

# Signes de Vie

Le journal de l'adapei 31 • n°27 • février 2011

adapei<sup>31</sup>  
l'avenir, ensemble et autrement

## special *Loisirs*

DANS CE NUMÉRO

> DOSSIER LOISIRS:  
Témoignages,  
agenda...



**P**our toute personne, une vie épanouie passe par une vie sociale autour d'un groupe d'amis avec lesquels elle a plaisir à se retrouver pour partager des activités de loisirs qu'elles soient culturelles, sportives ou autres. Les activités de loisirs favorisent l'intégration et la reconnaissance des personnes en situation de handicap par l'appartenance à un groupe et à une communauté. C'est une expérience essentielle qui permet de s'ouvrir au monde grâce au partage d'une passion avec les autres, comme les autres.

Le loisir, pris au sens large (activité sportive, culturelle mais aussi moment de rencontre et de partage d'un temps de convivialité) apparaît comme une source de stimulation sensorielle, intellectuelle et sociale nécessaire à l'épanouissement. Il permet de développer confiance en soi, autonomie...et revêt un certain nombre de fonctions :

**FONCTION SOCIALE**

**FONCTION D'APPRENTISSAGE**

**FONCTION DE DIVERTISSEMENT**

Le loisir est un droit universellement reconnu. Les associations, telle l'adapei 31, proposent des activités de loisirs culturels et sportifs. De plus, depuis 1997 la charte de déontologie reconnaît le droit à l'accès des personnes en situation de handicap aux structures de vacances et de loisirs non spécialisées. Cette charte a été signée par Pierre COHEN, Maire de Toulouse en novembre 2010. En Haute-Garonne, les offres de loisirs culturels ou sportifs en structures spécialisées ou non sont nombreuses et peuvent répondre aux aspirations et envies de chacun.

Ce numéro "spécial loisirs" se consacre surtout au plaisir du jeu qui est parmi les loisirs, de loin le plus important. C'est pourquoi le jeu, c'est à dire ce qui se fait par esprit de gaieté et par amusement, est indispensable à l'existence humaine. Il est bon que l'être humain, au lieu d'être constamment tendu vers "un plus tard" qui peut n'arriver jamais, vive enfin dans un présent qui coule...

La rédaction de ce "Signes de Vie" doit beaucoup aux témoignages qui donnent non seulement un aperçu de quelques possibilités d'activités de loisirs mais illustrent mieux qu'un long exposé ce que ces activités peuvent apporter à ceux et celles qui en bénéficient.

**Le Comité de rédaction remercie les usagers, parents, bénévoles et professionnels qui nous ont apporté tous ces beaux témoignages.**

n°27

Factorial

# Témoignages

**PASCALE, TRAVAILLEUSE EN ESAT, 44ANS,**  
nous raconte

## Club Alouette :

J'y vais depuis longtemps. J'ai été élue présidente il y a 3 ans. C'est bien. On rigole bien. On danse le samedi soir quand on part 2 jours. On part en bus et on rentre le dimanche avec le bus. On choisit ce que l'on veut faire : le cheval, la montagne, le carnaval et les crêpes. Quand on part que le samedi, on va toujours au restaurant, des fois au bowling et on mange toujours bien. Ça me plaît d'aller au restaurant et je suis contente de voir mes copains du Club et tous les animateurs.

## Activité musique :

J'aime faire connaissance avec les instruments. Je chante et des fois j'improvise. La musique me plaît beaucoup et chanter aussi. Je savais pas chanter auparavant, maintenant, oui je sais. C'est loin de mon appartement mais c'est bien d'être loin car comme ça je prends le bus toute seule, sans personne. Maintenant je sais le faire et c'est bien pour moi. J'y vais avec ma copine Muriel le vendredi après midi car je ne travaille pas les vendredis après midi.

## Activité théâtre :

Ça me plaît encore plus car j'aime jouer des personnages qui ne sont pas moi. C'est rigolo d'être quelqu'un d'autre. J'aime faire des pièces sur scène car les gens viennent me voir, rigolent et m'applaudissent. J'aime beaucoup rencontrer des gens que je connais pas et là je peux le faire, surtout quand je joue sur scène. L'été, je pars en stage de théâtre pendant 15 jours. On répète la pièce et à la fin des vacances, avant de partir, on joue sur la scène. Avant, j'osais pas le faire, maintenant je me régale.



Orchestre Domino © adapei31

**MONIQUE, MAMAN DE PASCALE,**  
confirme

Domino, Club Alouette, Pascale est très attachée aux activités qui lui sont proposées ; elle est heureuse d'y retrouver ses amis et trouve auprès des animateurs une écoute attentive et beaucoup d'amitié, ce qui lui donne confiance en elle et a fait progresser dans la sociabilité et l'autonomie. J'avoue que je ne sais comment remercier tous ces bénévoles qui donnent tellement de leur temps et de leur cœur.

