

CARROSSÉS

Les habitants de la Novelline
et les adhérents du GEM de Mâcon
nous parlent d'amour,
de reconstruction,
de l'avant, de l'après...

dans le cadre
des animations

**SAVOIR S'AIMER
POUR SAVOIR AIMER**



La Novelline est un habitat partagé pour 5 personnes cérébrolésées. Elles ont chacune un appartement privatif et bénéficient d'un espace commun.

Des auxiliaires de vie, des bénévoles, interviennent pour des temps communs, des animations et sorties en lien avec la vie clunyoise ainsi que des aides personnalisées à la vie quotidienne.

Ce recueil de textes est le fruit d'un atelier d'art thérapeutique dans le cadre d'animations sur le thème «Savoir s'aimer pour savoir aimer, comment se retrouver dans une vie affective après une cérébro-lésion».

En 2017, La Novelline a répondu à un appel à projet de la Fondation de France sur ce thème, ayant repéré des besoins des personnes en situation de handicap, mais aussi des auxiliaires de vie, des bénévoles et des familles.

Une réponse favorable a été obtenue en avril 2018.



Trois cycles ont été élaborés :

Cycle 1 : Se réapproprier son corps avec ateliers socio-esthétique, psychomotricité, plaisirs de la table.

Cycle 2 : Exprimer son corps, à l'aide d'expressions corporelle, et artistiques : arts plastiques, musique et chansons.

Cycle 3 : Adopter un comportement adapté. Une sexologue, Mme Veysseyre, a animé cet axe avec entretiens, bilans des ateliers et animation de ciné-débats.

Les ateliers ont débuté en novembre 2019.

Le public concerné est constitué essentiellement de personnes cérébro-lésées de la Novelline et du GEM (Groupe d'Entraide Mutuelle) de Mâcon, et quelques personnes extérieures.

Les auxiliaires de vie et les bénévoles intervenants ont été associés au projet ainsi que les familles.

L'atelier d'expression par la musique et la parole a été animé par deux artistes :

Valérie Gaudissart, parolière, et Morton Potash, musicien, de «Rêver tout haut».



Plusieurs séances ont permis aux participants de mettre

en **mots** et **notes**
joies *peines* *difficultés* *doutes*
envies *parcours* *expériences*

face à la réappropriation de soi après une cérébro lésion.

Une restitution en spectacle a eu lieu dans les jardins de la Novelline le 19 juin 2021.

Vous pouvez revivre ce moment en suivant le lien sur le site de la Novelline : <https://la-novelline.fr> Documentation : le film du projet VAS

Nous vous invitons à découvrir ou redécouvrir ces textes très personnels que les participants ont bien voulu nous livrer avec :

sincérité *émotion* *lucidité*
rage *amour*

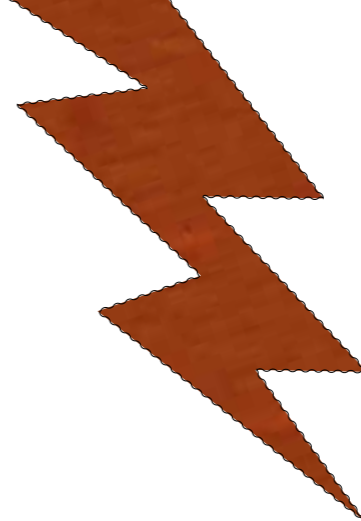
et qu'ils ont illustrés avec l'aide et les conseils de Patrick Ballériaud



CABossé

Michaël

Cabossés



Effacé

Enfoui

Martyrisé

Handicapé

Liquéfié

Déconnecté

Atomisé

Archivé

Dérangé

Désordonné

Tête cassée

Tranché

Broyé

Déconnecté

Fondu

Perdu

Déchiqueté

Tordu

Niqué

Désarticulé

Cabossé

Cabossé

Cabossé

Y'a qu'à bosser

Y'a qu'à bosser

Y'a qu'à bosser

Pour s'éveiller

Pour s'réparer

Pour s'accepter

Pour progresser

S'améliorer

S'reconstituer

Pour y'arriver

Pour y'arriver

Et on y est arrivé

Ah bon où ça ?

