

La lettre de d'information

de

La table de
Jeanne-Marie

n°5 - juin 2023



Mardi 6 juin, à une heure du matin, les pompiers sont intervenus dans les locaux de la Table de Jeanne Marie rue Febvotte pour éteindre un incendie criminel. Le feu a été mis dans une poubelle de déchets alimentaires derrière la grille métallique de l'entrée. La baie vitrée et l'imposte ont éclaté sous l'effet de la chaleur. Tout le système électrique du volet roulant ne fonctionne plus, le clos des locaux de la Table de Jeanne Marie n'est plus assuré. Les dégâts se chiffrent à plusieurs milliers d'euros.

Rappelons que la Table de Jeanne Marie ne vit que grâce aux dons de citoyens et nourrit de façon inconditionnelle plus de cent cinquante personnes exclues socialement chaque jour de l'année.

Ce vandalisme intervient après les agressions contre les locaux du Centre LGBT et d'UTOPIA 56.

Les associations qui viennent en aide aux personnes

discriminées sont les victimes du climat malsain qui règne depuis des mois dans la société : immigration, homophobie, déficience de la prise en charge psychiatrique, éco-anxiété, saturation de l'hébergement d'urgence...

Sous prétexte d'appel d'air, la politique des pouvoirs publics empêche ou complique l'énorme travail de solidarité de nos associations engendrant de fait les maux dont souffre notre société : prostitution, travail dissimulé, mal logement, racisme... Malgré ce constat la Table de Jeanne Marie continuera ses efforts pour venir en aide aux plus démunis.

Ceux qui souhaitent soutenir la Table de Jeanne Marie peuvent faire un don en ligne sur le site internet www.latabledejeannemarie.org



Notre histoire

- épisode 3 -

Donc, un beau jour de mai 2015, dans une salle paroissiale de Saint Pierre des Corps prêtée par le Père Jacques, fut créé La Table de Jeanne Marie (la TJM) avec Louis et Danielle de Chrétiens-Migrants, Patrick de RESF, Jean Luc d'Emmaüs Cent pour un, Annie, Daniel et Christiane de la MSM (La Maison de St Martin). Isabelle, avec qui Daniel faisait des portages de nourriture depuis longtemps dans les divers campements de migrants, fut choisie comme Présidente, habitant sur Tours. Le nom fut choisi pour bénéficier de la protection de la bienheureuse Jeanne Marie de Maillé qui vécut trente ans près du tombeau de Saint Martin à soigner les pauvres. Et Georges Brassens aimait beaucoup la Jeanne, n'est-ce pas ? Les démarches administratives auprès de la préfecture faites, trouver un local demanda plusieurs mois et plusieurs visites.

à suivre



Objectif Mont Blanc : départ imminent

Comme nous l'annonçons dans notre lettre d'information d'avril 2023, Bastien Prieul et Victor Mahuet sont sur le point de se lancer dans l'ascension du Mont Blanc, en soutien à notre association. Pour accompagner leur projet et, de fait, nous soutenir également, c'est ici : <https://www.leetchi.com/fr/c/lascension-du-mont-blanc-pour-le-milieu-associatif>

Pour pouvoir suivre chaque jour l'évolution sur Instagram c'est ici :



Des paniers bio pour les étudiants

C'est parti !

La TJM a été bénéficiaire d'une subvention pour venir en aide aux étudiants en situation de précarité alimentaire. Avec l'aide du réseau des étudiants en précarité de l'association Les Bonnes Mines, elle distribue donc des denrées de qualité, produits biologiques issus de la production locale.

Chaque semaine de l'année, les membres des Bonnes mines (Merci Chantal, Élise, Emma, Sandrine, Sylvie, Ylva, Juliana...) font une distribution (en 2023, elle a eu lieu les 4 et 25 mai). Une fois en avril et une fois en mai, les producteurs locaux (Merci Clara) ont livré de bons produits frais : des salades, du fenouil, des œufs, des jus de pomme, de la confiture et du pain délicieux.... qui ont été ajoutés à la distribution habituelle de riz, pâtes, huile...

Les étudiants améliorent ainsi l'ordinaire et découvrent le plaisir de manger bon et sain.

La distribution continuera à l'automne.



Nicole, bénévole à la TJM



Atelier Arts Plastiques, témoignages

Je suis Béatrice. Je ne peux plus travailler et rester chez moi m'était insupportable, j'ai eu très envie de faire du bénévolat. Le bénévolat, pour moi, c'est m'engager, découvrir, peut-être transmettre.

Comme je le dis souvent le lien humain, c'est ce qu'il y a de plus important (on connaît les ravages de la solitude) alors mon engagement a pour base profonde le désir, en permettant des échanges et des découvertes, de favoriser la création de nouveaux liens.

Me lancer dans le bénévolat a été difficile. Je dois dire que je suis une femme remplie de séquelles post-traumatiques, je veux dire d'un passé qui rentre dans l'indicible, tellement les mots peuvent manquer, un passé travaillé pendant des années avec un psychiatre

Depuis quelque temps, je suivais l'association la Table de Jeanne-Marie, une association qui a surmonté plusieurs épreuves difficiles. Et cela me plaisait, car c'est une association qui a dû combattre pour exister, une association, qui comme un roseau courbé par la tempête, se redresse toujours.

