



Mot de la Présidente

Chers adhérents,

Vous trouverez dans ce dernier bulletin de l'année scolaire, le compte-rendu de la soirée que nous avons organisée pour rattacher au grand débat les préoccupations des familles.

Grande oubliée des politiques, la famille est pourtant au cœur des quatre thèmes proposés : de la fiscalité à la citoyenneté, de l'écologie aux services publics, c'est avant tout en famille que se vivent ces grandes questions ; nous avons souhaité en rappeler la prééminence à cette occasion.

Nous vous faisons également partager une rencontre du groupe intergénérationnel autour du pardon. Le Pardon avec un grand P, celui qui demande réflexion, qui n'est pas facile à demander ni à donner. N'est-ce pas en famille qu'il est à la fois le plus difficile et le plus essentiel à vivre ?

Les grandes vacances qui approchent sont un moment propice pour se retrouver en famille. Je souhaite à chacun de vivre des moments inoubliables pour renforcer les liens familiaux, que ce soit en couple ou en famille élargie. Inutile de chercher des activités compliquées, une balade, un jeu, du bricolage, la préparation et le partage d'un repas sont des occasions simples d'établir une relation vraie avec nos proches, de transmettre des valeurs, de rire, de se faire des souvenirs mais aussi d'accueillir ceux qui sont seuls.

Bonnes vacances à chacun, nous serons heureux de vous retrouver à « L'apéro des familles » le dimanche 15 septembre !

Isabelle Boca, Présidente

Sommaire

Protection et Soutien de la Famille

- Journée des Associations de l'UDAF p 2-3
- Loi de Bioéthique, l'enfant oublié !
Nomination d'un Secrétaire d'Etat à la Protection de l'Enfant p 4

Vie de l'Association

- Grand Débat - Réunion Organisée par l'AFM p 5-6
- Le Pardon p 7
- L'Atelier Mémoire
L'Apéro des Familles
Décès de Mme Jeanine Gadja p 8

Comité de rédaction : Marguerite Weymuller, Françoise Hedde, Monique du Mesnil, Valérie Gérard-Hime,

L'Association des Familles de Meudon, affiliée à la Fédération Familles de France, adhère à l'Union des Associations Familiales (UNAF) et représente les familles auprès des pouvoirs publics.

ASSOCIATION DES FAMILLES DE MEUDON

19, rue Lavoisier - 92190 Meudon - Tel : 01 46 26 63 10

Site web : www.familles-meudon.fr e-mail : contact@familles-meudon.fr

JOURNÉE DES ASSOCIATIONS DE L'UDAF



Présentation de l'UDAF par son président François Grégoire le samedi 16 février 2019.

Rappel INSEE : 67 millions d'habitants en France

• Couples avec 4 enfants	415 721	2%
• Couples avec 3 enfants	1 284 753	7%
• Couples avec 2 enfants	3 589 876	22%

L'UDAF a trois approches

- Politique : représentation des familles, propositions de politique familiale.
- Associative : renforcement du tissu associatif, renforcement de la visibilité de la représentation familiale.
- Approche du terrain : services d'intérêt familiaux, Médiation familiale, Point d'Information Familiale, Protection des Majeurs (1300 tutelles), Aide à la gestion du budget des Familles.

François Grégoire présente les cinq thèmes du projet institutionnel de l'UDAF pour 2018-2022

Vie associative - Développement des services - Prévention des risques - Ressources humaines - Préparation du futur

Jean-Loup Kloeckner, chargé de la vie associative

A l'UDAF, parmi les membres du CA, il y aura des ambassadeurs chargés de représenter l'UDAF aux Assemblées Générales des Associations. J.L. Kloeckner demande aux présidents de donner leur date d'AG et, lors de ces AG, de laisser un temps de parole aux ambassadeurs de l'UDAF ; environ 10 à 15 minutes, vidéo en appui. Il convient de sensibiliser les Présidents aux services que peut proposer l'UDAF : la médaille de la famille et l'aide logistique (location de salles gratuite, photocopies). L'UDAF regroupe 43 associations et représente 405 000 familles. Dans les communes des Hauts-de-Seine 100 représentants familiaux (CCAS, offices d'HLM, conseils de famille, hôpitaux...).