**MURIEL, EMPLOYÉE À LA CUISINE CENTRALE, 40 ANS**  
confirme les propos de sa copine

## Club Alouette :

J'aime bien aller au Club Alouette parce que je m'amuse. Je rigole beaucoup avec les animatrices que j'aime : Véronique-Lucile-Nadia-Malika-Eric-Alexandra. Je danse le slow, le jazz, la valse et le rock. J'ai rencontré plein de gens et plein de garçons et ça me plaît.

## Activité musique :

J'aime jouer les instruments. J'aime chanter des chansons. Je chante bien

**MARIE-LAURENCE, ANIMATRICE DE L'ATELIER**  
**MUSIQUE À L'ASSOCIATION DOMINO,**

confirme par son témoignage à quel point,  
théâtre et musique sont des moyens  
pour avancer et se construire :

Muriel participe aux ateliers depuis déjà 5 ans. Cet atelier est pour chacun des participants et pour moi-même un rendez-vous d'amitié. Lorsque Muriel a démarré les ateliers elle était peu communicative, répondant aux questions par des sons sans prononcer de mots. Elle disait tout le temps "sais pas, moi", et n'osait pas faire les exercices corporels. Sur le tapis des instruments elle ne choisissait que les maracas et rien d'autre. Si nous faisons un jeu de sons enchaînés, il fallait la stimuler lorsque c'était son tour. Aujourd'hui Muriel peut chanter une phrase seule, et exprime ses idées très clairement. Elle a une meilleure connaissance corporelle et elle est mieux latéralisée. Elle participe à tous les échauffements avec plaisir. Les instruments n'ont plus de secret pour elle, et lorsque nous faisons un travail d'émotion elle sait très bien choisir l'instrument adéquat. Ses capacités d'attention lui permettent maintenant de prendre sa place au bon moment dans un jeu rythmique. De même que les paramètres qu'elle maîtrise bien, lui permettent de participer aux improvisations musicales. Une complicité est née au fil du temps ce qui nous permet ensemble d'aller plus loin dans ses difficultés. J'ai découvert chez Muriel une grande capacité de persévérance, elle écoute les conseils de l'animateur et essaie longuement de faire ce qui lui est difficile. La complicité avec le groupe est aussi très importante. Muriel aime beaucoup taquiner et rire ; les ateliers sont toujours des moments pour se détendre et se réjouir ensemble. Les ateliers sont construits selon les pédagogies de Marie Jaëll et de Maria Montessori : "L'intelligence est nourrie par l'éveil des sens et le fait de produire un beau son n'est pas le fruit du hasard ou un don inné réservé à certaines personnes. Les personnes handicapées possèdent une grande capacité artistique. Nous éveillons alors leurs sensations tactiles, auditives, visuelles et émotionnelles. Nous utilisons aussi l'expression théâtrale pour permettre une improvisation riche de toute notre humanité.

**Nous serions très heureux d'accueillir de nouveaux musiciens.**



Musique avec Domino © adapei31

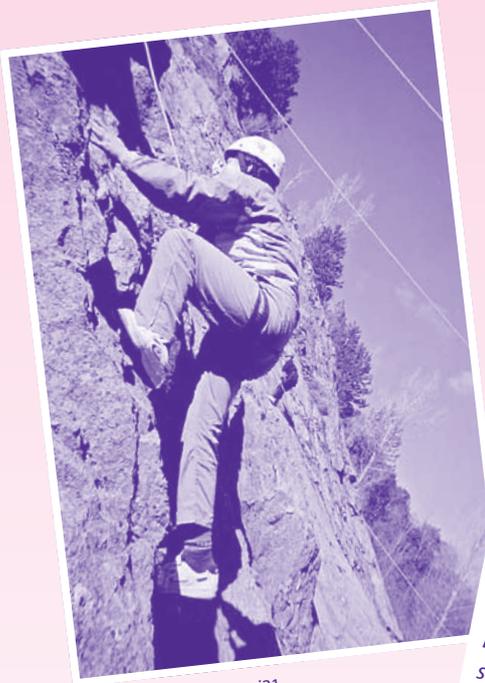
Le dossier thème : Loisirs



**CHLOÉ QUI TRAVAILLE EN ATELIER DE SOUS-TRAVAILLE, 28 ANS**  
témoigne aussi de l'importance des moments de vacances pour construire sa propre histoire comme n'importe quel jeune.

