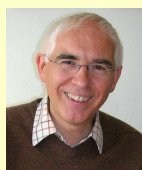


L A G A Z E T T E D E S B O N N E S N O U V E L L E S

Numéro 160

Octobre
2021



EDITO

La citation du mois :

« Essayez de laisser ce monde un peu meilleur qu'il ne l'était quand vous y êtes venus »
(Baden Powell).

Février 2007, il y a presque 15 ans, paraissait le premier numéro du « Journal des Bonnes Nouvelles », rebaptisé trois ans plus tard « Gazette des Bonnes Nouvelles ».

Aujourd'hui, il semble que ce numéro 160 soit le dernier...

En effet, cela fait plusieurs mois que les articles ont du mal à arriver.

Dans ce cas, juste avant la parution, je dois solliciter quelques personnes (que je remercie), pour qu'elles envoient de quoi construire un nouveau numéro, en complétant les 3 ou 4 articles déjà reçus.

Ce mois-ci, seules quatre personnes ont contribué à ce numéro.

Le modèle a l'air de s'essouffler.

Pourtant, notre monde ne va pas mieux qu'avant, et je trouve qu'au contraire, tous ces partages de vie et d'expériences positives portés par la Gazette seraient plus que jamais nécessaires pour notre équilibre.

Mais hélas, le constat est là, et je ne peux pas, ni ne veux pas « mendier » des articles tous les mois, auprès d'un petit nombre de lecteurs.

Je tire donc ma révérence discrètement, en n'oubliant pas de vous remercier sincèrement pour ces 14 ½ ans de partenariat, pour tous ces mots d'encouragement, pour tous ces articles partagés avec plus de 500 lecteurs.

Bonne route et merci à chacune et à chacun.

Vous avez été formidables !

Jean-Yves

Souffle d'espoir au marathon de Paris

J'ai regardé le ciel...

Parmi les milliers de participants au marathon de Paris 2021, il y avait Alexandre, 26 ans et Antoine, le chirurgien qui lui a greffé deux poumons.

Alexandre Allain est né avec la mucoviscidose.

Pour faire parler de cette maladie, il avait déjà fait un tour d'Europe en Renault 6 avec des copains en 2014. En 2017, alors qu'il n'a plus que 6% de capacité respiratoire et que son espérance de vie est estimée à quelques mois, il reçoit une greffe de deux poumons.

Après une année de convalescence lourde il se lance dans une nouvelle aventure : la traversée de l'atlantique à la voile et en équipage, qu'il réalise en 2019. En septembre 2021 il publie un livre "Un Souffle d'espoir", racontant son combat contre la maladie pour sensibiliser à la mucoviscidose et au don d'organe, et donner de l'espoir aux autres malades.

Et le 17 octobre 2021, après 9 mois de préparation il court en 5h et 31 minutes le marathon de Paris avec Antoine Mugniot, le chirurgien qui l'a opéré quatre ans plus tôt.

Le chirurgien est à la fois content de sa performance et heureux d'avoir porté si haut la cause des greffes.

- « J'ai accompagné Alexandre, parce que j'ai de l'affection pour lui, mais aussi parce que ce marathon de Paris tombait le jour du don d'organes dans le monde,

explique le chirurgien nantais. Sa réussite est un formidable message d'espoir pour tous les greffés et un rappel que l'on manque de greffons dans tous les domaines. Si on a fait avancer ce message-là, je serai un marathonien totalement heureux ».

Alexandre portait en lui une autre source d'énergie, plus forte encore, celle de l'homme qui lui a fait don de ses deux poumons.

- « J'avais dit avant de partir que je ferais appel à lui si je galérais, raconte-t-il. C'est ce que j'ai fait et il m'a bien aidé. Quand j'ai franchi la ligne, j'ai regardé le ciel ».

Anne Claude C

Mucoviscidose - suite

*Un autre témoignage
à propos de cette
terrible maladie*

Malgré tout ce qu'on peut en dire, la recherche médicale continue d'avancer dans beaucoup de domaines.

Je me permets d'ajouter cela aux Bonnes Nouvelles que j'ai choisies de partager. Notre fils, atteint de mucoviscidose, se bat depuis 50 ans contre cette maladie qui, peu à peu, le rongait et montrait la nécessité d'une greffe.

Or à la suite de plusieurs pétitions pour obtenir la livraison en France d'un médicament trouvé aux Etats Unis, il peut maintenant en profiter, ainsi qu'un grand nombre de malades et voit sa vie transformée grâce à ses effets bénéfiques !

Cela ne guérit pas mais allège considérablement les effets secondaires.

Vive la recherche médicale !

PAM

Semaine bleue

*La découverte du
Bustronome pour
traverser Paris*

Début octobre, se tient la "semaine bleue". Vous connaissez ?

Certains n'en ont jamais entendu parler ; d'autres disent : c'est la semaine de vieux!

Les municipalités proposent, durant 8 jours, diverses activités pour les séniors de 65 ans et plus.

Je dois dire que dans mon petit village d'Ablon sur Seine, Val de marne (5200 habitants), le CCAS de la ville s'est uni à celui de la ville voisine, Villeneuve-le-Roi, pour nous faire des propositions tellement diverses qu'il y en a eu pour tous les goûts.