Parents et Talents, une association partenaire - Claire Boldinger

Le parent aujourd'hui doit gérer sa vie professionnelle avec une vie de famille, élever ses enfants, soutenir ses parents âgés dans une société avec des injonctions très contradictoires. Pour 93% des parents le plus important est de réussir leur famille. C'est aussi un enjeu pour la société dont les entreprises prennent conscience, en favorisant parfois des ateliers ou des formations de parents, sachant l'impact d'une vie familiale épanouie sur la vie professionnelle. Parents heureux, enfants heureux. Le parent a des ressources en lui pour être le parent dont son enfant a besoin, il a souvent besoin d'outils. 5 mères de familles se sont unies pour proposer dans l'équipe Parents et Talents des ateliers de formation.

- Des formations pour devenir acteur de son équilibre de vie.
- Des formations pour développer les talents des parents : La qualité de la relation parent-enfant est un facteur de l'équilibre de vie des parents et de leur famille ; La relation parent-enfant évolue au fil de la croissance de l'enfant avec des périodes charnières et un quotidien à aménager avec inventivité et confiance ; Les outils de l'équipe aident les parents à consolider la qualité de la relation avec leur enfants et donc à mettre en place jour après jour un meilleur équilibre de vie.
- Une dynamique de changement : en prenant du recul et en apprenant à utiliser nos outils, les parents entrent dans une dynamique de changement. Ils gagnent en confiance et découvrent l'étendue de leurs ressources de parents. Ils sont plus armés pour investir leur rôle de parent et devenir acteurs de leur équilibre de vie. L'impact est important : des parents plus sereins dans leur vie familiale et personnelle, des parents plus engagés dans leur vie professionnelle et sociale et des enfants qui grandissent plus en confiance et mieux accompagnés vers leur autonomie. La formation est très interactive. Le parcours se fait en deux ou trois fois en laissant entre chaque réunion les parents tester les outils relationnels avec leurs enfants. Cette méthode initie une dynamique de changement.

JOURNÉE DES ASSOCIATIONS DE L'UDAF (SUITE)

- Informations sur les besoins de l'enfant ou de l'adolescent pour l'accompagner dans sa croissance : besoins affectifs, autorité pour faire grandir et sortir de la frustration, relation avec l'autre (émotions relations avec les amis, les adultes...).

L'UDAF organise des réunions à Saint Cloud pour les parents d'adolescents
Tél pour réservation : 01 41 12 82 53

Monsieur AELION : alimentation, santé et risques sanitaires

M. Aelion est au Conseil National de l'Alimentation (CNA), une instance consultative indépendante placée auprès des ministres chargés de la consommation, de la santé et de l'agriculture. Une alimentation favorable à la santé contribue de manière durable au bien-être physique, mental et social. Au CNA, il y a 65 membres répartis en sous-groupes ; ils se réunissent une fois par an. Il faut assurer la sécurité alimentaire et pousser à un engagement responsable tous les acteurs de la chaîne alimentaire. Créer un dialogue permanent au service de la société.