**Vacances en Club :**

Depuis 2 ans, je pars sans mes parents. Toute seule avec plein de gens. Certains je les aime, d'autres moins mais j'ai rencontré mon fiancé Jean Louis. On se téléphone tous les soirs après manger et on tarde de partir cette année en vacances ensemble. Je fais plein de sorties, je vois des spectacles comme Le Puy du Fou ou des courses de taureaux au Pays Basque. Je ramène à ma maman des bonnes choses à manger de mes vacances : du fromage, du sel, du miel, les livres. J'ai fait plein de photos que j'ai mis sur l'informa-tique. Des fois j'envoie à mes copains et en donne à mes collègues de l'atelier. Ah aussi, j'ai fait du bateau sur une île. En vacances, on danse, on promène mais on peut aussi rester tranquille avec son fiancé si on veut. Ça me plaît de faire comme je veux en vacances sans mes parents.



Sortie escalade © adapei31

**JULIANNE, EN FORMATION À SÉSAME MIDI PYRÉNÉES, 21 ANS,**  
est licenciée au CTSA (Club Toulousain de Sport Adapté) ; elle participe également aux activités proposées par l'ASL.

**Très dynamique, elle est inscrite à un cours de danse ouvert à tous, organisé par une MJC.**

J'aime nager, faire des compétitions avec les copains et les copines et surtout, j'aime les médailles. J'aime aussi danser avec ma robe espagnole qui tourne. Et aussi, j'aime les sorties du samedi avec l'ASL sauf quand il y a des raquettes ou de la randonnée.

**NICOLE, SA MAMAN,**  
explique :

Il y a quelques années maintenant, l'ASL31 nous avait proposé un séjour avec activités sportives (randonnée en particulier). Tout d'abord perplexes, car Julianne n'est pas "sportive de nature", son papa et moi avons été convaincus par l'approche de l'ASL31 (capacités individuelles des jeunes), la qualité de son encadrement et le premier séjour fut une réussite totale : la joie de Julianne d'être avec ses copains et copines même si la randonnée n'est pas "sa tasse de thé" ! D'autres séjours à la montagne et dans le Tarn ont eu lieu. Pendant l'année, "les samedis" de l'ASL31 lui ont permis de découvrir de multiples activités sportives, ludiques, de loisirs (ski, raquettes, patinoire, équitation, escalade, accro-ling, cirque... la liste est longue !) Avec ses copains et copines, elle a découvert et appris beaucoup, elle a su se dépasser dans l'effort : quelle satisfaction pour nous, ses parents de la voir si heureuse et si fière de montrer "qu'elle est capable de faire", capable de se "gérer" pendant les séjours, d'apprendre et de savoir-vivre en groupe en dehors du milieu familial. Il n'y a plus de séjours, mais "les samedis" de l'ASL continuent et c'est avec toujours autant de plaisir qu'elle y participe !

Par ailleurs elle est licenciée au Club Toulousain du Sport Adapté section Natation avec entraînement tous les samedis à la piscine Nakache et elle participe aux compétitions régionales : elle est très fière de sa collection de médailles et quand elle n'est pas "sur le podium" ou que le club ne se classe pas en relais, passée la déception, elle rappelle que "l'important est de participer" !

Enfin, depuis cette année elle fait de la danse Sévillane avec ses amies Laura et Annick à la MJC de Saint Jean dans un groupe de débutantes. Assidues, attentives et motivées, elles apprennent et préparent le gala de fin d'année... Toutes ces activités contribuent à son équilibre physique bien sûr mais aussi à son épanouissement mental par le partage de joies, d'efforts et de plaisirs, avec les autres différents comme elle, ou différents d'elle...

**ACCUEIL ET SOUTIEN DES FAMILLES**

L'ASF tient à votre disposition des renseignements concernant les loisirs

**Permanence téléphonique,**  
05 34 41 38 92

tous les mardis de 14h30 à 16h30  
adresse mail : asf@adapei31.com



Danse sévillane MJC de St Jean © adapei31



Sortie équitation de l'ASL © adapei31



CTSA section natation © adapei31

**Témoignages**



# Le dossier Signé Loisirs

**Participer à des activités sportives, partager des moments de détente avec d'autres enfants ordinaires, ces moments ne peuvent qu'aider l'enfant en situation de handicap à dépasser ses limites, à aller de l'avant. Les parents dont les témoignages suivent nous le confirment.**

## YVETTE, MAMAN DE STÉPHANE

*Le papa de Stéphane travaillant à EDF, mon fils peut partir en Centre de Vacances de l'Entreprise. Ils partent en petits groupes de 3 ou 4 personnes, encadrés par une Assistante Sanitaire et 2 ou 3 jeunes titulaires du BAFA. Ils sont intégrés avec les autres vacanciers de la colonie autant l'été que l'hiver. Ces centres s'appellent : "Centres aux pluriels" et depuis qu'il a 5ans, Stéphane en profite.*

