compte du voisinage, en respectant les règles de base existentielles telles que ne pas faire de bruit à des heures tardives, ne pas laisser les espaces communs sales ou encombrés, ne pas utiliser les affaires privées d'autrui sans permission, ne pas se bagarrer inutilement avec tout le monde etc. La modestie, l'humilité et la décence doivent être notre quotidien.

Je suis aujourd'hui meurtrie de voir que nous vivons dans un monde où nous, en tant que parents, avons souvent du mal à nous imposer de manière positive face à nos enfants, au risque de nous faire sanctionner par la loi.

Résultat, ils prennent « la grosse tête » et refusent l'éducation que nous voulons leur inculquer et cela peut virer au clash. Je voudrais, comme mes parents me l'ont transmis, que la jeunesse sache que la parole des parents, des anciens est sacrée et doit être respectée sans rechigner. Bien que je fus une enfant unique et très gâtée, mes parents sont parvenus à me dicter leur loi, que cela me plaise ou non, et j'ai, à 80 %, toujours obéi. Je voudrais qu'il en soit ainsi pour ma lignée future.

J'ai été débauchée de l'école à dix-neuf ans car, très active et zélée, j'aimais la perfection et j'étais très curieuse. J'aimerais apprendre à mes enfants le goût du sérieux, de la qualité et du travail bien fait, l'amour des études, la constance en toute chose.

Travaillant pendant dix ans à la banque, je possédais, parallèlement à mon travail, un salon de beauté et un magasin de prêt-à-porter. Je voudrais inculquer à mon entourage et à mes enfants la polyvalence, l'esprit d'entrepreneuriat.

Et, pour finir, je souhaite leur transmettre les valeurs morales en disant que la famille classique se compose d'un homme et d'une femme et si possible avec des enfants. Et aussi qu'ils sachent que nous sommes en terre étrangère et que, donc, nous nous devons de respecter et d'appliquer les lois et les règles du pays qui nous accueille. (Sylvie Guédé)

Que transmettre et à qui ?

De manière générale, je pense pouvoir affirmer qu'on a tous plus ou moins envie de laisser la trace la plus parfaite possible. Personnellement, je m'en fiche. L'opinion des gens au sens large m'importe peu. Pour mes proches, c'est différent. J'aimerais qu'après mon départ, on pense à moi comme à quelqu'un de sûr, de présent, qui les a soutenus et aidés même s'ils l'ont jusque là plus souvent fait pour moi que l'inverse. Pour ma nièce et les futurs autres enfants, j'aimerais rester dans leur mémoire comme une présence solaire et chaleureuse, être un refuge pour eux au même titre que la première d'entre eux a été une ancre en des temps difficiles. Évidemment, mon comportement actuel n'est pas régi par la volonté de laisser un souvenir impérissable, je suis comme je suis et il se peut que certaines de mes volontés ne soient qu'utopiques : nous ne sommes qu'en partie maîtres de ce qui nous arrive, de ce qui se passe dans nos existences. Néanmoins, il est déjà acquis que je serai toujours aux côtés de mes proches, des enfants, et en cela je peux espérer pouvoir leur être utile à un moment ou à un autre. Pour les petits, j'aimerais également leur transmettre ce que je suis en leur faisant écouter et découvrir de la musique (comme Nina Simone dont la voix transcende jusqu'à mon âme et fait vibrer tout mon être), des livres (je pense notamment aux sagas de Pierre Bottero, ainsi qu'aux œuvres d'H. P. Lovecraft, dont Les Montagnes hallucinées qui m'ont transie de peur et d'angoisse en même temps que de fascination), des films (la candeur de Forrest Gump restera gravée dans ma mémoire à jamais, me dis-je à chaque visionnage) et des dessins animés (ceux qui représentent mon enfance et qui ont aussi forgé celle que je suis, comme les Disney dans leur ensemble, que je regarde encore avec plaisir), leur transmettre des valeurs et ce que j'aime. Leur faire comprendre que je vivrai toujours un petit peu à travers tout ça et que tant qu'ils ne l'oublieront pas, je serai près d'eux.

À travers mon envie d'être présente et d'aider mes proches, je veux simplement qu'ils comprennent qu'ils peuvent parler avec moi, qu'ils peuvent tenter d'exorciser leurs démons : j'écouterai, je sais être une oreille attentive. Et je leur montre d'ailleurs, déjà, même si ce que j'entends ne me plaît pas forcément.

Je ne sais qu'ajouter. De toute façon, lorsque sera venu le temps où je ne serai plus qu'un souvenir, je ne pourrai plus me soucier de ces considérations de vivant.

(Manon Bruneau)

FRANCE 2019

COUPE DU MONDE FÉMININE DE FOOTBALL



La France a eu le privilège d'accueillir cette année la huitième édition de la coupe du monde féminine de football, elle fut classée quatrième à l'édition précédente. Cette année elle s'est déroulée du vendredi 07 Juin 2019 au dimanche 07 Juillet et ce fut une première. À cette occasion, 24 équipes se sont disputé le titre sur un total de 52 rencontres. Neuf villes ont été sélectionnées pour accueillir les matchs, dont Paris où a eu lieu le match d'ouverture avec la belle affiche "France/Corée du sud", la ville de Nice où s'est tenu le match pour la troisième place et la ville de Lyon qui a eu le privilège d'abriter les demi-finales et la finale. Il est à noter que les 3 meilleures équipes "UEFA" (Union des Associations Européennes de Football) de cette compétition seront d'office qualifiées pour les prochains jeux olympiques à Tokyo en 2020.

Compétition internationale se déroulant tous les quatre ans, elle est l'équivalent de la coupe du monde masculine de football. La première édition s'était déroulée de manière officielle sous l'égide de la "Fifa" (Fédération Internationale de Football Association) en 1991 en Chine, et les États-Unis furent la première nation sacrée championne du monde. Peu médiatisée dans le temps, ce n'est que lors de la coupe du monde féminine de 2011 que, pour la première fois, toutes les rencontres ont été retransmises en haute définition. Une telle couverture médiatique a fait la promotion du mondial féminin de football et a entraîné la plus large vague de spectateurs jusqu'à ce jour.