- Alerte sur l'obésité qui touche 15 % de personnes en France.
- Etiquettes score (qualité nutritionnelle) ABCDE : certaines entreprises de production (par exemple Marie et Fleury Michon) s'engagent à mettre ces étiquettes score mais beaucoup d'autres ne le font pas parce que pour passer d'E à A, il faut changer la recette, cela coûte cher, ils craignent que leurs produits ne se vendent pas. La loi sur l'alimentation tend à contraindre les entreprises à mettre des logos.
- Additifs : il y en a 300, l'E71 réputé dangereux pour la santé n'est pas encore retiré (dioxyde de titane). De 300 on devrait passer à 75 additifs. Les industriels répondent qu'ils ne mettent jamais au-dessus du pourcentage prescrit. Nous devons être raisonnables en ne mangeant pas trop de produits gras, des chips une fois par semaine, c'est possible mais pas tous les jours de la semaine.
- Applis : YUKA, KWALISTO, SCAN-EAT, OPEN FOOD FACTS. Ce sont de bonnes applications qui permettent au consommateur d'acheter des produits sains. Mais tout est une question de raison, Nutella est très décrié mais il est possible d'en manger raisonnablement.
- Œufs : Eclairage sur le numéro imprimé sur les œufs. Si le 1^{er} chiffre est : 0-œufs issus de l'agriculture biologique, 1-œufs de poules élevées en plein air, 2-œufs de poules élevées au sol avec une lumière permanente, 3-œufs de poules élevées en cage ou en batterie, elles restent 6 à 8 mois et disparaissent ensuite.
- Nous jetons 20kgs de déchets par an dont 4kgs de légumes, 2,6kgs de pain, 2,4kgs de lait, 2,6kgs de fruits, 2,6kgs de produits laitiers, 1,4kg de boissons, 0,4kg de surgelés, 2,2kgs de viande, 1,6kg de produits secs. Il devient de plus en plus urgent d'être tous vigilants par rapport à ce gâchis.
- DLC : Date Limite de Consommation. Produits frais en général, qui peuvent souvent aller au-delà de la date de péremption. Goûtez le produit et faites confiance à votre jugement gustatif.
- DDM : Date de la Durabilité Minimum : date limite d'utilisation optimale est une date indiquée sur l'emballage de certaines denrées au-delà de laquelle leurs qualités organoleptiques et nutritionnelles ne sont plus garanties. Le changement peut-être celui de la couleur, rarement dangereux pour la santé. Le sucre par exemple n'a pas de limite de durabilité, les sardines s'améliorent d'année en année.
- Conclusion : les Associations Familiales ont le devoir de former les familles à tous ces problèmes d'alimentation et de gâchis. Il faut dans les familles distinguer ce qui est équité et justice. Justice : on coupe un gâteau en parts égales et on donne à chaque enfant la même part. Equité : on coupe un gâteau et on donne une part plus grande à l'ado de 16 ans qu'à celui de 8 ans. Nous devons exercer une veille permanente sur les produits que nous donnons à nos enfants. Savoir manger de tout un peu sans excès. Faire attention à la rupture du froid. Le meilleur reste la cuisine familiale.

Isabelle Maure

LOI DE BIOÉTHIQUE : L'ENFANT OUBLIÉ !

Le gouvernement prévoit de réviser la loi de bioéthique au mois de juin 2019 pour un vote quand la France est en vacances.

Dans l'attente des débats, nous vous proposons la lecture de cette tribune de Jean-François Mattei, Membre de l'Institut de France et de l'Académie Nationale de Médecine.

Parmi les objectifs des lois dites « de bioéthique » votées en 1994 figurait explicitement « la défense des intérêts de l'enfant ». En effet, la procréation médicalement assistée posait des questions inédites auxquelles il fallait apporter des réponses adaptées en protégeant l'enfant.

Les couples concernés devaient présenter une infertilité médicalement constatée, être en âge de procréer afin d'éviter la demande de femmes déjà ménopausées, et en vie pour ne pas concevoir délibérément des orphelins de père en utilisant du sperme congelé. Il s'agissait aussi, dans le cas de conceptions avec donneur de sperme anonyme, de solenniser, devant un juge ou un notaire, le consentement des deux membres du couple qui s'engageaient par avance à assurer les responsabilités incombant aux parents. La privation de l'accès aux origines biologiques du fait de l'anonymat des donneurs fut largement discutée. Il s'avère avec le recul que de nombreux enfants arrivés à l'âge adulte cherchent de façon quasi obsessionnelle à connaître leur géniteur et leurs origines biologiques. Le principe de l'anonymat devrait donc être rediscuté, d'autant plus que l'accès au séquençage du génome associé aux sites d'études généalogiques sur Internet a fait la preuve de son efficacité.