Je savais que le travail en équipe était très important et qu'il y avait beaucoup de partages. Voilà comment je suis rentré dans cette association avec cette force et après un entretien avec Isabelle la Présidente. Mon désir était d'ouvrir un atelier d'art plastique.

Je crois, pour l'avoir expérimenté personnellement, au



pouvoir de transformation par le processus artistique. Dessiner, peindre, faire du collage, ou encore de la mosaïque, de la sculpture apporte beaucoup de positif sur le plan personnel mais aussi sur le plan psychique. Le travail d'expression artistique permet de remettre en mouvement le temps présent qui parfois peut rester bloqué par les souvenirs difficiles et par des séquelles post-traumatiques.

Il a été prouvé que l'expression artistique a un véritable impact sur la réduction du stress, sur la dépression et la colère (qui ne peut pas s'exprimer), et qu'elle permet une augmentation de la vitalité, des capacités de communication avec autrui et des indices de qualité de vie en santé. Mais pas seulement ; cela permet surtout de prendre ou de reprendre contact avec sa vie intérieure (sentiments, rêves, inconscient), de manière à pouvoir l'exprimer, à l'explicitier pour soi et pour les autres. Et ceci permet une transformation interne.

Cette pratique est très répandue dans les secteurs de la santé. On l'utilise comme mode d'intervention en psychothérapie, particulièrement chez les sujets ayant de la difficulté à exprimer ce qu'ils ressentent par la parole, avec les enfants en bas âge ainsi qu'en physiothérapie pour développer une meilleure confiance en soi et favoriser la réadaptation.

Ce que je voulais donc c'était proposer un atelier technique à la découverte de la médiation artistique, avec concentration sur le mouvement du poignet et de la gestuelle. Proposer aussi un voyage à travers les formes et les couleurs en partant du collage, de la peinture, sans oublier la matière de la mosaïque et du toucher du modelage.

Curieusement ces différents médiums peuvent panser des plaies anciennes, mais toujours présentes. Je précise que je ne suis pas une art-thérapeute, ni psychiatre ou autre dans le domaine médical. Mais j'étais certaine que partager mon expérience personnelle, avec d'autres, la transmettre, permettrait de créer des liens et de la vie. Mais surtout des moments de bien-être sans oublier cette rupture avec la solitude.

Je me suis donc lancé à l'association la Table de Jeanne-Marie avec un petit groupe de personnes, groupe qui



droits réservés - TJM

s'est agrandi au fil des années, un groupe fidèle et qui m'a fait et se fait confiance. C'est magique et fort et je suis fier de ce groupe qui est capable de dépasser sa zone de confort et qui me suit dans tous les projets que je leur propose. Un vrai feu d'artifice.

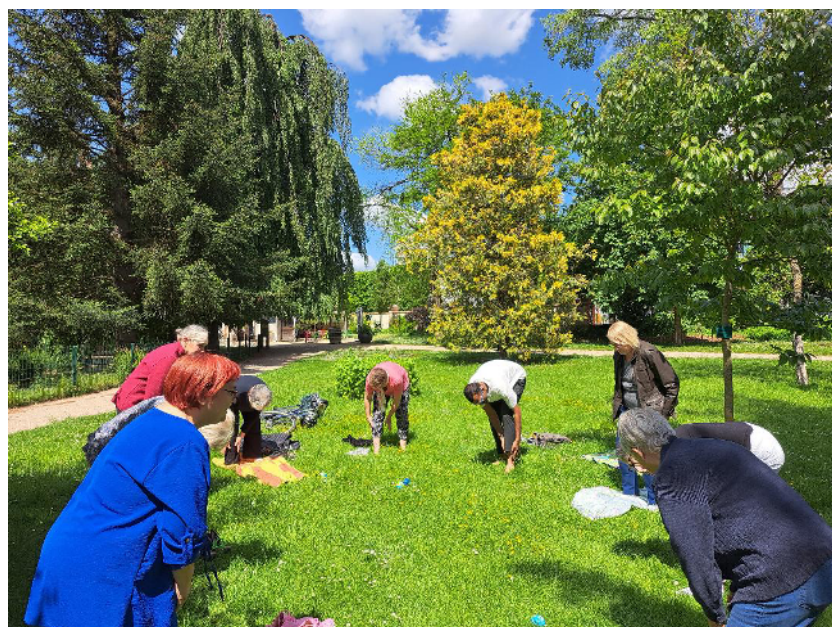
J'essaie de maintenir de la nouveauté tout en écoutant également les choix et les désirs du groupe. C'est à moi de m'adapter à eux et non l'inverse. C'est pour cela que ce groupe fonctionne dans l'écoute, l'échange et le partage, dans une réelle bienveillance et dans une ambiance vivante.