La liste des nations qualifiées pour le titre de champion du monde 2019 de football féminin était pour le continent européen : la France, l'Espagne, l'Italie, l'Angleterre, l'Écosse, la Suède, l'Allemagne, la Norvège et les Pays-Bas.

En Amérique du nord, centrale et aux Caraïbes nous avons : le Canada, les États-Unis et la Jamaïque.

Le continent Asiatique fut représenté par l'Australie, la Chine, la Corée de Sud, le Japon et la Thaïlande.

En Afrique, le Nigéria, l'Afrique du sud et le Cameroun ont été de la partie et la Nouvelle Zélande représentait l'Océanie.

La commission des arbitres de la Fifa a sélectionné 27 arbitres et 48 arbitres assistantes. Stéphanie Frappart était la seule arbitre française retenue, elle est âgée de 35 ans. En 2014, elle fut nommée meilleure arbitre féminin et elle est la première femme à avoir arbitré un match professionnel masculin de ligue 1 de Football en France. Elle fait partie des arbitres qui ont officié la coupe du monde féminine de 2015 et elle a participé au championnat d'Europe de football féminin en 2017. Corinne Diacre (ancienne footballeuse professionnelle) est la sélectionneuse des "bleues" : elle a publié la liste des 23 joueuses françaises retenues pour le mondial féminin de football "France 2019" :



La norvégienne Ada Hegerberg fut sacrée le 3 décembre 2018, "Ballon d'or féminin". Attaquante évoluant à l'Olympique Lyonnais, elle a à son actif au 9 Mai 2019 256 buts en 252 matchs. Elle est âgée de 23 ans, et fut nommée au cours de sa carrière :

- Meilleure buteuse du championnat de Norvège en 2012.
- Meilleure joueuse en Europe de l'UEFA en 2016.
- Meilleure buteuse du championnat de France en 2015-2016, 2016-2017, 2017-2018.
- Meilleure buteuse de la ligue des champions 2015-2016, 2017-2018.
- Élu "Ballon d'or" le 3 décembre 2018. Actuellement en désaccord avec la sélection norvégienne, elle a fait le choix de ne pas participer à ce mondial où elle était pourtant très attendue par le public.

GARDIENNES

*Sarah Bouhaddi
Solène Durand
Pauline Peynaud-M.*

DEFENSEUSES

*Julie Debever
Sakina Karchaoui
Amel Majri
Griedge Mbock Bathy
Eve Perisset
Wendie Renard
Marie Torrent
Aissatou Tounkara*

MILIEUX

*Charlotte Bibault
Elise Bussaglia
Grâce Geyoro
Amandine Henry
Maeva Clemaron
Gaétane Thiney*

ATTAQUANTES

*Viviane Asseyi
Delphine Cascarino
Kadidiatou Diani
Valérie Gauvin
Emelyne Laurent
Eugenie le Sommer*

Les équipes favorites de ce mondial étaient : les États-Unis, qui ont été 3 fois championnes du monde en 1991, 1995 et 2015.

L'Allemagne, qui elle, fut double championne du monde en 2003 et 2007.

Le Japon, championne du monde en 2011 et première équipe asiatique à remporter le mondial. Les Pays-Bas victorieux de l'Euro 2017, et la France qui, elle jouait à domicile avec des joueuses de talent telles que Wendie Renard, Amandine Henry et les autres.

Cette coupe a été remportée par les États-Unis le 7 juillet avec un score de 2/0 contre les Pays-Bas.

Coupe du monde de rugby à XV

2019

Cette année se déroulera du 20 septembre au 2 novembre la neuvième coupe du monde de rugby à XV au Japon, organisée par le pays hôte et le World Rugby, l'organisation qui gère le rugby à XV et à VII dans le monde.

Les favoris

Triple vainqueurs de la compétition et sept fois sur huit dans le dernier carré (battus par l'équipe de France en quart de finale lors de la CM 2007 en Angleterre), les All - Blacks de Nouvelle-Zélande sont évidemment les grands favoris.

Autres équipes à prétendre

au titre : le Pays de Galles, l'Irlande, l'Angleterre et l'Afrique du sud. L'une d'entre elles ne sera sûrement pas loin des portes de la finale, ou même deux en cas de défaillance des Néo-Zélandais.

L'équipe de France dans tout ça ?

La France, quand à elle, fera partie des outsiders. La huitième force mondiale du rugby aura à cœur de réaliser une bonne coupe du monde, compétition qui lui réussit plutôt bien dans l'ensemble puisqu'elle a fini six fois sur huit dans les quatre premières, dont trois fois deuxième, avec des finales perdues en 1987 et 2011 contre la Nouvelle-Zélande et en 1999 face aux Australiens.

Les Poules

Composition des quatre poules, dont les matchs se dérouleront du 20 sept au 13 oct :

Poule A : Samoa (17)*, Ecosse (7), Russie (20), Japon (11) et Irlande (3)

Poule B : Afrique du Sud (5), Canada (21), Nouvelle-Zélande (1), Italie (14) et Namibie (23)

Poule C : France (8), Etats-Unis (15), Angleterre (4), Argentine (10) et Tonga (13)

Poule D : Pays de Galles (2), Fidji (9), Australie (6), Uruguay (16) et Géorgie (12)

*Entre parenthèses le classement mondial WR de mai 2019

Les Phases Finales

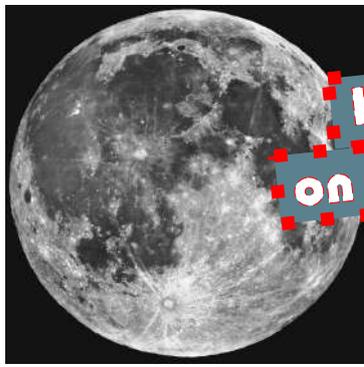
Quarts de finale : 19 et 20 octobre

Demi-finales : 26 et 27 octobre

Match pour le troisième place : 1er novembre

FINALE : 2 novembre

F.F



Il y a cinquante ans. on a marché sur la lune

Le 20 juillet 1969, à 03h56 (heure de Paris), un homme marchait pour la première fois sur la lune.