Quelques aménagements sans portée majeure ont été adoptés lors des révisions de 2004 et 2011. Il en va tout autrement de la prochaine révision législative, qui se propose d'étendre la procréation assistée aux couples de femmes et aux femmes seules, comme le confirme le rapport de la mission parlementaire bioéthique rendu public le 15 janvier. Si personne ne peut nier le

désir de maternité de toute femme, pour justifier cette position, on argue qu'une femme seule peut adopter un enfant. Pourtant les deux situations n'ont rien de comparable. Une adoption concerne un enfant privé de ses deux parents et il est souhaitable de lui en donner au moins un. Dans la procréation assistée, il s'agit de concevoir délibérément un enfant orphelin de père. On a tôt fait de se rassurer en affirmant qu'il n'y a pas de problème apparent, en s'appuyant sur des exemples d'enfants qui n'ont pas encore atteint l'âge des questions existentielles. Au motif d'un prétendu droit à l'enfant, il s'agit de répondre aux désirs d'adultes, et l'étape suivante sera, logiquement, la gestation pour autrui. Mais on parle peu de l'intérêt de l'enfant et on a vite fait d'affirmer que la présence d'un père n'est pas nécessaire. Pourtant, des voix autorisées, chez les pédiatres comme chez les « psys », s'élèvent pour démontrer le contraire en décrivant ce que l'absence d'un père provoque chez les enfants qui n'en ont pas eus. De plus en plus malmenée par les évolutions sociétales, la figure du père reste pourtant fondatrice pour la personnalité de l'enfant.

Outre le fait que la procréation pour des femmes seules ou en couple conduit à concevoir et faire naître des enfants privés de père, on a vite fait d'oublier la notion essentielle de l'intérêt supérieur de l'enfant. Elle figure pourtant expressément dans la Convention Internationale des Droits de l'Enfant de 1989, que la France a ratifiée.

L'enfant serait-il oublié ?

Jean-François Mattei

NOMINATION D'UN SECRÉTAIRE D'ETAT À LA PROTECTION DE L'ENFANT

Le 25 janvier 2019, Adrien Taquet, député LREM des Hauts de Seine a été nommé secrétaire d'Etat à la protection de l'enfant, rattaché au ministère des solidarités et de la santé. Agé de 43 ans, père de deux enfants, il était jusqu'à présent impliqué dans le domaine du handicap, cosignant notamment en 2018 un rapport qui a débouché sur l'ouverture de droits à vie pour les personnes ayant un handicap pérenne, et en défendant les personnes atteintes d'autisme et les femmes victimes de violences sexuelles. Dans le cadre de ses nouvelles fonctions de défenseur de l'enfant, le nouveau secrétaire d'Etat a déclaré qu'il allait lancer avant l'été un «pacte pour l'enfance» qui comportera 3 priorités :

1 : Protéger l'enfant en accompagnant la parentalité. Cela passe notamment par le renforcement du rôle des PMI (Protections maternelles et infantiles).

2 : Lutter contre toutes les violences faites aux enfants. Savez-vous qu'un enfant meurt tous les 5 jours sous les coups d'un membre de sa famille. Trop d'enfants sont exposés à la pornographie. Il faut repérer les familles maltraitantes, créer un fichier national.

3 : Présenter un plan global sur l'ASE (aide sociale à l'enfance) : la question de la sortie de l'ASE à 18 ans sans solution pour beaucoup de jeunes qui se retrouvent à la rue, (1 SDF sur 4 est un ancien enfant placé), amélioration de la qualité de la prise en charge des enfants placés (effort sur la santé et la scolarisation des enfants protégés).

Un chantier d'envergure pour aider les familles défavorisées qui ne sont pas toujours loin.

Marguerite Weymuller

GRAND DÉBAT - RÉUNION ORGANISÉE PAR L'AFM

Compte-rendu de la Réunion Publique du 20 février 2019 au complexe René Leduc.

En guise de préambule

- La famille est le lieu naturel de la transmission : transmission de la vie, transmission du savoir vivre, transmission du savoir être, transmission de la culture, transmission d'un héritage patrimonial et financier.
- La famille est le modèle économique sans cesse renouvelé : lieu de la satisfaction des besoins premiers (se nourrir, se loger,...), lieu du travail et de la retraite, lieu d'entraide et de solidarité, lieu de croissance et de difficultés, lieu de la justesse où il est donné à chacun en fonction des possibilités de la famille, lieu des solidarités, lieu de l'investissement à une vie de communautés...
- La famille porte l'esprit de la vie en collectivité : collectivité naturelle, la famille porte en elle les gènes de la vie en communautés (habitation, travail, associations, religions, communes, état...).

