



Chers amis adhérents et sympathisants,

Au nom du Conseil d'Administration de **L'École des Grands-Parents Européens** Bordeaux -Gironde je vous souhaite "Bienvenue à bord de cette nouvelle année !". Pourquoi cette image ? Parce qu'il me semble que nous sommes embarqués dans le bateau de la vie, au gré des bourrasques du monde qui nous ont environnés durant l'année 2022. Et en même temps, comme nous le démontrait si bien Sylvie Brunel dans sa chronique S-O du 1° janvier, « Quelle chance de vivre en France ! »

Et elle poursuivait... « Soyons conscients de nos chances avant de nous appesantir sur nos malheurs, alors que le monde qui nous entoure affronte bien des catastrophes, dont nous sommes protégés par de multiples acteurs. Nous avons la chance inouïe d'une médecine gratuite, de qualité, et accessible à tous. Oui, nous sommes chanceux, comme l'a montré en cette fin d'année la profusion dans les magasins. Quel privilège que de vivre dans un pays où la nourriture ne manque pas, dont les producteurs savent allier qualité, quantité, diversité et sécurité, alors qu'une grande partie du monde vit toujours dans l'insécurité alimentaire, se demandant chaque jour de quoi demain sera fait. La faim nous renvoie à la guerre, et la guerre, à cette Ukraine qui était un des greniers du monde et dont les habitants doivent affronter aujourd'hui le manque, les ruines, le froid, la mort, poursuivant leur combat pour préserver leur territoire et leur honneur.

Alors, pour notre part, restons positifs, solidaires et soudés, conscients de nos privilèges et attentifs à ceux qui n'ont pas la chance d'en bénéficier »

Que 2023 nous garde dans l'énergie de vivre et de nous émerveiller, et nous offre des opportunités de nous réjouir sans modération, en demeurant passeurs d'espérance !!



Gisèle Gizard



Notre agendas janvier/fevrier 2023

A Authentis
notaires



Judi 12 janvier 2023

14h30

Athénée Municipal Bordeaux

LA TRANSMISSION PATRIMONIALE : LES ENJEUX DE L'ANTICIPATION

Découvrez comment anticiper et gérer la **transmission** de votre patrimoine de votre vivant ou à votre décès. Héritage, donation, testament, maitrisez tous les outils à votre disposition et savoir ce qu'il faut faire et ne pas faire..

Par Maître Laveix, Notaire



CAFÉ DES GRANDS-PARENTS

Maison **Familya**
POUR DE MEILLEURES
RELATIONS

Ces temps de rencontre ont pour vocation de permettre aux grands-parents de venir partager **un moment convivial et chaleureux** autour d'un café en toute confidentialité et se dire leurs joies, interrogations, soucis, inquiétudes et d'approfondir leur mission de grands-parents.

Mardi 17 janvier 2023 14h30

10 rue Charles
Gounot, 33400
Talence

Prochain thème : « *En 2023 comment rester positif et continuer à transmettre le goût de la vie à nos petits-enfants ?* »

TRANSMETTRE SON HISTOIRE DE VIE, UN CADEAU !

« *Être en vie, c'est avoir une histoire à raconter. Être en vie, c'est précisément être le héros, le centre de l'histoire de toute une vie.* » *Les disparus*, Daniel Mendelsohn, 2007.



jeudi 26 janvier 2023

14h30

Athénée Municipal Bordeaux

Cette vie, sans doute aimeriez-vous en parler, voire en laisser une trace afin de la transmettre à vos proches. Ou bien souhaitez-vous recueillir les souvenirs de vos aînés afin qu'ils ne tombent pas dans l'oubli. ? Cependant il n'est pas toujours facile d'écrire et de mettre en forme le récit de toute une vie : par où commencer ? Ai-je suffisamment de choses à dire ? Est-ce vraiment intéressant...