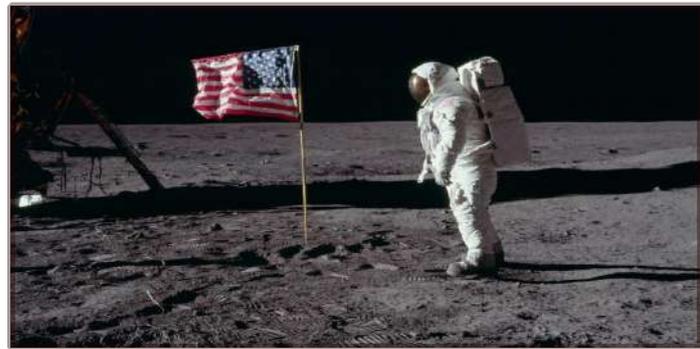
De G à D : Neil Armstrong, Michael Collins et Buzz Aldrin.

La course vers l'espace

1969, à cette époque, les États-Unis et la Russie sont en "guerre froide" : les deux plus grandes puissances mondiales veulent toutes deux dominer le monde. Elles ne se battent pas avec des armes mais à coups d'exploits et de prouesses technologiques et cette domination passe par la conquête de l'espace. Dans ce domaine, les Russes sont en avance. Ils ont déjà envoyé un chien et un homme dans l'espace et ont été les premiers à y envoyer un satellite. Pour les concurrencer, les États-Unis ripostent et décident d'envoyer un homme sur la lune.



La navette Apollo 11 quitte la base de cap Canaveral, aux États-Unis, le 16 juillet 1969. À son bord : Neil Armstrong, le commandant de la mission, Buzz Aldrin, le pilote et Michael Collins. Quatre jours plus tard, Apollo 11 alunie. Il est 3 h 56 du matin en France lorsque la nouvelle tombe. Dans le monde entier, entre 500 et 600 millions de téléspectateurs assistent à ce moment historique devant les postes qui retransmettent l'évènement en direct.



Deux heures et demie sur la Lune !

Neil Armstrong, après avoir descendu les marches de la navette sanglé, dans son énorme combinaison spatiale qui lui octroie quatre heures d'autonomie, a posé son pied gauche sur la lune. Aussitôt, il déclare : "C'est un petit pas pour l'Homme, un bond de géant pour l'humanité". Cette phrase diffusée en direct restera gravée à tout jamais dans les esprits. Depuis, elle figure dans tous les livres d'histoire.

Edwin Aldrin rejoint Armstrong qui photographie l'arrivée de son coéquipier. Le troisième astronaute, Michael Collins, est quant à lui resté dans la fusée en orbite autour de la Lune.



Aldrin photographie le site, l'empreinte de sa botte sur le sol lunaire, le module. Armstrong installe une caméra pour filmer leurs moindres faits et gestes.

Tous deux déposent quantité d'instruments scientifiques pour recueillir des données et ils collectent 21 kilos d'échantillons minéraux.

Le retour

Les deux hommes, après avoir marché sur le sol lunaire pendant plus de deux heures, plantent un drapeau américain pour marquer leur exploit ! Ils laissent même une plaque avec écrit : "Nous sommes venus dans un esprit pacifique, au nom de toute l'humanité". Ils rejoignent Collins. 195 heures après son départ, "Apollo" revient sur la Terre... ou, plutôt, dans la mer ! Le vaisseau amerrit dans le Pacifique, près du point prévu, le 24 juillet 1969. Un navire récupère les astronautes. Ceux-ci sont fêtés en héros par toute l'Amérique.



Les autres piétons de la Lune

À ce jour, seules douze personnes ont foulé le sol lunaire. Ce sont tous des hommes, des Américains âgés de 36 à 47 ans, envoyés au cours du programme Apollo, entre juillet 1969 et décembre 1972.

La conquête de l'espace



LE PARCOURS AVANT MON OPÉRATION

Pratiquées en chirurgie bariatrique, il existe plusieurs techniques pour traiter l'obésité :

- Le BYPASS gastrique est un montage en court circuit du système digestif. La partie haute de l'estomac est sectionnée par un agrafage, ce qui crée une petite poche. Sur cette dernière est raccordée une anse de l'intestin grêle sectionnée à 1 m ou 1,5 m après l'antrum pylorique la sortie de l'estomac.

- L'anneau gastrique fait partie des opérations pratiquées pour une chirurgie de l'obésité. La gastroplastie, ou la pose d'un anneau gastrique, est l'une des 3 chirurgies de l'obésité les plus pratiquées. Il est posé en moins d'une heure et les risques de complications sont faibles.

L'anneau gastrique est gonflable et ajustable. Il est relié par une tubulure à un boîtier d'injection qui se situe sous la peau de la paroi abdominale, que le chirurgien ponctionne pour y introduire un liquide spécifique. Ce processus est peu douloureux.

- La sleeve gastrique consiste en une résection horizontale des 2/3 de l'estomac dans le but de réduire son volume pour qu'il ne forme plus qu'un tube, mais également d'isoler la cellule sécrétant la ghréline, l'hormone déclenchant la sensation de faim.

Il s'agit donc d'une opération destinée à entraîner rapidement une sensation de satiété après seulement quelques bouchées, conduisant inévitablement à une perte de poids.