Non inscrit au GRAND DEBAT, la politique familiale est directement concernée par les 4 thèmes du grand débat choisis par le gouvernement :

- Parce que la transition écologique concerne l'avenir des familles au sein d'un monde de plus en plus peuplé... de familles.
- Parce que la fiscalité de la nation est portée par les familles (qu'il s'agisse des contributions directe ; impôts Tva... ou indirectes; entreprise...).
- Parce que la nation est formée de l'ensemble des familles et que ses représentants doivent être les représentants des intérêts des familles pour faire vivre un esprit citoyen.
- Parce que l'organisation de l'état est au service du peuple et que les familles sont le Peuple.

L'Association des Familles de Meudon a souhaité organiser une soirée dans le cadre du grand débat afin de porter, dans une perspective constructive, les revendications des familles. Une trentaine de personnes étaient présentes pour réfléchir autour de 2 thèmes :

- Concilier vie familiale et vie professionnelle.
- Redonner du pouvoir d'achat aux familles.

CONCILIER VIE FAMILIALE ET VIE PROFESSIONNELLE

Trois axes principaux se dégagent : la flexibilité, la solidarité et la parentalité

Flexibilité

- Pas de vie de famille sans temps passé ensemble : plus d'école le samedi, rééquilibrage rythme vacances / rythme professionnel.
- Augmenter la flexibilité du travail, télétravail, départ progressif à la retraite, amplitude horaire, rythme du travail,...
- Assouplir les normes des accueils (crèches, écoles...) ; adaptation des services autour du travail.
- Encourager le temps partiel, quelle compensation financière pour une mère qui garde son enfant ? Mettre en place une compensation avantageuse pour le parent au foyer (salaire, prime d'éducation,...) avec un rétroactif sur l'engagement du parent au foyer au sein des associations ou de sa ville.
- Faciliter la formation et le temps partiel sans pénaliser ; alléger les rigidités administratives dans tous les domaines.
- Faciliter le travail à domicile en allégeant la législation (assurances, déclarations,...), les compensations des entreprises...
- Promouvoir le congé parental et prévoir des conditions avantageuses de départ et de retour par l'employeur.

Solidarité

- Solidarité intergénérationnelle : proposer aux retraités des gardes d'enfants, aider les maîtres avec des seniors ou des retraités,...
- Garderie collective publique ou privée avant ou après l'école (familles monoparentales notamment).

GRAND DÉBAT - RÉUNION ORGANISÉE PAR L'AFM (SUITE)

- Possibilité du second conjoint de récupérer des points de retraite en excès pour le céder à quelqu'un d'autre (sur le principe des miles).
- Assurer la transmission d'un modèle cohérent de sociétés et de familles qui soit humain et solidaire, ... (rééquilibrage des salaires des grands patrons, des salaires hommes/femmes,...).
- Repenser le système de « palier » du complément libre de choix du mode de garde afin que les aides évoluent proportionnellement au quotient familial.

Parentalité

- Protéger la 1^{ère} année de l'enfant : allongement du congé de maternité 2,5 mois taux plein et rémunération décroissante.
- Sensibiliser les entreprises à la parentalité, en les incitant à signer la charte observatoire de la parentalité en entreprise (OPE).
- Elargir le crédit d'impôt famille pour que les entreprises puissent en bénéficier aussi dans le cadre de la mise en place de mesures concrètes (services, plateforme, coaching) favorisant la parentalité et l'équilibre des vies.

AMELIORER LE NIVEAU DE VIE DES FAMILLES

Il est constaté que la politique familiale a souvent été confondue avec la politique sociale. L'état doit aider toutes les familles sans discrimination de revenu dans une vision pérenne de la Famille.

- Révision des attributions des aides à la personne - Supprimer ou revoir les plafonds des quotients familiaux - Augmenter le salaire minimum pour différencier des minima sociaux - Baisser les charges sur les salaires

Logement

- Problème du logement ; faciliter l'habitat en centre-ville.
- Revoir la réglementation des logements sociaux ; faciliter la mobilité les baux sans limitation de durée.
- Mieux répartir la population sur le territoire avec des objectifs dépassant le temps électoral court terme.