## JEAN-MICHEL, PAPA DE LILIAN

*Pour Lilian, le sport et les loisirs sont très importants pour sa vie. Cela lui donne plus de possibilités de mise en confiance, de motivation malgré ses difficultés. Je constate de bonnes retombées sur sa santé, cela lui permet de mieux supporter les aléas de sa vie et lui apporte un plus au travail avec une meilleure résistance. Il joue au football à Ramonville et part en vacances tous les étés à Port Leucate.*

## JEANNE-MARIE, MAMAN DE LAURE

*Laure qui a 37 ans est au Club Alouette depuis 5 ans et y est très heureuse. Elle est toujours impatiente de répondre et de savoir si elle pourra y participer. Elle en revient enchantée. C'est tout à l'honneur des bénévoles qui s'y consacrent.*

*Laure participe également aux stages de théâtre de l'association DOMINO. Elle adore !*



Sortie au plateau de Beille © adapei31



Rencontre de foot à l'adapei31

## BRIGITTE ET SERGE, PARENTS DE JULIEN, 10 ANS

*Julien est un petit garçon dynamique, plein de vie qui adore les sorties et les activités physiques. Nous aimons le sport dans la famille, et nous avons toujours essayé d'associer Julien à nos activités en les adaptant à ses capacités.*

*En 2010, nous avons inscrit notre fils à l'ASL 31. Nous sommes heureux que Julien soit "licencié" comme son grand frère, il s'agit pour nous d'une reconnaissance de ses capacités. Nous n'avons pas encore une longue expérience de l'ASL 31, mais les premiers résultats sont encourageants. Encadré par des animateurs passionnés et motivés, Julien a pu déjà participer à une journée "acro-branches", et plus récemment à une sortie en montagne.*

*Julien est un des plus jeunes enfants du groupe, il nous épaté déjà par ses performances. Notre petit garçon ne peut malheureusement pas nous raconter ses aventures hors du cocon familial et nous exprimer ses sentiments, mais notre instinct de parents nous indique que nous sommes sur la bonne voie...*

## NELLY, MAMAN DE RÉMY, JARDINIER AUX ESPACES VERTS, 32 ANS, nous explique comment une activité qui allie sport et convivialité a permis à Remy de progresser vers plus d'autonomie et de socialisation :

*Mon fils travailleur d'ESAT est inscrit depuis plusieurs années à l'activité tir à l'arc de l'association "Blagnac sport intégré." Il apprécie l'aspect sportif, les compétitions lui permettant des déplacements dans la région et l'obtention de prix et de diplômes valorisants. S'il persévère dans cette activité, c'est aussi parce qu'il est heureux de se rendre à ce cours en autobus avec un camarade, de se retrouver avec des collègues en dehors du travail. La présence et l'accompagnement de ces derniers lui ont permis d'être plus autonome, plus sociable et de maîtriser ses anxiétés. Comme, dans beaucoup de sports, "la 3<sup>ème</sup> mi-temps" lui permet de poursuivre ce moment de détente entre "copains". De la même façon, il ne rate pas les moments conviviaux comme le repas de Noël, l'excursion annuelle.*



Une partie de basket © adapei31



## LES OFFRES DE L'ADAPEI DANS LE DOMAINE DES LOISIRS

Les loisirs comme moyen de solidarité et de lien social font partie depuis très longtemps de notre politique associative.

La commission loisirs et le club alouette sont à la manœuvre depuis longtemps mais aussi depuis quelques années l'ASL (association sportive et de loisirs).

### UN EXEMPLAIRE DE SOLIDARITÉ UNIQUE EN SON GENRE

**LE CLUB ALOUETTE** est une structure originale qui existe depuis 1974 dont le fondateur, Bernard LOULIMBEE a pu être largement applaudi lors du repas dansant organisé par la commission fêtes et loisirs du 24 octobre dernier.



Organisation très souple et indépendante, le Club permet à de jeunes gens tous volontaires, souvent en devenir professionnel, de donner de leur temps et de

leur amitié à des personnes accueillies dans les établissements de l'adapei grâce à l'organisation de sorties ou de courts séjours dominicaux.

Victime parfois de son succès, trop de demandes de participations pour le nombre de jeunes pouvant assurer l'encadrement, les responsables actuels estiment à 30 participants le nombre maximum pour une sortie dans de bonnes conditions.



