

LE FIGAR'HOUX

Le magazine par n'houx, pour v'houx

ANNÉE 1, N° 1

FÉVRIER-MARS 2018

EDIT'HOUX

Tout d'abord, l'ensemble des résidents ainsi que l'équipe éducative des Houx tiennent à vous souhaiter une bonne et heureuse année 2018.

Comme vous pouvez le constater, le Journal des Houx fait peau neuve en ce début d'année. Nous espérons que ce nouveau format vous plaira et vous permettra de découvrir de nouveaux aspects de notre quotidien.

Bonne lecture !

DANS CE NUMÉRO :

Le mot de la direction	2
Les sports	3
Interview	4
Arts	5
Culture	6
Poésie	7
Cinéma	7
Cuisine	8



Les Houx

Le JdH devient le FIGAR'HOUX !

Nouvelle année, nouveau nom, nouveau concept !

2018 marque un tournant dans l'histoire de notre projet « journal ». Comme vous le remarquez, cela commence par un changement de nom mais ce n'est pas tout...

Le FIGAR'HOUX se veut la tribune des nos talents et nos passions mais également un moyen de vous partager notre quotidien, nos découvertes via des rubriques sportives, culinaires, culturelles, ludiques, etc. mais aussi via des entretiens avec les personnes que nous

rencontrons au quotidien.

Nous profitons de ce premier numéro de l'année pour vous rappeler qu'un site internet est désormais à votre disposition à l'adresse suivante

www.leshoux.be

FIGAR'HOUX *Le mot de la direction*

Je m'associe à toute l'équipe du Foyer « Les Houx » pour vous souhaiter une très belle année 2018.

Très vite, nous entamons cette nouvelle année avec de nouveaux projets tels que les séjours à l'extérieur du foyer. Le premier se déroulera au mois de mars 2018 et s'organisera essentiellement autour des marches pédestres.

Nous sommes déjà à la recherche d'autres lieux de vacances que nous souhaitons organiser cette année.

Nos bénéficiaires ont assisté à plusieurs représentations théâtrales et un spectacle de danse ce mois de février. Il est prévu de multiplier ces initiatives dans le courant de cette année.

Au mois d'avril, nous organiserons un tournoi de Unihoc (hockey en salle) qui réunira des participants venus de plusieurs établissements.

Dans le courant du mois d'avril, nous participerons à un concours de peinture dont le thème est « Envie d'amour ». Les œuvres seront exposées au salon « Envie d'Amour » organisé par l'Aviq. La thématique abordera la vie affective et sexuelle des personnes porteuses d'un handicap.

En espérant que la lecture de ce journal vous sera agréable. Il sera également publié sur notre site internet: **www.leshoux.be**

La direction du Foyer

FIGAR'HOUX Les sports



Nouvelle année, nouvelle saison pour nos pongistes.

Ce mercredi 31 janvier avait lieu le tournoi mensuel de tennis de table se déroulant à Neufvilles (Belgique).

Certains sont passés à la division supérieure comme Jérémie qui passe de la D3 à la D2 et Jennifer qui passe de la D6 à la D5.

Ci-dessous quelques résultats de nos athlètes:

- **Jérémie:** une victoire et trois défaites. Sont à retenir, la victoire mais surtout le dernier match marqué par un dernier set perdu sur le score de 21-19.

- **Jennifer:** deux défaites et deux victoires dont une sur le score de 13-11 15-13

- **Alexys:** trois victoires dont une sur le score de 11-2 11-13 11-8 et seulement une défaite en division 12.

- **Olivier:** trois victoires dont une sur le score de 8-11 2-11 et seulement une défaite également.

« Rencontre de choc dans cette division IA qui a vu s'opposer Joël et Pascal. »

Duel au sommet

Pour la première fois depuis que nous participons aux tournois organisé par la FOA, deux résidents des Houx se sont confrontés.

Rencontre de choc dans cette division IA qui a vu s'opposer Joël

et Pascal. Les deux camarades font preuves de respect et de fair-play durant tout le match !

Après un premier set serré Pascal prend l'avantage dans ce match en menant 11-8.

1 set 0 mais Joël ne lâche rien et revient directement en remportant le deuxième set 11-8.

Finalement le match se conclut par une victoire de Pascal 11-4 dans le dernier set.