Consommation

- Éducation à la consommation : téléphone portable (âge, coût,...), éducation à l'alimentation, uniforme à l'école (pour éviter les effets de marque,...).
- Éviter le surendettement et les éduquer à la dépense.
- Favoriser les échanges de biens pour éviter de jeter (réparer plutôt que changer...).
- Développer de nouvelles formes de troc et d'entraide.

Impôt

- Déduire du revenu imposable le salaire des aidants familiaux.
- TVA réduite pour les produits de première nécessité.

Retraite et transmission

- Revaloriser les retraites en fonction de l'inflation.
- Faciliter les dons des grands parents vers les petits enfants.
- Taxation excessive des biens immobiliers dans les héritages : souvent le fruit du travail d'une vie.
- Rémunération et cotisations point retraite et protection sociale pour les mères au foyer.
- Mutualiser les foyers fiscaux pour retrouver des parts et s'entraider.



L'AFM constate que les familles sont concernées par tous les sujets actuels, notamment ceux du grand débat ; la politique de notre pays doit passer par la mise en place d'une politique familiale avec une vision humaine, économique, écologique... à long terme.

Pierre Gentilhomme

LE PARDON



Lors d'une rencontre inter-génération, animée par Aude Julienne, nous avons abordé le sujet du pardon : Doit-on le donner, le recevoir ? Que permet-il ? Quelles en sont les étapes ?

Pardoner, c'est renoncer à se venger, à demeurer dans l'état de victime, ne pas garder de ressentiment, de rancœur, de colère à l'égard d'une personne concernant une situation passée.

Refuser de pardonner expose à un ressentiment permanent qui peut détruire physiquement et psychologiquement la personne.

Ainsi, le pardon c'est d'abord pour soi : après avoir pardonné, je me sens mieux. Je n'oublie pas l'offense, mais je me libère, je peux recréer une nouvelle relation et aller de l'avant. Une faute n'est pas forcément excusable mais elle est toujours pardonnable.

Il y a le pardon à donner et le pardon à recevoir, mais le pardon ne suppose pas forcément réciprocité, il peut donc y avoir un pardon unilatéral qui ne débouche pas sur une réconciliation. C'est une suite souhaitable du pardon mais ce n'est pas systématique.

Attention au pardon donné trop vite, le pardon est un long processus qui suppose d'évaluer l'acte blessant à la fois au plan intellectuel et émotionnel. Après le pardon, je ne me sens vraiment libérée que si j'ai bien réfléchi à ce qui m'a fait mal et si je prends le temps de mettre des mots sur mes blessures : Qu'est-ce que je ressens en moi ? Quelles émotions des paroles, des actes, ont-ils suscitées ? J'ai été blessée, je le constate mais je ne dois pas me laisser ronger comme un ver dans une pomme. Même si les blessures sont enfouies, je les fais émerger pour cicatriser. Je mets des mots sur ce vécu, je le conscientise, et soit je me confie à une tierce personne, soit j'écris. Ensuite je suis libre de pardonner mais je ne suis pas contrainte de conserver la relation avec cette personne si cela est trop nuisible.

Je ne peux contraindre l'autre à pardonner, je ne peux agir que sur moi-même ; dans un conflit, je peux aussi avoir une part de responsabilité que je dois évaluer. J'essaie de comprendre pourquoi l'autre a agi de façon volontaire ou involontaire blessante pour moi. Qu'est-ce que l'autre a pu ressentir, qu'a-t-il vécu ?

Mais parfois le conflit s'enkyste et c'est difficile de réactualiser une relation, parfois on développe des stratagèmes pour oublier, on minimise ou rationalise pour normaliser, c'est un mode de protection.

Pardoner ce n'est pas faire semblant de ne pas voir.

Je dois exprimer ce que je ressens et ensuite reconstruire. En pardonnant, je me libère des émotions toxiques : la colère, la peur, pour m'ouvrir à la joie, à l'amour.

Exemple de cette pianiste juive dont le bourreau nazi avait brûlé les doigts ; elle a invité son bourreau à venir en France pour lui accorder son pardon, il est venu et tous les deux se sont sentis libérés. Elle était prête, elle a été créative dans sa démarche. A nous de chercher le geste libérateur !