Une soirée déguisée du Club Alouette © adapei 31

Bénéficiant d'une petite subvention de l'adapei, les activités du club fonctionnent grâce aux contributions des participants même si un certain nombre de gratuités sont accordées à la demande des assistantes sociales. L'ADAPEI ne remerciera jamais assez les animateurs de leur bénévolat sans lequel les prestations seraient beaucoup plus onéreuses. Chaque année, en septembre, le club vit des moments difficiles : trouvera-t-il un nombre suffisant de bénévoles ? En dépit des difficultés d'organisation, quelle meilleure appréciation sur le travail accompli que la réflexion de l'administrateur responsable du suivi des activités, Gérard Azulay : "outre tous les aspects techniques importants mais non

*primordiaux ce qu'il faut retenir c'est la joie que le club apporte à nos jeunes, c'est l'amour qu'ont ces personnes handicapées pour leurs animateurs et c'est l'enthousiasme et la volonté que ces mêmes animateurs mettent pour dynamiser en permanence le club. C'est là un exemplaire de solidarité unique en son genre".*

### Donnons la parole à deux bénévoles

#### VÉRONIQUE

*Au contact des personnes que nous accompagnons, j'ai développé une certaine sérénité, une plus grande écoute et j'ai appris la disponibilité. Quel plaisir intense d'arriver à les comprendre, pour certains à les décoder, de rentrer dans leur monde et d'arriver à les faire participer ! J'essaie de rentrer dans leur bulle, leur univers et me rendre disponible tout au long de la journée. C'est parfois fatiguant car ils nous sollicitent d'autant plus qu'on montre que l'on s'intéresse à eux, qu'on leur donne confiance en leurs capacités et leurs possibilités. En fait pour moi, ce sont de véritables rayons de soleil qui me réchauffent le cœur. Ils me donnent de véritables leçons de vie, de courage, d'acharnement à essayer pour certains de parler, de communiquer, de se concentrer, de marcher quelles que soient leurs difficultés.*

*Les jeunes me donnent l'impression, pour certains de s'ouvrir aux autres, pour la plupart d'avoir envie sans hésiter de découvrir de nouvelles choses. Ils apprennent la solidarité, le respect de l'autre. Pour cela ils apprennent à vivre ensemble en partageant des tâches (faire la chambre, ranger les tables), à aider l'autre, notamment celui qui peut avoir plus de difficultés, à écouter sa parole même quand elle est difficilement compréhensible. Toutes ces sorties se passent dans la bonne humeur, l'envie de rigoler, la spontanéité et l'amitié.*

*Beaucoup de personnes de notre monde dit "normal" auraient à prendre exemple sur eux, qui ont cette "différence en plus"... mais cela n'engage que moi....*

#### MALIKA

*Je ne sais pas réellement ce que je leur apporte, mais je crois qu'ils m'aiment bien, qu'ils sont heureux et qu'ils participent à ce que je propose. Par contre, je sais ce qu'ils m'apportent, à moi.*

*Près d'eux, je retrouve l'insouciance, un peu de mon enfance passée trop vite bien que je sois jeune. Le travail impose des contraintes psychologiquement lourdes et partir avec eux au Club Alouette, me permet de m'oxygéner, de faire une saine coupure avec la vie professionnelle. Les relations sont vraies, spontanées sans calcul. Il n'y a pas de performance à accomplir au Club alouette. C'est cela qui nous donne le plaisir de rire.*

### LIEN SOCIAL

#### Maintenir un lien social entre les familles

La commission loisirs propose des activités ouvertes à tous, adhérents et non adhérents de l'adapei. Cherchant à maintenir des liens de solidarité et d'amitiés entre les familles, elle privilégie des événements festifs : le loto, les voyages et aussi depuis cette année les repas dansants dont le premier qui s'est tenu le 24 octobre permet de tisser des liens avec nos amis des ADAPEI du Gers et du Tarn mais fut aussi une occasion de rencontre pour les personnes accueillies dans les établissements.



**L'association sports et loisirs a été créée à l'initiative de l'adapei pour faciliter et valoriser les activités sportives dans et hors des établissements. Grâce à celles-ci, l'ASL s'efforce de favoriser la rencontre avec d'autres, la socialisation, l'entraide. Une professionnelle de l'IME coordonne l'ensemble des activités proposées. Affiliée à la Ligue Nationale du Sport Adapté, l'ASL permet aux personnes accueillies, en gérant leur licence sportive de participer à des manifestations sportives organisées par la ligue Midi Pyrénées du même nom, et de faciliter les activités organisées par les établissements dans le cadre de leur projet et des projets d'accompagnement personnalisé.**

#### À TITRE D'EXEMPLE NOUS POUVONS CITER :

**Les établissements pour adultes** où est organisée la participation à certaines compétitions sportives de la Ligue du Sport Adapté, les entraînements nécessaires étant assurés par les intervenants sportifs de chaque structure (judo au foyer de vie du Comtal, participation à un championnat de foot au foyer d'hébergement de la Demeure),

**L'IME** où une dizaine de samedis est organisée autour d'activités de pleine nature. Pour les services accueillant les jeunes en intégration, l'ASL a mis en place une activité patinoire le vendredi soir grâce à un intervenant sportif rémunéré par elle et un professeur breveté de la structure. De même une fois par mois, une sortie sur un thème sportif est organisée pour ces mêmes jeunes. Pour vous donner un aperçu de ces journées de plein air, voici de larges extraits d'un témoignage