"Étant en surpoids depuis des années, je souffrais du dos. À la fin du mois de juillet 2013, 10 jours avant le mariage de ma soeur, j'ai eu peur de rester bloquée du dos. Mon médecin traitant étant en congés, je me suis adressée à sa remplaçante. Elle m'a parlé d'une opération pour perdre du poids. À la suite de cette discussion, j'ai réfléchi et j'en ai parlé à ma famille et surtout à mes amies. Tous m'ont dit de bien réfléchir et de me renseigner sur cette opération. Je suis donc retournée voir la remplaçante de mon médecin pour lui demander quelles démarches je devais suivre.

Et c'était parti ! Prise de sang, rendez-vous chez une spécialiste qui m'a demandé pourquoi je voulais perdre du poids. Je lui ai expliqué que j'en avais assez de faire le yo-yo à cause des régimes, elle m'a dit que pour me sentir mieux je devais absolument maigrir par moi-même et c'est ce que j'ai fait. Quelques mois plus tard, j'ai pris rendez-vous chez le chirurgien et ensuite avec une psychologue.

J'avais d'autres examens à passer aussi, comme une fibroscopie gastrique, une échographie abdominale, une consultation chez le cardiologue, une pneumologue, un endocrinologue et une nutritionniste. Et, bien-sûr, le rendez-vous avec l'anesthésiste. Au bout de 6 mois de rendez-vous, la date de l'intervention fut fixée au 9 juin 2015. Une semaine avant l'opération, je devais faire un régime spécial.

Un lundi après-midi, je suis rentrée au CHU de Caen. Le lendemain, le grand jour était arrivé : 8h du matin douche. 11h je rentre au bloc, la table d'opération et endormissement. Après, plus rien jusqu'au réveil à 16h. J'ai alors vu mon chirurgien, il m'a dit qu'il n'avait pas pu faire le BYPASS et qu'il avait opté pour la SLEEVE. Ensuite, retour dans ma chambre.

Le lendemain, j'ai passé un examen pour voir s'il n'y avait pas de fuite, je devais faire une radio, ils m'ont fait boire un produit qui n'était vraiment pas bon ! Le jeudi, comme je ne mangeais pas assez, ils m'ont dit que si je ne buvais ou ne m'alimentais pas suffisamment, je risquais de rester plus longtemps à l'hôpital. Je me suis donc forcée. J'ai perdu 50 kgs et le mal de dos a diminué, même si j'ai encore quelques douleurs de temps à autre."

Qu'est-ce que Diablo ?

Diablo est une série de jeux vidéo mêlant action et RPG (gestion d'un inventaire, d'un personnage et de sa montée en niveau et en équipement) dont le premier jeu est sorti en 1997, créé par le studio Condore Software et Blizzard Entertainment, qui est également l'éditeur. Le jeu est un "Hack'n'Slash" (en français : "taille et tranche") dont le but est de progresser à travers divers environnements pour suivre une trame scénaristique, tout en faisant évoluer son personnage via des équipements et des niveaux pour combattre des hordes de démons et autres créatures maléfiques ou humaines. Lors de sa sortie, le premier Diablo fut un succès critique et commercial, popularisant le genre Hack'n'Slash et confirmant Blizzard comme un des grands studios de développement de jeux après le succès de leurs premières productions Warcraft et sa suite Warcraft II. La série Diablo se prolongea, depuis, sur plusieurs extensions et 3 jeux, et bien que Diablo 3 fut décevant, il connut un succès commercial énorme.

Le renouveau de la franchise.

Depuis la sortie de Diablo 3 en 2012 et la douche quelque peu froide qu'il fut pour nombre de fans de la première heure, puis deux extensions qui corrigèrent pas mal de défauts initiaux du jeu, de nombreux joueurs attendaient la potentielle sortie d'un quatrième volet de la série. Puis en 2018, lors de la Blizzcon annuelle (convention organisée par Blizzard pour tous les fans des différents jeux de la firme et l'occasion pour le studio d'annoncer les projets de jeux et d'évènements), Blizzard annonça en grandes pompes la sortie prochaine d'un nouveau jeu Diablo, Diablo Immortal, ce que les joueurs accueillirent avec la plus grande satisfaction avant de déchanter rapidement. En effet, Blizzard dévoila alors que le jeu serait sur mobile, un support très peu apprécié par les joueurs et souvent vu comme un moyen de faire de l'argent facilement. De ce fait la conférence vira alors au désastre pour Blizzard, le développeur présent sur scène se faisant huer par les fans irrités. Une fois la Blizzcon terminée, les critiques sur le net et dans la presse spécialisée se firent assez virulentes et c'est à peine quelques mois plus tard que Blizzard répondit aux attentes des joueurs. Le studio dévoilà qu'en tout, 4 jeux Diablo (dont Diablo Immortal) étaient en préparation dont le tant attendu Diablo 4, éventuel renouveau de la franchise. Pour le moment, le peu d'informations que le studio a laissé filtrer ferait état de Diablo Immortal, de Diablo 4 et d'une possible préquelle à la série, tandis que le dernier jeu est resté dans le flou total. Autre nouvelle à prendre avec des pincettes, certaines rumeurs parleraient d'une éventuelle série Netflix sur l'univers Diablo. Pour les fans du jeu, il ne reste donc qu'à patienter en attendant des nouvelles de la part de Blizzard et à espérer que le studio leur livre des jeux de la qualité à laquelle il les a habitués. En bref, Diablo est une série majeure de l'univers vidéoludique même si elle a un peu perdu de sa splendeur.



Diablo, principal protagoniste des 3 opus de la franchise sortis à ce jour.

DICK RIVERS

Dick Rivers, de son vrai nom Hervé Forneri, était un chanteur de rock français né le 24 avril 1945 à Nice. Durant ses 55 ans de carrière, il a sorti 33 albums studio et 3 albums live.