Par Catherine Cachot, Biographe



Jeudi 2 février 2023

14h30

Athénée Municipal Bordeaux

« **PAYS BAS, UNE AUTRE VIE EN EUROPE** », dans le cadre de notre activité « Grands-Parents au-delà des frontières »

Connaître et comprendre la vie et la mentalité des Néerlandais, nos voisins européens, de culture protestante et nordique comme l'Allemagne et les pays scandinaves, vous fera accéder à une autre vie, à une autre façon de considérer la vie en société

Par Christophe Carreau qui, après plus de 25 ans vécus aux Pays-Bas, (Agence Spatiale Européenne) est devenu un Européen français et néerlandais à la fois, avec une nouvelle identité élargie et enrichie..



#114968959

Jeudi 23 février 2023

14h30

Athénée Municipal Bordeaux

ATELIER ACTUALITE

Cette **activité** s'adresse à toutes les personnes intéressées par **l'actualité**, sous tous ses **aspects: politiques, économiques, sociétaux et culturels**. C'est la possibilité d'**échanger points de vue et interrogations** afin de mieux comprendre les événements qui agitent le **monde d'aujourd'hui. Et les sujets ne manquent pas**

Le sujet et le nom de l'intervenant vous en seront communiqués ultérieurement

Transmettre ...de génération en génération

« L'enfant ignore souvent sa propre histoire familiale »

Pour construire sa vision du monde, un enfant doit pouvoir s'appuyer sur son histoire familiale, estime le psychiatre Robert Neuberger. Or la capacité de transmettre est, selon lui, en crise au sein de nombreuses familles. Propos recueillis par Elsa Fayner/ Le temps 14 mai 2018, quotidien suisse

Le Temps: Quel est le rôle d'une famille? Robert Neuberger: Elle doit permettre de transmettre à la génération suivante la capacité d'elle-même transmettre. Qu'il s'agisse d'une vision du monde ou d'une



façon de concevoir le couple, la relation hommes-femmes, le lien parents-enfants, l'inscription dans un monde professionnel, le rapport aux autres, bref tout ce qui structure l'enfant et le tire vers l'avant

.Sur quoi repose cette vision du monde ? Elle se justifie essentiellement par le passé et l'histoire de la famille, ainsi qu'au travers des valeurs morales, politiques, religieuses qui en découlent. Cela ne signifie pas que l'enfant va nécessairement suivre ces indications mais qu'il pourra se situer, choisir.

LeTemps: Quel est le rôle d'une famille? Robert Neuburger: Elle doit permettre de transmettre à la génération suivante la capacité d'elle-même transmettre. Qu'il s'agisse d'une vision du monde ou d'une façon de concevoir le couple, la relation hommes-femmes, le lien parents-enfants, l'inscription dans un monde professionnel, le rapport aux autres, bref tout ce qui structure l'enfant et le tire vers l'avant.

Sur quoi repose cette vision du monde ? Elle se justifie essentiellement par le passé et l'histoire de la famille, ainsi qu'au travers des valeurs morales, politiques, religieuses qui en découlent. Cela ne signifie pas que l'enfant va nécessairement suivre ces indications mais qu'il pourra se situer, choisir.

suite : <https://www.letemps.ch/societe/lenfant-ignore-souvent-propre-histoire-familiale>

Et pourtant **71 % des Français déclarent être intéressés par leurs racines et leurs origines. C'est ce que révèle la dernière enquête commanditée par Geneanet et réalisée par l'IFOP. Tour d'horizon des principaux enseignements**

<https://www.geneanet.org/blog/post/2022/10/sondage-geneanet-7-francais-sur-10-interesses-par-la-genealogie>

Humeurs : le moral des français

Sondage pour Le Point : Guerre en Ukraine, inflation... Vent de pessimisme sur la France 19 décembre 2022

<https://cluster17.com/sondage-pour-le-point-guerre-en-ukraine-inflation-vent-de-pessimisme-sur-la-france/>

On en parle ...beaucoup :santé des seniors

Vu dans Senioractu : **La Fondation Médéric Alzheimer** vient de lancer la première campagne de sensibilisation à cette pathologie neurodégénérative qui vise à briser les idées reçues. Elle se déclinera sous différents formats : clip vidéo, spot radio, affiches, bannières internet.