A la Novelline ! (X4)





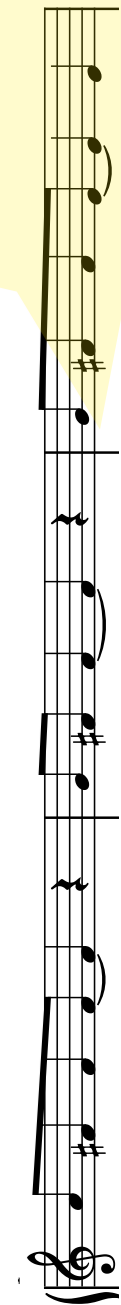
Celle qui m'a portée

Ce n'est pas de ta faute
ce qui m'est arrivé
Mais je te le fais payer
Et je me défoule sur toi car je sais que tu vas rester

Je te maltraite, je le sais
Mais je ne peux pas m'empêcher
Mon cerveau ne dit pas les mots qu'il faut
Et pourtant tu es celle qui m'as portée
Tu me portes encore sans te lasser

Je suis dure je le sais
Mais je ne peux pas m'empêcher
Et pourtant tu me supportes depuis tant d'années
Tu ne me laisseras jamais tomber
Et tu acceptes celle que je suis devenue
Alors que moi-même parfois je ne me reconnais plus

Je te maltraite, je le sais
Mais je ne peux pas m'empêcher
Alors pour dire les mots qu'il faut
Les jours de marché
je t'achète des fleurs et te donne un bouquet
Qui disent mes vraies pensées
A celle qui m'a portée !





Mon coeur s'est arrêté

j'allais en vélo rendre visite
à ma grand-mère Marguerite
à elle tendrement je pensais
quand le feu à l'orange est passé
tout net j'ai freiné
mais celui qui me suivait a accéléré

j'allais en vélo rendre visite
à ma grand-mère Marguerite
à elle tendrement je pensais
quand le bitume, ma tête a heurté
puis mon coeur s'est arrêté
tout le monde s'est mis à paniquer
à courir, à crier
pendant ce temps, tranquillement j'attendais les pompiers

j'allais en vélo rendre visite
à ma grand-mère Marguerite
à elle tendrement je pensais
quand dans un lit d'hôpital je me suis réveillé
mes médecins m'avaient condamné
mais je me suis accroché
et me voilà !
et me voilà !
et me voilà !





Avant

Avant y'avait la moto
Après y'a eu les hostos

Avant y'avait la fête
Après y'a eu ma tête

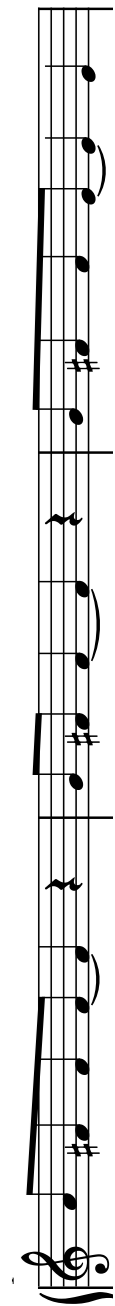
Avant y'avait des virées
Après y'a eu le kiné

Avant y'avait des amis
Après y'a eu d'autres amis

Avant y'avait des vacances
Après y'a eu des absences

Avant y'avait un métier
Après y'a eu la pension d'invalidité

Avant je ramassais des jonquilles
Maintenant je ramasse mes béquilles



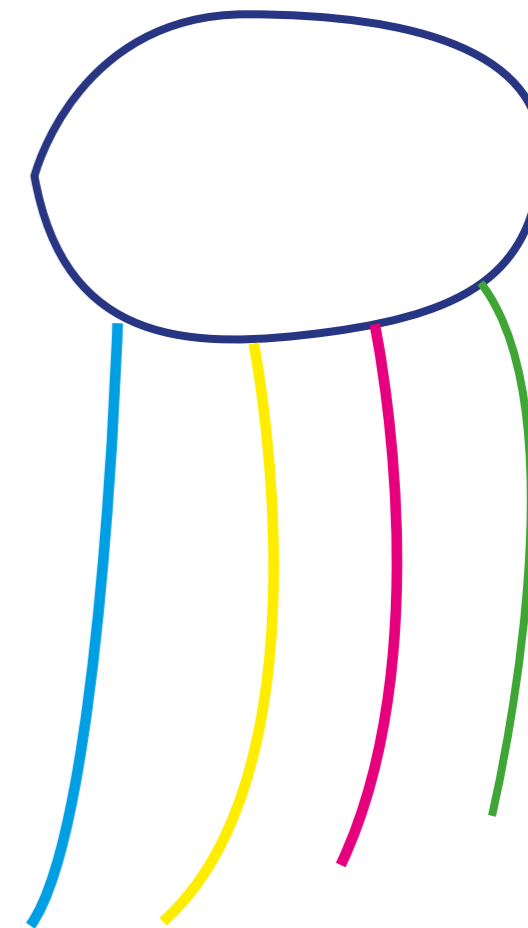


J'aime bien faire mon petit malheureux

Depuis toujours on m'appelle Dédé
 J'aime bien faire mon petit malheureux
 Mais je refuse de faire pitié
 Avec ma tête toute amochée