En fait mon groupe des arts plastiques ressemble à l'image d'un bouton de rose qui n'arrête pas d'éclorer pour augmenter sa force de vivre et d'augmenter aussi sa senteur, senteur qu'il répand derrière lui, à chacun de ses passages. Bouton qui se nourrit des partages des uns et des autres, de la joie, de la solidarité, parfois de tristesse, mais surtout de bienveillance et de respect. Chaque personne est comme une pépite, qui peut scintiller, et toutes ces pépites sont vie. Sans oublier le bonheur que j'ai de faire intervenir d'autres personnes de l'extérieur pour agrandir ce lien.

Le plus beau dans cette aventure humaine, ces partages je le fais dans d'autres associations. La chaîne de la transmission continue ! Ainsi que ces liens !

De nombreuses occasions d'être à l'extérieur de la TJM sont aussi très présentes et permettent d'agir sans s'enfermer dans un atelier.

Béatrice, bénévole à la TJM



droits réservés - TJM

Témoignages de participants

Bernadette : Pour ma part, l'atelier d'art plastique est un moment de détente, de découverte. Cela me permet de réaliser des « chefs-d'œuvre que je ne pensais jamais accéder.

Marie-Anne : Les ateliers d'arts plastiques m'apportent du plaisir, du calme, de la joie de se retrouver avec le groupe qui est très agréable et dirigé par Béatrice qui nous fait passer des moments agréables et conviviales.

Pascale Lejeune : Les arts plastiques à la TJM sont l'occasion de rencontres multisociales et une lutte contre l'isolement et contre le chacun pour soi. C'est aussi un combat contre les fractures entre générations. On peut y revivre aussi une certaine enfance et jeunesse grâce à l'art. C'est un exemple de vie en groupe. Le but, le vrai, c'est la vie !

Karine : Je vois du monde. Les activités que Béatrice nous propose me plaisent beaucoup, même l'atelier à la maison de retraites. J'ai appris plein d'autres choses. Depuis que je suis avec le groupe, je me sens bien et bien avec eux. Tout le monde est gentil avec moi.

Michèle : Si les arts plastiques n'existaient pas, il faudrait les inventer. Une source inépuisable de découvertes et de développement personnel.

Dani : L'arbre donne de la force et de l'énergie qui donne du bien-être que j'ai ressenti dans cet atelier. Le conditionnement a aussi son importance pour son bon déroulement. L'art, est ouvert à tous et toutes !

Jean -François : L'art plastique est une thérapie pour moi. Cela me change les idées et me fait du bien vu mes «

problèmes actuels » Je découvre avec Béatrice le dessin.

Christiane : L'art plastique, c'est vital !

Martine : Que dire de l'atelier : d'abord ce sont des rencontres avec des personnes à l'écoute. C'est gai et vivant. On se taquine, on rigole, c'est le bon esprit et tout ça on produit de belles choses en dessinant, coupant et en collant. Béatrice sait trouver les mots pour activer nos créations.

Merci pour tous ces moments que nous vivons ensemble



droits réservés - TJM

Témoignages d'intervenants

Christelle de la maison de retraite Les Amarantes : Une fois par mois, un atelier intergénérationnel autour de l'art plastique a été mis en place à l'initiative de Béatrice Dromas. Une dizaine de résidents de l'EHPAD Korian les Amarantes et de l'association la Table de Jeanne-Marie y participent avec un grand plaisir. C'est un RDV qu'ils attendent avec impatience. Merci pour cette belle rencontre mensuelle bien organisée.

Anne, atelier bien-être : "Dans le cadre de l'atelier Bien-Être dans le groupe « loisirs créatifs » de Béatrice, je suis ravie de venir une fois par mois, faire découvrir et partager des pratiques, activités telles que le Qi Gong, la pleine conscience ou l'EFT (méthode psycho énergétique qui aide entre autres à gérer nos émotions, nos douleurs

physiques et psychologiques). Donner envie de s'occuper de soi, pour ensuite donner aux autres pour certaines personnes en tant que bénévoles à la TJM. C'est pour moi une belle façon de transmettre ce qui moi m'aide au quotidien pour mon « mieux être », mieux vivre avec soi-même est la base de la bienveillance !

Jean-Louis Maître : Grace à la rencontre de Béatrice, j'ai pu proposer à plusieurs reprises à l'atelier arts plastiques de la Table de Jeanne Marie un atelier de fabrication de papier artisanal et de décoration de celui-ci, encore humide, avec peinture, végétaux, fil de coton. Que ce soit les novices ou les habitués, cet atelier a rencontré un grand succès dans une belle ambiance de créativité partagée."

Contactez & soutenez la Table de Jeanne-Marie

☎ 06.88.25.20.96 - ✉ latabladejeannemarie@gmail.com - 📍 65, rue Febvotte, 37000 Tours

Grâce à vos dons, nous pouvons accueillir et aider des familles entières et ranimer la vie en créant du lien.

10€ de don permet d'aider 2 personnes à manger durant 1 année

Vous pouvez faire un don directement sur notre site <https://latabladejeannemarie.org/faire-un-don/>