Râleurs, s'abstenir !

Deux randonnées pédestres, une journée gastronomie (ateliers cuisine), un apéritif musical, du scrabble, une initiation au yoga sur chaise, un après-midi piano-bar, de la gym d'entretien, un déjeuner musical dans un foyer des aînés, un tournoi de cartes, initiation au badminton, une matinée "voyage virtuel", de l'art floral, de la peinture à l'huile, du Tai Chi, un mercredi intergénérationnel, un après-midi cinéma, un QR code c'est quoi ?, suivi d'un jeu avec les jeunes, du tennis de table, une conférence sur Louis 14 et les femmes ; un spectacle de danse ; et 2 sorties d'une journée : soit le Bustronome soit la ferme du colombier et du château de Maintenon. Bon, je passe sous silence une réunion sur "l'isolement, une préoccupation"... Je n'ai pas eu le temps d'y aller !

Pour ma part, ayant déjà quelques engagements associatifs et 3 séances de natation et yoga par semaine, j'ai participé à la rando, le voyage virtuel, le QR code (je voulais comprendre où va ce labyrinthe !), le cinéma, le spectacle de danse, et la sortie : le Bustronome !

Il s'agit de voyager dans Paris, en passant devant les grands monuments éclairés, en bus entièrement vitrés tout en dégustant un repas gastronomique ! Waouh ! quel spectacle, tout en douceur (on ne sent même pas qu'on roule !), commentaire audio des lieux traversés à l'aide d'un genre de stylo individuel proche de l'oreille, et avec un repas. Déjà, ça commence fort par une flûte de champagne comme accueil, c'est plutôt chouette ! puis un repas servi avec délicatesse, 2 entrées, 2 plats, un fromage délicieux et un dessert aussi ravissant que savoureux ! le tout servi avec un vin blanc puis un rouge de grande qualité ; café. Et bien, en 2h 30, on ne voit pas le temps passer, par petites tables de 2, 4 ou 8 personnes de bonne compagnie, bien sûr !

Je ne connaissais pas ce concept, récent a priori ; vraiment, une façon de découvrir Paris dans des conditions optimales.

La participation financière réduite (40 Euros) par rapport au prix de 130 Euros de ce circuit nous a permis ce luxe. Alors bravo et merci à nos CCAS et à nos mairies qui ont permis cet inoubliable moment !

Crocus

Tiny house

*Des logements
low cost*

J'ai découvert ce que sont les "Tiny house" : de véritables maisons minuscules, mobiles, préfabriquées en bois.

Elles ont été commandées en 2020 par la métropole de Lyon et forment à Villeurbanne un petit hameau permettant d'héberger 17 femmes et 27 enfants dépourvus de logement personnel, qui trouvent ainsi un refuge et un peu d'indépendance sous la gestion d'une Association "le Mas".

- "C'est le début d'un véritable changement dans la culture de l'hospitalité de la ville" dit le vice-président de la Métropole."

Ces micro-maisons sont avant tout l'occasion de construire un vrai projet de citoyenneté.

PAM

Un gentelman

*Attitude
réconfortante...*

Un petit geste qui fait du bien et permet de continuer à croire à l'attention des autres : je faisais la queue à la caisse du magasin avec seulement 2 articles.

Le jeune homme qui me précédait avec un chargement important s'est effacé en souriant et en me disant :
- « Passez Madame ! »

PAM.

Côte d'Or

*L'arrivée de
l'automne,
annoncée par une
poète...*

C'est un département de la Bourgogne qui en ce moment porte si bien son nom.

Les coteaux en sont flamboyants, chatoyants, lumineux.

En particulier sous les rayons du soleil, mais pas seulement pour qui sait chausser les lunettes de l'émerveillement.

Côte d'Or...

Et je vois aussi des visages fatigués, des paupières lourdes des ans et des soucis de parentalités plus ou moins chargées de fruits généreux ou de l'ingratitude de la génération postérieure, ou antérieure, tant les familles produisent, comme la vigne et selon les années, le meilleur cru comme le verjus.

Et je vois l'or de toute l'humanité manifestée au gré des rencontres, en particulier les fortuites et brèves mais tellement intenses, ces rencontres qui illuminent comme les feuilles de vigne de la Côte d'Or, et nourrissent comme les châtaignes qui crissent sous les pas.

Vive l'automne, saison de maturité, et vive nos aînés - nous allons tous y passer !

Avec notre plus profond respect pour eux, pour nous, qu'ils soient têtus comme une mule contrariée, aigris, teigneux, souriants, juteux comme une figue bien mûre, ou tout simplement nos parents ;-)

Belle saison à toutes et tous !

Au clair d'une si belle lune !

Catherine M.

2 articles (2 500 caractères au maximum) par lecteur.

Du vécu de préférence !

Les sujets d'ordre politique ou religieux sont à éviter, tout le monde n'ayant pas la même sensibilité.

Diffusion de ce numéro par courriel : 546 personnes

Courriel : gazette.dbn@orange.fr

Blog partenaire : <https://blog-bonnes-nouvelles.fr/>

Pour vous désabonner : gazette.dbn@orange.fr / RGPD : aucun nom ni courriel n'est communiqué.