Et ce qui me rend heureux
 C'est de donner des coups de main
 C'est de pouvoir aider
 Parce que les gens, je les aime bien
 Et je me dis que j'suis chanceux
 De pouvoir faire du bien
 Garder des liens
 Rendre le soutien
 Qu'on m'a donné
 Qui m'a sauvé
 J'fais l'livreur, j'fais l'chauffeur
 J'le fais de bon coeur
 De bonne humeur

Depuis toujours on m'appelle Dédé
 J'aime bien faire mon petit malheureux
 Mais je refuse de faire pitié
 Avec ma tête toute amochée
 Avec ma tête toute amochée
 Avec ma tête toute amochée



La vie tu n'as jamais été facile

La vie tu n'as jamais été facile
 Je me suis toujours accroché à toi
 Même si j'ai connu l'effroi
 Je suis toujours là et je me bats
 Pour ça tu peux toujours compter sur moi

La vie tu n'as jamais été facile
 Mais pour rien au monde je voudrais te quitter
 Et même si je suis dans le noir
 Je ne crie pas au désespoir
 Car avant je pouvais voir
 J'ai tout gardé dans ma mémoire

La vie tu n'as jamais été facile
 Mais pour rien au monde je voudrais te quitter
 Et même si je suis dans le noir
 Je ne crie pas au désespoir

La vie tu n'as jamais été facile
 Je me suis toujours accroché à toi
 Même si j'ai connu l'effroi
 Je ressens tout autour de moi

La vie, je la rythme à chacun de mes pas
 Chaque jour c'est mon combat
 Pour toi Christine qui m'a sauvé la vie
 Pour toi Emma pour toi Thomas
 Pour toujours à côté de moi
 Pour toujours à côté de moi
 A côté de moi !



Mon ventre

Ventre gros, ventre heureux !
Avec mon ventre on peut tout faire

On peut faire un ballon de rugby
Pneu Michelin
On peut dormir dessus en guise
d'oreiller
On peut faire le Père Noël
On peut faire aussi femme
enceinte
Je dirai mieux «homme
enceinte»

*Si le ventre est trop gros,
on le perce !!*

PSSHITT...
Essayer
ventre gros,
ventre heureux !



Je te caresserai

Je te caresserai ... les cheveux
Mais si tu veux pas
Je te caresserai...
les doigts de pied

Mais si tu veux pas... aah
Je te caresserai... les poignets

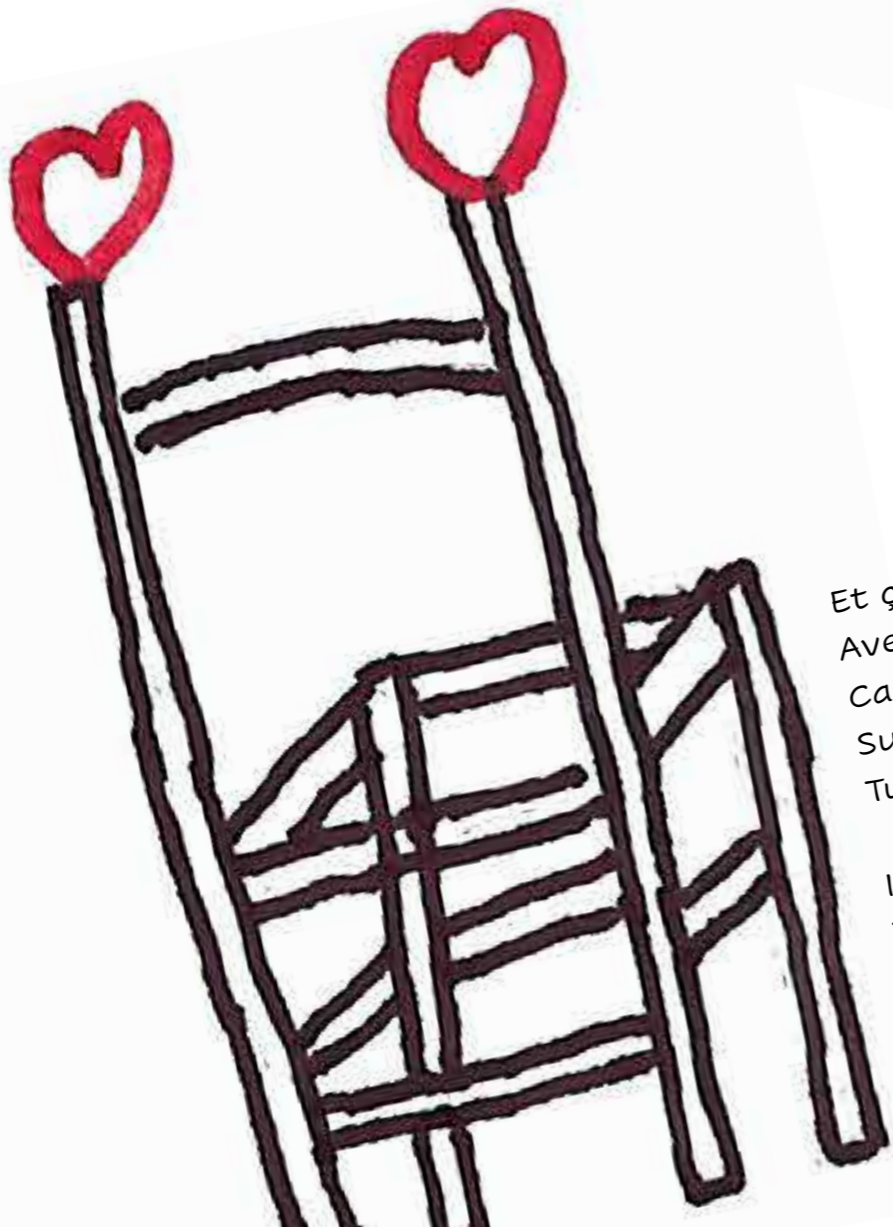
Mais si tu veux pas
Je te caresserai... les mollets