Hervé Forneri découvre le blues puis le rock'n'roll très jeune. En 1960, il fait la connaissance de Jean-Claude et Gérard Roboly. Jean-Claude, qui était l'aîné des deux frères, est un guitariste amateur de jazz. Plus tard, il rencontre Jack Regard, pianiste amateur avant de devenir bassiste. Hervé Forneri prend comme nom de scène "Dick Rivers" en souvenir du nom du personnage joué par Elvis Presley dans le film « Loving you » et fonde le groupe « Les chats sauvages ». En mai 1961, le groupe sort son premier 45 tours. Leur succès et leurs tubes s'enchaînent. « Les chats sauvages » sont, avec le groupe d'Eddy Mitchell « Les chaussettes noires », les groupes qui ont marqué le début des années 60 en France. En 1962, Dick Rivers débute une carrière solo. Admirant Gene Vincent et Elvis Presley, il fait partie de ceux qui ont rendu populaire le rock'n'roll en France avec Eddy Mitchell et Johnny Halliday. Ayant davantage un côté crooner que rocker, Dick Rivers adapte des standards des Beatles, mais son plus gros succès en 1963 est l'adaptation de « Blue bayou » de Roy Orbison, en « Tu n'es plus là ». En 1964, l'artiste sort son premier album solo, dont le titre principal « Rien que toi » devient un succès. En 1965, ayant déjà pris part à plusieurs tournées en France, il se lance à la conquête du Canada. En 1969, Dick réalise son plus grand rêve, il rencontre son idole Elvis Presley et s'entretient quelques minutes avec lui après un concert à Las Vegas. À la fin des années 60, Dick Rivers connaît un passage à vide suite à l'épuisement de la vague yéyé et à l'expansion du mouvement hippie. Avec une carrière plutôt calme depuis les années 70 et malgré quelques succès, Dick Rivers joue son premier rôle dans un film de Jean-Pierre Mocky « La candide madame Duff ». Dans les années 2000, Dick Rivers fait plusieurs concerts et sort un nouvel album appelé « Amoureux de vous ». En 2002, il présente une émission de radio qui retrace l'histoire du rock sur France bleu. Deux ans plus tard, il fait ses débuts au théâtre dans une pièce de Jean Genet « Les paravents ». En 2005, lui qui veut faire évoluer sa musique, s'associe à Francis Cabrel, Mickey 3D, Benjamin Biolay, Mathieu Bogaerts et Axel Bauer pour l'écriture de nouveaux titres. De cette collaboration sort « Dick Rivers », le 30ème album de sa carrière. En 2008, suit un l'album « L'homme sans âge », enregistré à Londres et écrit par Joseph d'Anvers qu'il a rencontré aux Francfolies de la Rochelle. Dick Rivers fête ses 50 ans de carrière en 2014 avec un album et un livre intitulés « Mister D ». En 2018, il participe, après avoir longuement hésité, à la tournée d'âge tendre, la tournée des idoles, qui fait le tour des salles de France entre janvier et avril 2018. Il y interprète sur scène ses anciens tubes mais aussi un medley de titres des « Les chats sauvages ».

Dick Rivers décède le 24 avril 2019, jour de ses 74 ans, d'un cancer découvert deux mois plus tôt. Il est inhumé le 2 mai 2019 au cimetière de Montmartre.



Guillaume Senk

Que transmettre et à qui ?

Que transmettre... ? Judicieuse question. Il y a quelques mois, j'aurais bien aimé laisser au monde mon dégoût de l'existence, mes idées noires et mon pessimisme contagieux. Aujourd'hui ? Parlons plutôt d'aujourd'hui, car les choses ne sont plus les mêmes. Mon regard sur le monde et sur la vie a changé. J'esquisse un sourire devant les difficultés, les balayant d'un revers de la main, les envoyant dans le décor. Aujourd'hui, j'aimerais transmettre l'espoir, la persistance et la ténacité.

Qu'est-ce qui m'a métamorphosé ? Deux décès, l'amour et l'amitié. Mes grands-parents ne sont plus, mais s'ils m'ont transmis, eux, quelque chose, c'est qu'il faut se battre pour vivre et survivre et j'espère arriver à marcher dans leurs pas, laissant moi aussi ma trace sur le monde.

De quelle manière ? J'ai plusieurs projets : la musique, le savon et l'amour. Je donnerais volontiers ma voix à la musique, mais j'expérimente encore pour être assez polyvalent et m'infiltrer dans tous les styles possibles. Une voix modulable, voilà mon objectif. Quand elle sera prête, ce sera mon cadeau au monde. Mais ça ne sera pas le seul. Je compte fabriquer du savon, première étape vers une vie autonome. Mon dernier présent, mon enfant, sera le fils ou la fille d'un homme accompli et pourra suivre son propre chemin et à son tour transmettre à la planète ce qui lui tient le plus à cœur. Tout ceci, tous ces projets, ces souhaits, j'aimerais vraiment les céder au monde, signe que l'espoir perdure, même pendant les années sombres.

(Emmanuel Lacroix)

Que transmettre et à qui ?