FIGAR'HOUX *Interview*



Sophie pendant son atelier Sophrologie

qualités nécessaires pour exercer ce métier sont l'écoute, l'observation, l'empathie, l'adaptabilité et le pouvoir créer des alliances. La sophrologie est une mé-

Sophie notre intervenante extérieure pour sophrologie : Sophie est une sophrologue qui vient tous les mardis après-midi au sein du foyer pour notre atelier « Sophrologie ». Cela fait 2 ans qu'elle anime notre atelier. Selon elle, les

thode douce psycho corporelle qui offre un panel d'exercices, relaxation dynamiques basées sur la respiration, la stimulation corporelle, la visualisation et des suggestions positives. Nous lui avons aussi posé quelques questions...

Sophie, quelles sont tes influences, inspirations pour préparer tes activités ?

Ma base théorique, mes formations, ce que j'observe en fonction du groupe, en fonction de la personne d'où l'adaptabilité.

Quels sont tes projets pour l'avenir dans ton activité ?

- développer la sophrologie dans les collèges, les lycées.
- développer le cabinet en proposant des thématiques pour séance de groupe.

Hormis l'activité que tu animes, as-tu d'autres passions ?

Oui, les cours Handidanse, les massages et la psychosomatotherapie.

Que veux-tu transmettre comme message à nos lecteurs ?

Bien dans son corps. Bien dans sa tête.

TOUTE L'ÉQUIPE DU FIGAR'HOUX TIENT À REMERCIER SOPHIE POUR SA DISPONIBILITÉ ET SA GENTILLESSE.

FIGAR'HOUX Arts

Depuis le début de l'aventure des Houx, une grande importance est accordée aux activités artistiques et parmi celles-ci: **le projet théâtre.** Pour le moment nous travaillons sur une pièce écrite par les deux éducateurs en charge du projet intitulée «*Mariage au Moyen-âge*».

Premièrement nous avons travaillé la maîtrise du texte et du dialecte employé autrefois. Ensuite nous nous concentrons sur le jeu d'acteur qui va permettre de transmettre les différentes émotions et états d'âme au public lors de la représentation qui se déroulera au sein du foyer.

Chaque semaine, les jeudis matin plus particulièrement, nous avons des répétitions ou nous travaillons en ce moment la mise en scène et le jeu d'acteur.

Le but premier de cette activité est de favoriser l'extériorisation des personnalités les moins extraverties.

« Le but premier de cette activité est de favoriser l'extériorisation des personnalités les moins extraverties. »



Quelques images en exclusivité !



FIGAR'HOUX *Culture*



Dans chaque numéro, Patricia nous fera découvrir un artiste ou une œuvre de son choix

VAN GOGH AU BORINAGE *Naissance d'un artiste*

Van Gogh, né le 30 mars 1853 aux Pays-Bas et mort le 29 juillet 1890 à Auvers-sur-Oise, est un peintre et dessinateur néerlandais.

Son œuvre, pleine de naturalisme, inspirée par l'impressionnisme et le pointillisme, annonce le fauvisme et l'expressionnisme.

Il aspire à devenir pasteur et s'installe en Belgique dans le « Borinage ».

Mais, piètre orateur, il échouera: la réalité quotidienne ouvrière et paysanne retiendra toujours son attention et sa propre immersion dans ces éprouvantes conditions de vie des mineurs du « Borinage ».

S'inspirant de J-F Millet, qu'il admirait, il commença ses premiers dessins auprès des mineurs dans le hameau de « Pâturages ».



ANALYSE *Auto-portrait de l'artiste*

Van Gogh s'est fréquemment pris lui-même pour modèle (plus de 23 portraits réalisés en une dizaine d'années). Il se représente le regard sombre, l'air tourmenté. Il se peint avec une touche vigoureuse et nerveuse. Il pose la peinture sur la toile sous forme de « virgules ».

Cadré en buste, l'artiste se présente en veston: tout concentre l'attention sur le visage. Ses traits sont durs et émaciés, son visage, cerné de vert, paraît intransigeant et anxieux.

La teinte dominante, vert absinthe et turquoise clair, trouve son

contre-point dans sa couleur complémentaire; l'orangé feu de la barbe et des cheveux.

À l'immobilité du modèle, s'opposent les courbes ondulantes de la chevelure et de la barbe qui trouvent un écho amplifié dans les arabesques hallucinatoires du fond.

D'une santé précaire, Van Gogh souffrait de maux de tête violents, accompagnés de diverses crises de délires.