Mais si tu veux pas... aaah
Je caresserai... **ton chat**

Mais si il veut pas... aah
Tu me caresseras...
Tu me caresseras...
Tu me caresseras... où tu veux ou pas



Toi ma chaise je t'aime



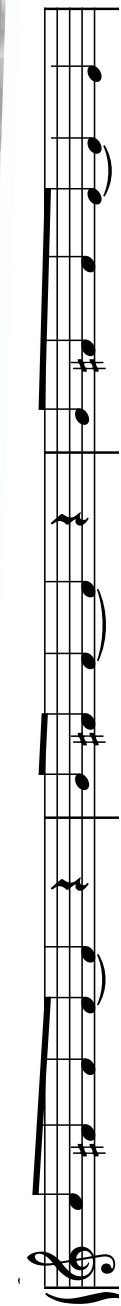
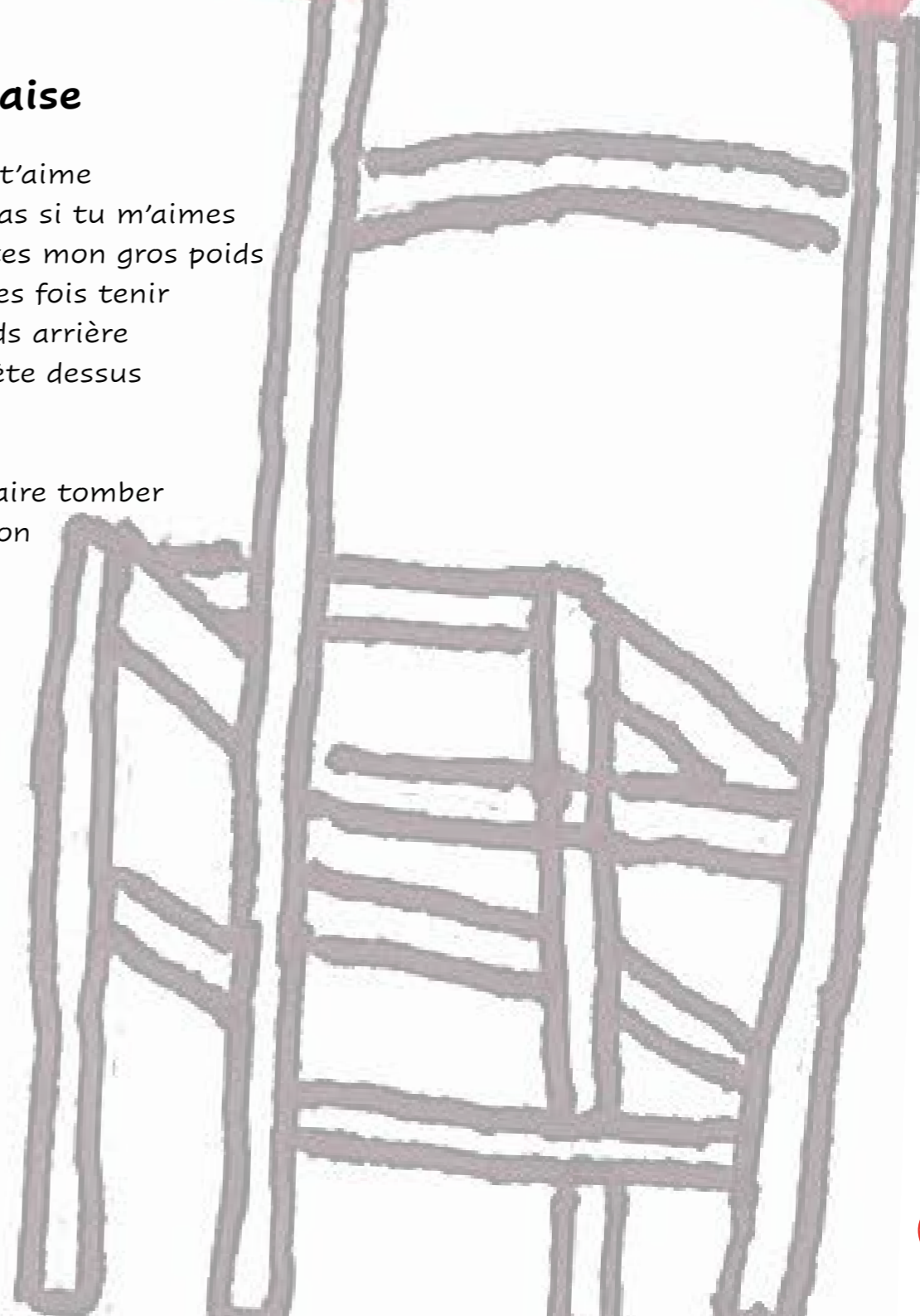
Et ça c'est que tu m'aimes aussi
Avec toi il n'y aura jamais de divorce
Car même si je pose mon gros poids
Sur une autre chaise
Tu n'es pas jalouse