#### DAVID, ÉDUCATEUR SPORTIF PLEIN D'HUMOUR

*Sortie ô combien sportive de ski de fond à Beille le 29 janvier. Nous décidons de donner le départ depuis le Stadium, symbole du haut niveau sportif toulousain, direction l'Ariège, terre courage. Assise à l'avant avec Pierre-Emmanuel, Camille rentre en communication avec son mp3. Normalement, ces outils sont faits pour que le son soit confiné dans le conduit auditif de son utilisateur. Pour notre bonheur, Camille en fait profiter ses voisins d'habitable. Son voisin, à l'humeur "rieuse", entonne une chanson de la comédie musicale "Notre Dame de Paris". Il demande ensuite la station "Nostalgie". Julianne a le casque vissé sur la tête (pas d'amplificateur vocal !), Bertrand reste calme, Thomas et Louise échantent avec Jean Bernard.*

*Les Pyrénées s'approchent et la route se tord... comme l'estomac de Julianne. La pause s'impose ! Tous arrivés à bon port et chaleureusement accueillis, nous voilà équipés et prêts à glisser. Dès les premiers mètres, chacun s'exécute dans son style :*

*la première tombe sur les fesses, le deuxième est adepte du ventreglisse, le troisième fait des nœuds avec les skis, le dernier joue les funambules. Que de péripéties en 30m ! Persévérants, nos skieurs en herbe sont enfin dans de bons rails, en l'occurrence ceux tracés sur la piste d'initiation. Bon an mal an, nous faisons le tours sans chute. Après avoir évolué sur le plat, je décide de tester le courage de nos jeunes sur une butte qu'il faut descendre. Une fois en haut, attentifs aux consignes, un par un, ils se lancent dans ce défi, jambes pliées, buste penché vers l'avant, mains sur les genoux. Bertrand et Pierre-Emmanuel, après quelques loupés, descendent avec succès. Pour Julianne et Thomas, cela se fait en plusieurs temps mais le but est atteint. Les efforts sont récompensés ; ce défi, aussi modeste qu'il peut paraître, a suscité motivation, persévérance et encouragements ; le speaker de la station scandant des "allez Pierre, allez Pierre". À 12h40, la pause pique-nique s'impose.*

*Reprise des hostilités à 14h ; le second acte a changé de décor, le brouillard du matin, perceptible dans la vallée, a complètement étouffé la station. Toutefois, motivés, nous décidons de faire "le bosc", piste de 1,8km. Julianne et Pierre-Emmanuel s'interrogent : la butte de ce matin n'a rien à voir avec ce qui les attend. Appréhensions, doute de ses capacités, j'accompagne Julianne dans sa descente en la tenant. Nouveau défi réussi, Julianne prend confiance et poursuit l'ascension avec davantage de maîtrise que ses premiers mètres de la journée, Bertrand fait son bonhomme de chemin. La seconde descente se profile, le brouillard se dessine. La piste est bordée d'un splendide contrebas de sapins dans lequel il n'est pas conseillé d'atterrir. Et pourtant Pierre-Emmanuel s'élançait droit dedans. "Tombe ! Tombe !" Crions-nous avec Jean Bernard. Nous étions "large", il lui restait encore deux mètres pour s'arrêter ! Thomas, dans sa formule 1 rouge (sa luge), s'élançait sur cette descente maudite. Lui aussi est attiré par ce "hors piste" non accueillant. Voyant la catastrophe, mon don du sacrifice me poussa à venir couper la trajectoire de cette "luge folle". L'arrêt fut net, sans blessure. Le filet de sécurité, ce fut moi ! Moins souple qu'un cordage mais tout aussi efficace, et mobile en plus. Je rejoins Camille et Louise, avalant les hectomètres. Le brouillard s'épaissit, Camille se calle dans les traces et disparaît dans le brouillard. Louise suit, moins rapide ; je stoppe, agite mes bâtons, l'interpelle pour qu'elle me devine dans ce champ de coton. Finalement, arrivée échelonnée sans problème pour tous. Un chocolat chaud nous est offert à point nommé par la station, au milieu de tous les skieurs courageux restés pour l'occasion.*

*Après une telle aventure, on pouvait penser que le retour en véhicule serait très calme. À croire que l'air de la montagne les a revigorés ! Camille entre à nouveau en contact avec les "esprits" de son mp3, parlant avec Mickaël Jackson, dans une gestuelle très théâtrale. Thomas derrière moi, parle, chante face à la vitre en écho à Camille. Pierre-Emmanuel et Julianne, reconnaissables à leur rire, ne sont pas en reste. Louise et Bertrand sont plus calmes et moins bruyants. Retour à 18h15 pile !! Certains, comme moi, n'ont pas dû faire "long feu" ce samedi soir...*

