# Un repas, des rencontres et beaucoup d’amitié au Boulou

*Repas-rencontre des Pyrénées-Orientales, de l’Aude et de l’Hérault · Samedi 3 octobre 2026*

Le 3 octobre, 22 adhérents des Pyrénées-Orientales, de l’Aude et de l’Hérault se sont retrouvés au restaurant Joa du Casino du Boulou pour notre traditionnel repas-rencontre. Tous ont partagé avec plaisir cette journée placée sous le signe des échanges, des rires et de l’amitié. Nous remercions chaleureusement l’équipe du restaurant pour son accueil, son attention et l’excellent repas servi.




*Les participants réunis au restaurant Joa du Casino du Boulou*

## Se retrouver et accueillir

En début de repas, une présentation de notre association et des actions menées durant l’année a permis à trois nouveaux participants (Isabelle, Vanessa et Philippe) de mieux connaître notre engagement. Ce temps d’échange a rappelé l’importance de rester informés, de partager les expériences et de maintenir des liens réguliers entre les adhérents des trois départements. Nous leur avons réservé un accueil chaleureux, car une première rencontre peut devenir le début d’une belle histoire. Chacun a ainsi pu se présenter, discuter librement et trouver sa place dans une ambiance simple, bienveillante et conviviale.

Nous avons également observé une minute de silence en hommage à nos adhérents disparus cette année : Gilbert Peglion, Monsieur Lacroix, Bernard Groh et, plus récemment, Marlène Lacroix. Une pensée émue a accompagné celles et ceux qui restent présents dans nos souvenirs.

## Des conseils qui font du bien

Après le repas, Nicolas Lopez, kinésithérapeute spécialisé en maxillo-facial et président de la Fédération française de kinésithérapie dans les Pyrénées-Orientales, nous a présenté l’intérêt de certains gestes et quelques techniques simples de massage à reproduire soi-même. Ses explications, accessibles à tous, ont permis de mieux comprendre comment prendre soin de soi au quotidien, avec douceur et prudence. Les

participants ont pu poser leurs questions et bénéficier de démonstrations concrètes, faciles à mémoriser. Ce moment, très apprécié, nous a fait beaucoup de bien. Nous le remercions sincèrement pour sa disponibilité, sa générosité et ses précieux conseils.




*Intervention de Nicolas Lopez, kinésithérapeute*

## Force et résilience

La journée a aussi été marquée par de beaux moments d'émotion. Cocoa fait quelques pas debout, sans son fauteuil roulant, sous les regards bienveillants du groupe. Une pensée très forte pour André, qui, malgré une opération délicate, a tenu, avec son épouse, à être parmi nous. Sa présence nous a profondément touchés. Nos pensées vont aussi à Françoise et à toutes les personnes venues en dépit de leurs douleurs ou des difficultés du moment. Derrière chaque sourire se cache parfois un courage invisible. Cette solidarité, faite de fragilités partagées, de combats, de petits bonheurs et de victoires, constitue la véritable force de notre groupe.

## Un souvenir pour prolonger le lien

Pour clore cette rencontre, chacun a reçu un marque-page accompagné d'un texte symbolisant le lien qui nous unit. Ce petit présent, choisi comme un témoignage d'amitié, prolongera le souvenir de cette journée réussie et accompagnera les prochaines pages de notre histoire commune. Au-delà du souvenir, il rappelle que chaque rencontre compte et que la solidarité se construit aussi grâce à ces attentions modestes, mais sincères.

Nous nous sommes quittés avec le sourire et l'envie de recommencer. Nous espérons organiser deux nouveaux repas-rencontres l'année prochaine. Merci à tous les adhérent(e)s pour leur présence, leur fidélité, leur amitié et leur joie de vivre. Cette force collective fait toute la richesse de notre groupe. Rendez-vous l'an prochain pour de nouveaux échanges, toujours avec autant de sourires et d'amitié et encore plus de personnes !

**Martine Torrent**