I love you ma chaise
Tu n'es pas jalouse
I love you ma chaise
I love you
I love you

Toi ma chaise

Toi ma chaise je t'aime
Mais je ne sais pas si tu m'aimes
Assis, tu supportes mon gros poids
Je te fais quelques fois tenir
Sur tes deux pieds arrière
Et quand je te pète dessus
Tu ne dis rien

Tu pourrais me faire tomber
Te casser mais non
Tu ne dis rien





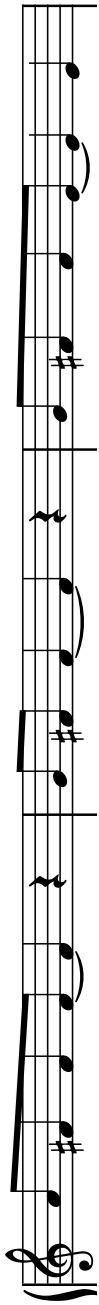
LES MOTS

les mots sont comme des bulles de savon
les mots s'échappent tout légers
et quand je les attrape
les mots éclatent
et disparaissent de mes pensées

les mots du quotidien
les mots des souvenirs
les mots du matin
les mots du soir
les mots qui font sourire
les mots des drôles d'histoires
les mots se sont enfuis
dorment sans faire de bruit

les mots voyagent loin de moi dans un lointain pays

quotidien
quotidien
matin
matin
bulles
loin
loin
sourire
sourire



Je chougne



Je chougne

Je pleure plus que je ne ris
 Je blague pour pas pleurer
 J'en sors des bonnes à longueur de journée

Je chougne

Je pique des fous rires, des crises de larmes
 en alterné
 Je sais, faudrait que je me fasse soigner !

Je chougne

J'ai pourtant tout essayé
 Les médocs, l'yoga, la coke,
 le CBD
 Je peux pas m'empêcher

Je chougne

Je pleure plus que je ne ris
 Si j'ai les yeux mouillés
 Tant pis pour vous, faudra
 vous habituer !