Transmettre, c'est léguer, c'est donner, c'est laisser quelque chose qui pourrait être utile à quelqu'un. On peut transmettre un savoir, un patrimoine culturel, mais aussi des valeurs. J'aimerais laisser à mes enfants des valeurs qui resteront intemporelles, que ni le temps, ni les dures conditions de la vie ne pourront altérer. Je veux leur transmettre les valeurs de courage, d'abnégation, de travail, de générosité, de franchise. Je veux que mes filles puissent se rappeler de moi comme d'une personne intègre, qui n'a jamais vendu sa dignité pour sortir d'une situation difficile. Pour pouvoir léguer tout cela, j'essaie de les éduquer selon les valeurs que m'ont laissées mes parents. Seulement, il faut savoir faire la part des choses, car si je suis née et si j'ai grandi au Sénégal, mes enfants sont nés en Europe et les cadres de vie sont différents. Là où l'éducation en Afrique s'élargit et devient un problème de communauté, toute la famille de près ou de loin participe à l'éducation de l'enfant, en Europe l'enfant n'a de référence en matière d'éducation que ses propres parents. Au Sénégal, on vit en communauté et nous avons un sens très large de la famille et ceci donne naissance ou justifie le fait que chaque membre de la famille a des droits pour le maintien du respect d'aînesse, mais aussi de la bonne sauvegarde des règles de la tribu. Alors qu'en Europe, l'enfant grandit dans un cercle fermé, même si celui-ci n'exclut pas les grands-parents, il accorde une part importante au père et à la mère, seuls garants de l'éducation de l'enfant. Avec mes filles, ça n'est pas toujours facile, j'essaie de privilégier le dialogue, de leur rappeler toujours d'où je viens et comment on doit se comporter. Par exemple, pour ce qui est de la religion, nous sommes musulmans et si mes parents n'ont pas eu de difficultés pour que je pratique les cinq prières de la journée, ce n'est pas mon cas avec mes enfants, à qui je dois demander sans cesse de prier. Par contre, pour le ramadan, elles ne l'ont jamais vécu au Sénégal, pourtant depuis quelques années elles apprennent à le faire. Du point de vue de leur comportement envers les autres, je suis agréablement surprise de découvrir que l'honnêteté et la loyauté sont le fondement de leurs relations amicales. Je n'ai pas eu la chance d'avoir des garçons, mais je suis fière d'avoir eu des filles et de noter qu'à travers les difficultés qu'on a eu à traverser, du haut de leur 11 et 15 ans, elles ont toujours montré qu'elles tenaient aux valeurs que j'ai toujours mises en avant. D'ailleurs, il y a quelques mois, j'ai été opérée. Elles sont restées seules pendant une semaine ; leur maturité, leur courage face à cette situation m'a laissé sans voix. Mon aînée, il y a quelques semaines, partait en Allemagne avec sa classe. Son père démissionnaire, qui n'a pas donné signe de vie depuis longtemps, s'est permis de lui proposer de l'argent pour le voyage, mais elle a catégoriquement refusé en lui disant : « Pour pouvoir financer le voyage de son enfant, il faut d'abord s'occuper de ce dernier, savoir s'il mange à sa faim, s'il va à l'école, s'il a des vêtements ou tout simplement s'il a de bons résultats à l'école. Ton argent, je n'en ai pas besoin, maman a tout réglé. » J'ai trouvé ce comportement très digne, parce que son père, qui a coupé toute relation, a pensé que l'argent peut ouvrir toutes les portes. Ce sont de telles valeurs que j'aimerais que mes filles gardent.

(Arame Fall)

Un intrus pas ordinaire

Comme tout intrus, il vient de s'infiltrer sans être invité, il débarque au moment où on l'attend le moins. Au début, il se fait tout petit pour qu'on ne remarque pas sa présence mais, aussi fort et tenace qu'un gladiateur, par de petits sifflements, il tient à rappeler à qui veut l'entendre qu'il est là ; il revendique sa part de vie quotidienne et va jusqu'à bouleverser les moindres habitudes par son lot de désordres ambulants. Il sème la zizanie, se présente comme un véritable ennemi prêt à attaquer et à montrer qu'il est entré en tant qu'intrus ; mais, désormais, c'est lui qui mène la danse.

Galvanisé par cette audace, infatigable dans sa démarche sordide, sûr de sa réussite future, il impose ses humeurs par sa bipolarité sournoise afin de marquer à jamais son territoire. Il dicte ses lois avec son cortège de trous de mémoire, de désorientations, d'incohérences, de difficultés de langage, de dépressions. Là, on est en droit de se demander comment peut-on s'auto-inviter dans la vie de quelqu'un et avoir la prétention de vouloir tout contrôler ; on se heurte à un mur de silence. L'intrus poursuit sa route. Non satisfait d'avoir tout bouleversé par une anarchie qui dépasse tout entendement, il s'octroie le droit de tout remettre en cause en brouillant toutes les cartes, de telle sorte que la personne oublie l'essentiel, éprouve d'énormes difficultés à se rappeler des mots les plus élémentaires, des calculs mentaux basiques ou tout simplement pour retrouver des objets rangés.

Ainsi, de jour en jour, il gagne du terrain, horreur et atrocité vont s'entremêler, laissant place à une incapacité à se repérer dans le cercle spatio-temporel, à une confusion des dates et des saisons, à être étranger à soi-même, le reflet du miroir renvoyant un parfait inconnu. Il atteint son paroxysme d'être malféfique, perturbant l'humeur de son hôte qui, à fleur de peau, change rapidement d'état émotionnel parce que tourmenté par l'angoisse, l'anxiété et la peur. Pourtant, loin d'être fatigué, cet auteur de tant de bouleversements continue son bonhomme de chemin, empêchant tout bonnement la personne d'interagir avec son entourage, d'avoir une conversation normale, de contrôler ses gestes, l'obligeant ainsi à requérir de l'aide pour manger, aller aux toilettes ou s'habiller. Même le sourire devient une entreprise qui demande des efforts considérables, le fait de se tenir assis, de se lever ou tout simplement de tourner la tête devient un acte impossible. Tous les réflexes deviennent anormaux, les muscles se raidissent et des problèmes de déglutition apparaissent.

Inévitablement, l'intrus est aux anges parce qu'il est près de son but : quoique responsable de toute une déchéance morale et physique, il reste fidèle à lui-même et compte accompagner son élu jusqu'aux derniers moments.

Annie Girardot : diagnostiquée alzheimer en 2006



Nonobstant d'avoir achevé une vie, il tient à être là pour lui rendre un dernier hommage, comme pour signifier qu'il a très bien joué son rôle, qu'il a maîtrisé tout son parcours et n'a sauté aucun chapitre : du trou de mémoire à l'oubli des mots courants, de l'endroit où se trouvent les objets de la vie quotidienne en passant par des difficultés à se souvenir des noms de personnes rencontrées récemment, des problèmes accrus à planifier ou à organiser, à exécuter des tâches complexes jusqu'aux sautes d'humeur, à l'incapacité de se souvenir de sa propre adresse ou numéro de téléphone, de choisir des vêtements adaptés à la saison ou à une occasion particulière, du manque d'autonomie pour manger ou aller aux toilettes, des troubles d'incontinence urinaires ou fécales, de la tendance à errer ou se perdre. Oui, il a toujours été là, aussi présent que le soleil ou la lune, le vent ou les arbres. Oui, **l'Alzheimer** est cet intrus qui s'auto-invite pour tuer lentement mais sûrement et ne ménage aucun effort pour gagner son pari sordide.