**Pour en savoir plus sur les activités de l'ASL, n'hésitez pas à vous rapprocher des intervenants sportifs ou des Directions d'établissement.**

## LES ACTIVITÉS EXTRA-PROFESSIONNELLES À CLERMONT CAPELAS

En semaine, après le travail, le foyer d'hébergement organise des activités de loisirs qui permettent aux travailleurs de se détendre en petits groupes en participant à divers ateliers sous la responsabilité d'animateurs spécialisés ou d'éducateurs du foyer. L'objectif est de répondre au maximum aux demandes des résidents, de favoriser leur intégration dans les clubs de proximité. Ces activités concernent le théâtre, la musique, le vélo, cette dernière activité étant organisée dans le cadre de l'ASL par un animateur sportif ; parfois le cheval trouve des adeptes, le tennis permet à certains de s'intégrer régulièrement au club du village de Fontenilles. Il est également possible de participer à titre individuel à un atelier "danse de salon" à Fonsorbes.

Le week-end, des sorties collectives sont organisées : mer, montagne selon la saison, mais aussi activité culturelle (par exemple visite au salon de la BD à Colomiers, cinéma), parti-

icipation à des manifestations locales et bien sûr activités de simples loisirs entre copains pour se détendre comme les sorties au bowling, au restaurant, à la patinoire, à la piscine. Les activités peuvent alors s'organiser en petits groupes de 2 à 3 personnes.

Pour le foyer logement, l'objectif est de se rapprocher d'un mode de vie le plus normalisé possible en utilisant les ressources de l'environnement immédiat et en faisant appel aux capacités d'autonomie des personnes dans le respect de leur individualité.

Aussi les loisirs sont-ils davantage organisés à la demande et s'efforcent de favoriser l'intégration dans des clubs sportifs (sport de combat, judo, gymnastique) ; après un premier temps nécessitant un accompagnement éducatif, le foyer a des adeptes du tir à l'arc et de la piscine. Les sorties en groupe ne sont organisées qu'à la demande des résidents.



### PORTES OUVERTES

Journée portes ouvertes  
le 18 mai 2011  
ESAT les ATELIERS du COMMINGES  
ZAC de Bordebasse  
31800 Saint-Gaudens

## LE TRAVAIL EST AUSSI UN FACTEUR D'INTÉGRATION

### SESAME MIDI-PYRÉNÉES



Les rencontres Entreprises Handicap © adapei 31

Pendant la 4<sup>ème</sup> semaine Nationale pour l'emploi des personnes handicapées, le club "réussir ensemble" a organisé le 18 novembre 2010 à Entiore, la 2<sup>ème</sup> édition des "rencontres Entreprises Handicap", un forum à destination des entreprises et des personnes en situation de handicap. À cette occasion, 6 adolescents et adultes du SESAME Midi-Pyrénées ont rencontré des entreprises, ont échangé avec des employeurs à l'écoute et se sont essayés à l'entretien individuel d'embauche. Afin d'optimiser cette démarche, un travail de préparation en amont a été effectué par les

chargés d'insertion du SESAME : CV, lettre de motivation, simulation d'entretien...

Cette journée a permis de nombreux contacts dans des secteurs d'activités variés tels que la restauration, la grande distribution, le monde associatif et privé. Les jeunes ont pu déposer leur candidature soit pour une demande d'accès à un stage, ou une demande d'accès à un emploi.

A l'issue de ce forum, le carnet d'adresses du SESAME s'est enrichi, les attentes des entreprises ont été mieux ciblées et comprises et les chargés d'insertion qui accompagnaient les jeunes, ont pu lever quelques doutes et quelques craintes chez les employeurs qui n'osent pas embaucher des personnes déficientes intellectuelles.

Nous remercions M. Gérard LANSAC, Président du club "réussir ensemble", père de Frédéric, et toute son équipe, de nous donner l'occasion de renforcer notre action d'inclusion. Aujourd'hui nous poursuivons nos rencontres régulières avec les différents partenaires pour sensibiliser les salariés de l'entreprise aux potentialités et difficultés des futurs stagiaires ou employés, pour les assurer d'un accompagnement adapté à la situation de chaque personne, l'amenant vers l'emploi et lui permettant l'accomplissement de son projet de vie.

### ESAT CLERMONT-CAPELAS

#### Daniel Caumont et Danièle Debernardi, travailleurs témoignent de leur engagement

La fermeture de l'atelier de Colomiers aura permis de regrouper les deux ateliers de sous-traitance de Fontenilles et Colomiers.

Cela nous permet d'avoir de meilleures relations avec nos clients avec lesquels nous engageons des relations permanentes pour essayer de réaliser les marchés qui nous sont proposés à des prix favorables.