Je chougne

Je pleure plus que je ne ris
 Je blague pour pas pleurer
 J'en sors des bonnes à
 longueur de journée



Ma vie n'est pas un conte de fée

Cendrillon à côté de moi, elle est gâtée
L'abandon, je l'ai connu
La trahison, je l'ai vécu
Et mon prince charmant me tapait dessus

Ma vie n'est pas un conte de fée
Et sur moi seule j'ai dû compter

J'en ai fait des ménages
J'en ai fait des corvées
Et mon père à moi ne m'a pas reconnue
Et ma citrouille à moi s'est jamais transformée



J'en ai eu des galères
J'en ai eu des misères
Personne ne m'a jamais passé la chaussure de vair
A minuit, je passais toujours la serpillière

Ma vie n'est pas un conte de fée
Et sur moi seule j'ai dû compter
L'amour, j'l'ai jamais connu
Les coups, je les ai reçus
Mon histoire part de travers depuis le début
Et mon carrosse à moi, c'est un fauteuil qu'il faut rouler
Les poisons des sorcières, c'est sûr, je les ai bus
Mais leurs mauvais sorts, j'ai combattu
à l'AVC, j'ai survécu
C'est une fin qui finit bien
J'en suis revenue
Et je me décerne le trophée
De la fille qui s'laissera pas aller
De la fille qui peut faire rire une assemblée
La déprime, je l'ai vaincue
Le malheur, je n'en veux plus
Ma vie n'est pas un conte de fée
Mais aujourd'hui
Sur mes amis je peux compter



LA Fée Cabosse



Un jour que j'étais à l'hosto
 La Fée Cabosse s'est penchée sur
 mon berceau
 Et m'a dit : t'es dans le coma,
 Mais accroche-toi
 Et tu t'en sortiras
 J'en suis sorti, mais pas de sitôt
 J'ai réappris les mots
 J'ai réappris le son de mes pas
 Et depuis ce jour
 La Fée Cabosse boite en même temps
 que moi
 Et à tous les deux on se tient droit.



Est-ce vrai ? Est-ce rêvé ?

Est-ce rêvé ?

Est-ce vrai ? Est-ce rêvé ?

Je revois l'obscurité
 Et une lueur blanche
 vers laquelle on a envie d'aller
 J'entends encore les voix
 Et le souffle des machines au
 rythme régulier

Deux mois de coma
 Ça en fait des jours oubliés

Est-ce vrai ? Est-ce rêvé ? (x 4 chanté)

Le souvenir de cette lueur que je
 ne veux pas regarder
 Et ces mots répétés
 Fais marche arrière,
 n'y va pas,
 Ne t'approche pas de cette lumière
 Fais demi tour
 Ton heure n'a pas encore sonnée

Est-ce vrai ? Est-ce rêvé ? (x 4 chanté)

Un bout de mon histoire à
 raconter

Est-ce vrai ? Est-ce rêvé ? (x 4 chanté)

Je voyais l'avenir qui allait arriver
 Tout me paraissait clair
 Je pouvais prédire le temps qu'il
 allait faire
 Les enfants bientôt dans le ventre
 de leur mère

Est-ce vrai ? Est-ce rêvé ? (x 4 chanté)

Et toutes ces voix qui m'ont
 accompagnée
 Et tous ces sons, ces alarmes, ces
 bips, ce goût de fer
 Et ces tuyaux auxquels j'étais
 reliée
 Cette impression d'être torturée

Est-ce vrai ? Est-ce rêvé ? (x 4 chanté)

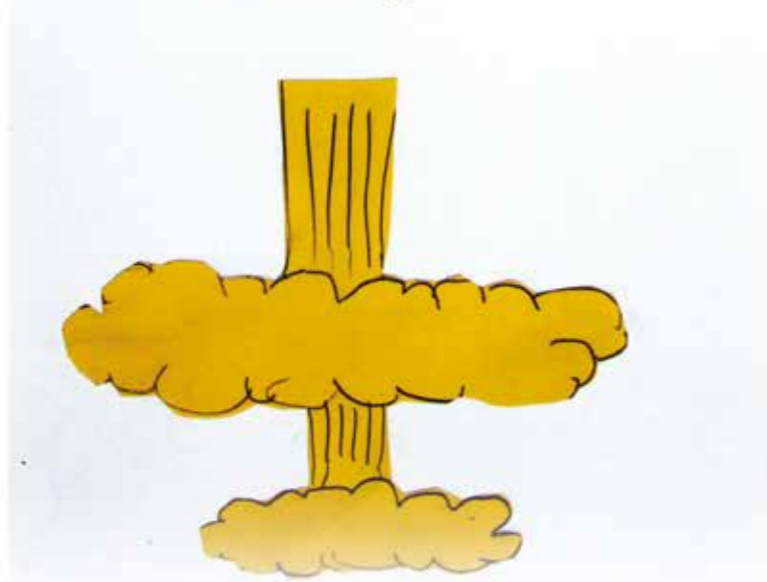
Aujourd'hui, il y a cette voix au
 fond de moi
 Une voix qui ne parle qu'à moi
 Et qui me dit : tous les matins tu
 vas te lever
 Et profiter des tout petits riens
 Qui font le bonheur des petites
 journées
 Un pas de plus sur le palier
 Une cigarette à partager
 Un bout de mon histoire à
 raconter