La maladie d'Alzheimer a été abordée sur le plan clinique par mon ex-collègue Emmanuel Radiguet. À travers son article, il a tenté de montrer le côté évolutif et dégénératif de la pathologie en insistant sur ses troubles entraînant irrémédiablement la démence totale. Abordé sous cet angle, il a montré comment une personne atteinte perd petit à petit ses repères, même si elle ne présente, au début, aucun trouble grave de la mémoire. Il a également insisté sur le fait qu'il n'existe ni de remède miracle ni de médicaments disponibles pour lutter contre cette terrible pathologie.

Les traitements qui existent permettent seulement un ralentissement de la dégénérescence cognitive car ces derniers s'attaquent aux symptômes, non à la maladie en elle-même qui reste incurable. Ainsi, si nous savons que l'Alzheimer ne prévient pas et que ses causes restent, jusqu'à présent, mystérieuses, nous allons voir comment faire pour vivre et accompagner une personne qui en est atteinte.

Je me baserai sur mon expérience personnelle tirée du

vécu quotidien avec des patients dans une maison de retraite où j'ai exercé pendant 8 ans. Mon métier en tant qu'aide-soignante m'a mis en relation directe avec des personnes âgées atteintes de cette maladie ; j'ai eu à côtoyer des malades qui, au début, manifestaient seulement des troubles sans importance de la mémoire qui peuvent survenir dans la vie de tout un chacun. Au fil du temps, ces personnes ont atteint le point culminant de la démence avec une perte progressive des aptitudes et capacités physiques et, quelques fois, une grande agressivité : une transformation presque invraisemblable. Vivre avec un malade d'Alzheimer n'est nullement aisé en raison des sautes d'humeur fréquentes, des hallucinations, des problèmes d'orientation, du manque d'autonomie et de la mémoire défaillante. Pour aider une personne, qui en est atteinte, dans son combat quotidien et organiser sa nouvelle vie, il faut tout d'abord le comprendre, c'est-à-dire repérer ses peurs, son anxiété et sa tristesse sous-jacente. Il est important de

trouver des moyens de modifier son environnement : derrière ses dires, il y a une autre demande qui doit être prise en compte, en réagissant calmement et en entrant dans son univers. Nous devons être en mesure de calmer la colère du patient. Beaucoup de malades d'Alzheimer souffrent de paranoïa et des phrases comme celles-ci reviennent souvent dans leurs discours : "On parle de moi, on m'a volé mon argent, mon sac à main, mes clés, etc.". Ceci montre des difficultés avec la notion de propriété, ne faisant pas la différence entre leurs biens et ceux d'autrui. Dans la maison de retraite où j'ai travaillé, il y avait une dame qui était toujours à la recherche de son sac et qui allait jusqu'à voler celui d'une autre. Pour l'aider, je lui prenais la main et, ensemble, nous allions dans sa chambre, je lui donnais son propre sac à main et nous mettions à l'intérieur tout ce dont elle avait envie ; aussitôt, elle allait rendre celui qu'elle avait volé en s'excusant et en expliquant qu'elle s'était trompée, croyant que c'était le sien. Plus grave, le malade peut aller jusqu'à perdre

Poème d'Alzheimer

*Ne me demande pas de me rappeler
Nessaie pas de me faire comprendre
Laisse-moi me reposer
Fais moi savoir que tu es avec moi
Embrasse mon cou et tiens ma main
Je suis triste malade et perdu
Tout ce que je sais
C'est que j'ai besoin de toi
Ne perd pas patience avec moi
Ne sacre pas, ne crie pas, ne pleure pas
Je n'y peux rien de ce qui m'arrive
Même, si j'essaie d'être différent
Je n'y arrive pas
Rappelle-toi que j'ai besoin de toi
Que le meilleur de moi est parti
Nabandonne pas reste à mes côtés
Aime moi, jusqu'à la fin de ma vie*

l'estime de soi, à travers ses paroles nous ressentons la honte, la désolation, la révolte, la culpabilité du fait de sa dépendance aux autres, la frustration. Toute cette souffrance se traduit par des mots comme : "Je ne suis pas un être inférieur parce que j'ai quelques handicaps. Pour moi, rien ne sera plus jamais comme avant, j'ai honte. Je ne suis pas bête parce que je ne comprends pas tout, tout de suite ; je ne veux pas vous embêter".

Tant de mots qui traduisent chez eux un malaise palpable, créent chez moi un sentiment d'impuissance. Il m'est arrivé très souvent de me cacher pour pleurer face à une si grande déchéance ; mais une fois calmée, je revenais vers eux, à ce qu'ils faisaient ou pour essayer de leur voler un sourire et ensemble on dansait, histoire d'égayer un peu l'atmosphère. Malgré les obstacles liés aux problèmes de langage, les émotions cherchaient à s'exprimer et celles-ci étaient beaucoup plus importantes que les mots en eux-mêmes.

LA MONOPARENTALITE

La monoparentalité est le fait pour un parent de vivre au quotidien avec un ou plusieurs enfants et cela pour quelque raison que cela soit. Choisie ou subie, elle survient à la suite d'un divorce, d'une séparation, de la non reconnaissance de l'enfant ou du décès de l'un des conjoints.

Au 21^{ème} siècle, dans le monde entier en général et en France en particulier, une famille sur cinq est monoparentale.

Les femmes sont le plus souvent celles qui ont la garde des enfants.

Nous avons 2,6 millions de familles dans ce cas, dont 82% sont des femmes seules. Les déchirements entre les parents poussent aussi les tribunaux à placer les enfants dans des familles d'accueil.