En couple, si l'un trompe l'autre, c'est une faute qui n'est pas excusable, mais si le coupable reconnaît sa faute et que l'autre lui pardonne, alors une relation nouvelle parfois très belle peut être reconstruite. On peut aussi décider de rompre la relation.

Donc, 5 démarches nécessaires pour le pardon

- 1- Reconnaître que j'ai été blessée, prendre le temps d'analyser, de comprendre mes émotions, ma colère éventuellement, sinon je me fais mal.
- 2- Prendre la bonne décision ; décider de ne pas prendre le chemin de la vengeance, m'engager vers la vie, l'amour. Si l'offense perdure, savoir arrêter la relation.
- 3- Pouvoir dire ma souffrance, extérioriser ma douleur, avec une personne tierce ou écrire.
- 4- Accepter de recevoir la guérison, vouloir cesser d'être victime, faire le deuil d'une attente vis-à-vis de la personne qui nous a atteint. Deuil du dû. Cela libère beaucoup.
- 5- S'ouvrir au don du pardon. Mon cœur est ouvert, le pardon n'est pas une vertu morale, je le reçois ou je le donne.

« L'insensé ne pardonne ni n'oublie ; le naïf pardonne et oublie ; le sage pardonne mais n'oublie pas. »

Hélène Bacot et Isabelle Maure

L'ATELIER MÉMOIRE



L'atelier mémoire a repris ses activités au local de l'association depuis le 21 janvier 2019 avec une séance d'une heure et demie chaque semaine.

Cet atelier réunit 17 participants qui viennent se « remuer les méninges » dans une atmosphère studieuse et détendue à la fois.

Nous explorons les différentes sortes de mémoires qui se mettent en activité pour conserver les souvenirs forts.

Chacun de nous souhaite ne plus avoir de « pannes » :

- Que suis-je venue chercher dans cette pièce ?
- Comment s'appelle cette personne que je connais pourtant ?
- A quelle époque ai-je fait ceci ou cela ?

A l'aide d'exercices ludiques, nous mettons en application les théories énoncées par notre animatrice Clémence, psychologue clinicienne. Nous découvrons les différentes zones du cerveau qui s'activent - ou pas - selon les cas. En fait nous découvrons qu'il y a une véritable usine sous notre crâne, qui se met en route à la moindre information venue de l'extérieur.

En conclusion, tout le monde a une bonne mémoire, il suffit de l'exercer, de l'activer, d'en faire bon usage... et... de ne pas oublier ces préceptes !

Michèle Detalle Tortat

L'APÉRO DES FAMILLES



Vous êtes tous invités à venir partager un moment amical et convivial.

Venez en famille, avec vos amis...

Dimanche 15 septembre 2019 - à partir de 12h00
au Potager du Dauphin, rue Porto-Riche à Meudon

Apéritif offert par l'AFM. Pour prolonger la rencontre, ceux qui le souhaitent, peuvent apporter leur pique-nique. Annulation en cas de pluie.



DÉCÈS DE MADAME JEANINE GAJDA

Nous avons appris le décès de Jeanine Gadja le 11 mars. Jeanine Gadja et son mari, Monsieur Maire, ont pendant de nombreuses années fait un travail remarquable dans leur magasin Forms, imprimerie et photocopie, dont ils avaient fait un lieu de convivialité, à côté de la mairie.

Leur amabilité, leur disponibilité et leur compétence dont ont bénéficié de nombreux meudonnais et en particulier l'Association des Familles sont inoubliables et n'ont pas été remplacées.

Madame Gadja avait imprimé beaucoup de documents pour l'AFM : les carnets d'activités et les feuillets accompagnants de différentes couleurs, les feuilles d'agenda et les listes baby-sitting.

Elle avait également mis en forme et relié les petits livrets de recettes " Gourmands mais pressés" et encore bien d'autres.

Ils ont quitté Meudon pour aller s'installer en Saône-et-Loire, à Bragny, où ils étaient également appréciés, et où Jeanine aimait particulièrement son jardin potager !

Nous exprimons notre émotion, nos condoléances et nos sentiments de fidèle reconnaissance à Monsieur Maire.