Est-ce vrai ? Est-ce rêvé ? (x 4 chanté)





Hiroshima



Le gros chat

Je fais la tête
Je fais la tronche
Je fais la trogne
Je tire la gueule
Mais au fond de moi
Y'a un gros chat
Qui demande qu'à ronronner

Je claque la porte
J'envoie tout chier
Je tape du pied
J'suis hérissé
Mais au fond de moi
Y'a un gros chat
Qui demande qu'à ronronner

Je peins tout en noir
J'veux pas causer
Je monte la garde
J'veux pas vous voir
Mais au fond de moi
Y'a un gros chat
Qui demande qu'à ronronner

J'fais de l'humour noir
J'aime quand ça grince
J'aime quand ça mord

J'aime quand ça pince
Mais au fond de moi
Y'a un gros chat
Qui demande qu'à ronronner

J'aime vous faire marrer
Avec mon humour noir
Good bye le désespoir
Quand les Doors chantent avec moi

Au fond de moi
Y'a un gros chat
Qui s'met à ronronner



Brenda

Brenda

Brenda,
 tu t'es toujours occupé de moi
 Quand j'étais dans le coma
 Je sentais ta main sur la mienne
 Brenda,
 J'entendais ta douce voix
 Reste avec moi Papa !
 Et je suis resté là pour toi,
 Et je suis resté là pour toi,
 Et je suis resté là pour toi.

Brenda,
 de la maison tu es partie,
 car tu as bien grandi,
 Mais chaque matin, j'attends ton appel
 Chaque matin tu prends de mes nouvelles
 Et j'entends ta douce voix
 Je sentirai toujours ta main sur la mienne,
 Je sentirai toujours ta main sur la mienne,
 Je sentirai toujours ta main sur la mienne,
 Brenda !



Sabine

La petite robe bleue

petite robe
 La bleue



Je me sentais légère comme
 une gazelle une hirondelle
 dans ma petite robe bleue
 des jours heureux
 Je me sentais toute gaie
 je sautillais l'amour
 m'attendait
 dans ma petite robe bleue
 des jours heureux
 Je gambadais
 comme une belette
 une alouette
 le soleil m'éclairait
 un enfant je portais
 dans ma petite robe bleue
 des jours heureux
 je suis toujours la petite
 grignette la p'tite jeune fille...
 l'oeil qui pétille...
 dans ma petite robe bleue
 des jours heureux.



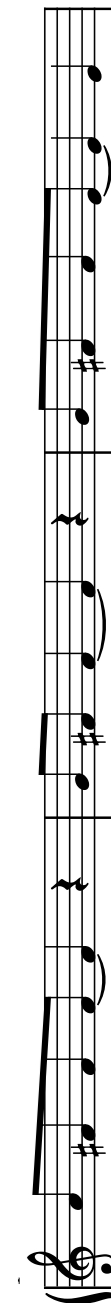
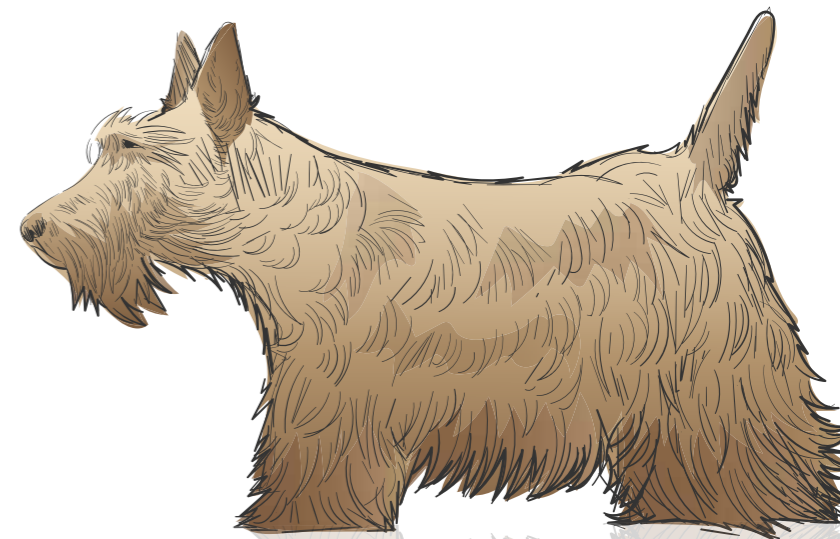