C'est une réalité vécue par beaucoup de pères ou de mères célibataires. Tout devient une sorte de système D, de course contre la montre, d'obstacles à surmonter au quotidien. Il faut trouver comment se reconstruire. C'est un combat du matin au soir. L'isolement prend place, les préoccupations emplissent l'esprit en permanence.

Devant les enfants, il faut rester digne, malgré les difficultés économiques et sociales.

La séparation entraîne une chute du niveau de vie de 3% pour les hommes et de 22% pour les femmes, qui occupent en majorité des emplois précaires (CDD et temps partiel).

Le constat des banques alimentaires est alarmant : en France, plus de la moitié des familles qui font appel à eux sont des femmes qui s'occupent seules de leurs enfants, un chiffre qui a doublé en 4 ans.

Les associations caritatives donnent un grand coup de pouce dans une vie quotidienne harassante mais devoir justifier sans cesse une situation de fragilité auprès d'organisme comme la CAF ou les Resto du coeur est très souvent vécu comme une humiliation. On se sent parfois coupable quand on va demander de l'aide. Accepter ces aides sans perdre sa dignité n'est pas toujours évident.

Le 15 janvier, le président de la République Emmanuel Macron a reconnu, à Grand-Bourgtheroule en Normandie, que le Gouvernement pouvait sans doute aller plus loin pour accompagner et soutenir ces familles. Après les manifestations des gilets jaunes, celui-ci a revu quelques points sur la situation des familles monoparentales, notamment en mettant en place des réformes pour soulager et améliorer leur quotidien. Le Gouvernement réfléchit sur le prolongement du complément du libre choix du mode de garde (CMG) après les 6 ans de l'enfant et jusqu'à l'entrée en 6^{ème}, sur l'augmentation de l'allocation de soutien familial (ASF), qui est de 115,30 € par mois et par enfant, la récupération automatique des pensions alimentaires non versées, etc.

Nous parents, rêvons toujours d'une vie normale pour nos enfants quand ils seront adultes, surtout si cela n'a pas été le cas pour nous, mais la précarité menace toujours.

Dans une société qui considère encore le couple comme une référence, j'ai voulu vous présenter le quotidien de ces mamans et papas seuls qui ne mangent pas toujours à leur faim, avec un seul salaire pour payer le loyer, les factures, tout en souhaitant éduquer au mieux les enfants.



La fessée,

cette grande discussion

Remise en cause depuis maintenant plusieurs années, la fessée correctionnelle, qualifiée de « violence éducative ordinaire », va être désormais interdite. En effet, au même titre que les gifles, insultes, menaces et autres joyusetés, la fessée est maintenant bannie des foyers.

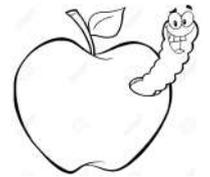
Ce sera d'ailleurs inscrit dans le Code Pénal et lu lors des cérémonies de mariage.

Mais, dans les faits, la fessée sera-t-elle punie, de fait ? Et bien, à vrai dire, non. Si cette « violence » tend à être jetée hors des comportements ordinaires et de l'éducation des enfants en général, elle ne sera pas sanctionnée pour autant. Rien n'est prévu en ce sens en tout cas, il est surtout espéré que le fait de la faire entrer dans les interdictions fasse changer les mentalités et commence à assouplir les manières des parents de tous horizons.

La loi est donc officiellement votée à l'unanimité le mardi 2 juillet 2019, après que le projet ait été porté devant les sénateurs en commission le mercredi 24 juin 2018 et que l'Assemblée nationale l'ait adopté en première lecture le 30 novembre de la même année. Il a notamment été dit que la France avait beaucoup de retard au sujet du « droit de correction » (« violence » légère acceptée pour l'éducation des enfants) et qu'il était temps de faire avancer les choses. Le pays avait d'ailleurs été appréhendé par de nombreuses organisations (comme l'ONU, le Conseil de l'Europe et diverses autres associations) pour son « retard » flagrant concernant les châtiments corporels infligés aux enfants dans la plus totale légalité.

En tout cas, pour ou contre, la réponse à cette question est maintenant donnée et officielle !

CALVADOS



et environs

CAEN, à tout seigneur tout honneur, à la fois préfecture du Calvados et capitale de l'ancienne région la Basse-Normandie, Caen est aussi un concentré d'architecture romane, avec le château, construit vers 1060 par Guillaume le Conquérant tout comme les deux abbayes aux hommes et aux dames témoignant de la même époque.

Le mémorial de Caen est un musée de la paix qui rend hommage aux victimes de toutes les guerres de ces dernières décennies.



BAYEUX, connue essentiellement pour sa tapisserie réalisée supposément par la reine Mathilde en l'absence de Guillaume parti à la conquête du trône d'Angleterre. Quelque soit son origine exacte, elle reste un témoignage très intéressant de la vie au Moyen-Âge et offre un attrait touristique de plus pour la ville.

HONFLEUR est une ville d'art, d'histoire et de tradition, épargnée par le temps, berceau ou lieu d'adoption de nombreux artistes parmi lesquels nous trouvons : Claude Monet, Charles Baudelaire, Alphonse Allais et Erik Satie entre autres, issus de milieux artistiques très divers.



À Honfleur nous pouvons visiter un superbe jardin, Naturospace, magnifique serre où vous vous promènerez au milieu de plus de mille papillons vivants d'espèces différentes.

N'oublions pas le très célèbre et majestueux voisin qu'est le Pont de Normandie et qui mérite bien un détour pour une traversée à pied de la Seine.

FALAISE, lieu de naissance de Guillaume le Conquérant, la ville lui rend toujours honneur ainsi que les touristes britanniques à celui qui fut roi d'Angleterre. Falaise a néanmoins d'autres atouts à faire valoir. Son mémorial en l'honneur des victimes civiles de la Seconde guerre mondiale ; cette ville et les communes environnantes ayant énormément souffert pendant ce conflit et tout particulièrement après le débarquement allié.