Toute sa peinture sera marquée par ses fragilités psychologiques: jamais on avait peint de cette fa-

çon, avec cette manière épaisse laissant apparaître les traces de pinceaux, sinueuses, torturées et déchirées de couleurs parfois violentes!



FIGAR'HOUX *Poésie*



Dans chaque
numéro vous
sera présenté
un poème
écrit par
CHRISTINE

Constellation

L'étendue du ciel parcourt la surface de la terre.
L'univers visible et invisible se dessine. La nuit
tombée, les étoiles défilent dans le ciel si noir que
vient la tombée de la nuit. Elles brillent de mille
feux, lumineuses et mystérieuses. Mais que savons
nous de ce ciel parfois si bleu et ensoleillé. Et parfois
si pluvieux, neigeux et si noir qui fait peur à voir.
Parmi tout cela, je me pose une question... qui est ce
Dieu qui nous inspire

FIGAR'HOUX *Cinéma*



Le Figar'houx c'est également une
rubrique cinéma !!

Dans chaque numéro, notre cri-

tique cinéma Hervé vous parlera
d'une sélection de films qu'il a pu
voir.

Dans ce numéro, il nous parle
d'un de ses films favoris:

LA FEMME DU BOULANGER

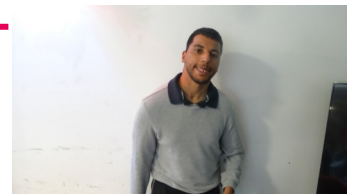
L'un de mes films préférés est « *La
femme du Boulanger* » de Marcel
Pagnol. Il raconte l'histoire d'un
boulangier dont la femme s'enfuit
avec un berger. Ce film datant de
1938 est très plaisant à voir.



L'affiche originale de ce film
datant de 1938

FIGAR'HOUX *Cuisine*

LE PLAT PRÉFÉRÉ DE... *Mohsen*



LE COUSCOUS

INGRÉDIENTS (8 personnes)

- 3 navets
- 3 belles tomates
- 5 belles carottes
- 2 courgettes
- 2 càs de Raz El Hanout
- 1 boîte de pois chiches
- 2 cubes de bouillon de poulet
- 1 càc de harissa
- 12 merguez
- 8 pilons de poulet
- 3 càs d'huile d'olive
- 2 boîtes de concentré de tomate
- 3 càs d'épices à couscous
- 500g de couscous (calibre fin)



Préparation

ÉTAPE 1

Laver et éplucher les carottes, les navets et les tomates et les couper en cubes. Dans la marmite, verser l'huile d'olive, y faire dorer les pilons de poulet. Quand ils sont bien dorés, verser l'équivalent d'1l d'eau.

ÉTAPE 2

Ajouter les cubes de bouillon de poulet, le concentré de tomate, les carottes, navets et tomates, les épices à couscous, le Raz el Hanout et l'harissa. Faites cuire 35 à 40 minutes.

ÉTAPE 3

Laver et couper les courgettes en cubes et égoutter les pois chiches. Une fois les 35 minutes écoulées, rajouter les pois chiches et les courgettes. Remettre sur le feu pour 20 minutes.

ÉTAPE 4

Faire cuire les merguez sur un grill ou à la poêle. Puis rajoutez-les dans la marmite.

ÉTAPE 5

Préparez votre semoule

Prendre un grand saladier en bois et mettre la semoule, ajouter 1 verre d'eau chaude et un filet d'huile olive. Égrainez avec vos doigts pour séparer et imprégner chaque graine de semoule. Mettez la ensuite dans la kess-kass (passoire en haut de la couscoussière) et laisser cuire 10 à 15 minutes.

ÉTAPE 6

Une fois le temps écoulé, remettre dans le saladier en bois saler et mettre du beurre. Mélangez la semoule. Servez ensuite votre semoule, autour les légumes et la viande.



Les Houx

Rue de Pâturages 48

7390 QUAREGNON

Téléphone: 0032 65 22 99 65

Site internet: www.leshoux.be

Comme le dit notre slogan, ce journal sera l'occasion pour nous de vous présenter notre vie au sein du foyer.

Nous profiterons donc de cette tribune pour vous présenter, sous forme d'articles écrits lors de nos réunions de rédaction, notre foyer, les différentes activités auxquelles nous participons, nos visites, nos hobbies, etc.

Toute l'équipe du FIGAR'HOUX vous dit à bientôt pour la suite du récit de nos « belges aventures ».

PAR N'HOUX, POUR V'HOUX !