Mon scottish terrier

Sur terre
 Il y a des papillons
 Des kangourous
 Et des hamsters
 Des gnous
 Des vers de terre
 Dans les airs
 Il y a des hérons
 Des aigles
 Et des hiboux
 Il y a des pigeons
 Des rossignols
 Et des faucons
 Dans la mer
 Il y a des coraux
 Des poissons lune
 Et des requins marteau
 Il y a des baleines
 Des phoques
 Et des manchots

Tout ça c'est très beau
 Mais moi ce que je préfère
 C'est mon toutou
 C'est mon chien
 Qui me suit partout
 Qui dort sur le canapé
 Mon grand copain
 Qui comprend tout
 Et reste à mes côtés

Mon scottish terrier
 Plus fidèle que les humains
 Plus doux que les mots
 doux
 Plus aimant, plus patient
 Que tout ce que la Terre a
 porté
 Judikaël
 Mon fidèle allié (x4)





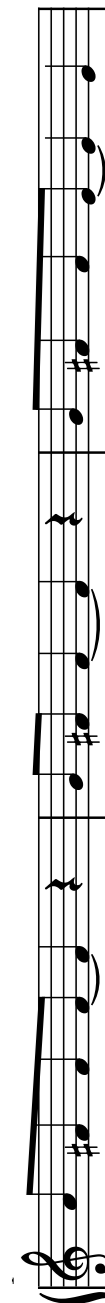
J'aimerais revoir mes enfants

J'aimerais revoir mes enfants
 Mes deux enfants fuyants
 Et leur dire «je vous aime tant,
 Je pense à vous tout le temps»

Leur dire ce que j'ai traversé
 Retrouver notre complicité
 Redevenir leur mère à leurs yeux indifférents
 Essayer de comprendre ce qui nous a séparé
 Essayer de réparer ce qui reste à sauver
 On ne m'a pas appris à dire «je t'aime»
 Ces mots là m'ont manqué
 Je n'ai pas su les inventer
 C'est sur ces mots absents
 Que tout s'est écroulé
 Mais aujourd'hui le temps a passé

J'aimerais revoir mes enfants
 Mes deux enfants fuyants
 Et leur dire «je vous aime tant,
 Je pense à vous tout le temps»

Laissez-moi redevenir mère un court instant
 Laissez-moi redevenir mère



Et voilà le Gem

Et voilà le Gem

Adhérents du Gem

Animatrices du Gem

et tous les gens qu'on aime !

Un sourire pour la vie

Et nous voilà réunis

Avec les potes de Cluny

On aimerait vous dire merci

Vous qui supportez nos vies

Nos humeurs et nos envies

On aimerait vous dire merci

Et voilà le Gem

Adhérents du Gem

Animatrices du Gem

et tous les gens qu'on aime !

UN SOURIRE POUR LA VIE

Remerciements :

L'association Les Amis de la Novelline, instigatrice de ce projet, tient à remercier :

- La **Fondation de France** qui a soutenu financièrement le projet
- **Tous les intervenants** dans les différents ateliers :
 - Patrick Ballériaud, illustrateur
 - Hélène Delarche, psychomotricienne
 - Geneviève et Dominique Fasquel, médecins et nutritionniste
 - Valérie Gaudissart et Morton Potash, parolière et musicien
 - Sylvie Lesnard, socio-esthéticienne
 - Patricia Rigo, art-thérapeute
 - Emmanuel Thereaud, animateur sportif
 - Claudette Veysseyre, sexologue
- **L'AFTC Bourgogne Franche Comté** qui soutient et accompagne la Novelline depuis ses débuts dans tous ses projets.
- Le **GEM AFTC** de Mâcon
- Le **Département de la Saône et Loire**
- Le **Copil** «Vie Affective et Sexuelle» et **tous les bénévoles** de l'association

Et surtout **tous les participants** qui, avec passion, ont répondu toujours présents lors de cette aventure semée d'embûches covidienne...

4

han - di - cap - pé li - qui - fié dé - con - nect - té a -

7

- to - mi - sé ar - chi - vé dé - ran - gé s - or - don - né

11

s - sé «Rêver tout haut» e - con - nec - tée

15

fen - du per - du dé - chi - que tor - du ni - qué dés -