Contrairement aux idées reçues, la maladie d' **ALZHEIMER** pourrait être évitée dans 40 % des cas. Le 1^{er} signe **N'EST** perceptible dans votre vie quotidienne que 20 ans après l'apparition de la maladie. Un premier **PAS** ? Un changement de mode de vie permettrait à **UNE** majorité d'entre nous d'éviter ou de retarder la maladie pour qu'elle ne soit plus une **FATALITÉ.**

ÊTES-VOUS PRÊT À AGIR ?

Pensez que vivre avec Alzheimer n'est pas une fatalité, restez actif sur les ateliers Alzheimer pour en savoir plus.

Fondation Alzheimer

QR code

<https://www.fondation-mederic-alzheimer.org/alzheimer-nest-pas-une-fatalite>



La Fabrique du Bien vieillir :

Des ateliers citoyens au coeur des territoires

Novembre 2022 > Mars 2023

<https://solidarites-sante.gouv.fr/actualites/presse/dossiers-de-presse/article/fabrique-du-bien-vieillir-des-ateliers-citoyens-au-coeur-des-territoires>



BIEN ÊTRE : Les secrets du Bien Vieillir

Le guide pour vous sentir bien dans votre corps et dans votre tête (offert par OVELIA Résidences Seniors), à télécharger gratuitement : <https://www.oveliaseniors.fr/blog/les-secrets-pour-bien-vieillir-enfin-devoiles-dans-notre-nouveau-guide>

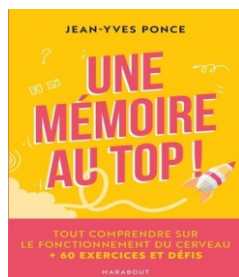


A lire, à écouter...



Un album tendre qui dépeint le monde magique des tout-petits.

Le matin, le soleil se lève pour moi. La vache m'a fait du lait, le boulanger du pain. Grâce à moi, la maison est toujours pleine de lumière. Si je suis triste, le chat ronronne pour moi. Si j'appelle, une voix me répond toujours. Le soir, j'éteins le soleilPour les bébés de 2 ans



La mémoire ne s'améliore pas vraiment en vieillissement. Dans ce contexte, de nombreux ouvrages se proposent de venir en aide, principalement aux seniors, afin qu'ils conservent le plus longtemps possible, leurs petites cellules grises bien en activité. Le livre de Jean-Yves Ponce, un spécialiste de la mémorisation depuis plus de dix ans qui publie un ouvrage original qui offre une partie texte et une partie d'exercices

Conférences

« La puissance des liens » - Grand bien vous fasse Boris Cyrulnik, neuropsychiatre et Rebecca Shankland, professeure des universités en psychologie

Les liens familiaux, amicaux, amoureux, sociaux sont essentiels à notre équilibre, et même à notre survie physique et psychique. Mais pourquoi avons-nous tant besoin des autres pour exister ? Comment se construisent nos liens ? Pourquoi est-il si important de recevoir des marques d'affection, d'amour, de reconnaissance ?

https://www.youtube.com/watch?v=olPKPIa_TcE

Conférence sur la psychologie positive et la gratitude par Rebecca Shankland effectuée le jeudi 21 juin à Lyon pour la Fondation APRIL.

<https://www.youtube.com/watch?v=yWMBOKynSvY>

EGPE – BORDEAUX-GIRONDE

Gisèle Gizard, Présidente

Co-Présidente de la Fédération des EGPE

Tel : 07 82 14 9694 egpe33@gmail.com www.egpebordeauxgironde.fr