Cela nous permet de donner du travail et de la reconnaissance à nous, les Travailleurs et aux professionnels, avec une équipe de soutien permanent sans quoi cela ne nous permettrait pas de fonctionner comme en ce moment.

Le repas de fin d'année avec une animation musicale s'est déroulé au restaurant "Le Ratelier" à la forêt de Bouconne. Cela permet à tous les Travailleurs de se rencontrer avant les Fêtes de fin d'année au cours d'un moment festif.

Vie des Habitués



# Infos

## DEUX D'UN COUP AU VIGNALIS

35 ans au service des personnes en situation de handicap pour Claude Fabre, 25 ans pour Bernard Onidi, des années riches de combat pour développer les offres de service de l'adapei, des souvenirs heureux pour le travail accompli, la trace de quelques souvenirs plus difficiles tels que toute vie professionnelle peut en générer, voilà ce qui ressort des discours entendus ce 27 janvier. Humour, émotion, amitié, ont caractérisé ce moment de convivialité où se sont retrouvés collègues des "postulants à un repos bien mérité", administrateurs de l'adapei et famille des "heureux élus". Ce fut l'occasion d'introniser les remplaçants : Denys Chevallier pour la MAS, Françoise Lofficial pour l'ESAT Vignalis - Occitan, le foyer d'hébergement La Demeure et l'UAAVS et, pour le département Formation, Sylvie Gallien qui est également Secrétaire générale de l'adapei du Tarn. Henri Grechez a précisé que lors de son assemblée générale, l'adapei 31 aura l'occasion de remercier Claude Fabre et Bernard Onidi pour leurs bons et loyaux services, au nom de toutes les personnes qu'ils auront accompagnées dans leur activité professionnelle. Nous reprendrons pour terminer la conclusion du propos de Louis Marzo, le Directeur Général qui leur a souhaité bon vent.



Claude FABRE et Bernard ONIDI, entre rire et émotion ©adapei 31

**Directeur de la Publication**  
Henri GRECHEZ

**Groupe de Rédaction**  
Christèle CAMMAS  
Michèle CHAVE  
Françoise DARMAILLACQ  
Nicole DEIBER  
Nicole DUCOUSSO  
Serge VIALONGA

n° ISSN 1761-7995

**Conception graphique**  
Pascal PARISELLE

**Impression**  
Imprimerie 34

**Photos**  
© adapei 31

**Siège Social**  
24 bd Riquet  
BP 51507 - 31015  
TOULOUSE cedex 6  
Tél. 05 34 41 38 70  
www.adapei 31.com

## À VOS AGENDAS

### Agendas de la Commission fêtes et loisirs

Du 10 au 13 juin : voyages à La Rochelle

Dimanche 16 octobre 2011 : repas dansant

Dimanche 20 novembre 2011 : loto de l'adapei à Balma

### Agendas du Club Alouette

- **19 mars** : une sortie au Restaurant ANIMAE et une séance de CINÉMA
- **23/24/25/ avril** : un week-end au Pays Basque, Saint Jean de Luz, Biarritz
- **21 et 22 Mai**, après l'Atlantique, la Méditerranée, une sortie à Port Leucate
- **25 juin** : tous en piste pour un repas/spectacle au Cabaret

## DES NOUVELLES DE L'AGAPEI ET DES ASSEMBLÉES GÉNÉRALES À VENIR

Le 15 janvier 2011, les conseils d'administration des trois associations se sont réunis pour désigner les membres du Conseil d'administration de l'AGAPEI. En attendant, l'aboutissement des procédures de transfert des agréments, sa première tâche sera de travailler sur le projet associatif de la nouvelle association en s'appuyant sur ceux des trois associations partenaires.

Une Assemblée Générale Extraordinaire (AGE) se tiendra le samedi 25 juin 2011. Elle aura principalement pour objet l'acceptation des mandats de gestion des établissements que l'adapei 31 confiera à l'AGAPEI pour la période juillet-décembre 2011.

Cette Assemblée Générale Extraordinaire sera nécessairement précédée courant juin par une Assemblée Générale Ordinaire (AGO) et une assemblée générale extraordinaire (AGE) de l'adapei.

Au menu et dans le désordre, toilettage du projet associatif tel qu'il avait été suggéré à l'AGE de juin 2010, aménagement des statuts pour tenir compte de l'existence de l'AGAPEI, désignation des porteurs de voix pour l'AGE de l'AGAPEI et autres points d'un ordre du jour traditionnel d'une AGO. Le Conseil d'administration de l'adapei vous remercie par avance de votre participation !

### La composition du conseil d'administration de L'AGAPEI

Nom	Fonction à l'AGAPEI	Adapei d'origine
<b>Henri GRECHEZ</b>	Président	ADAPEI 31
<b>Annie PUECH FOURNIER</b>	Vice-présidente	ADAPEI 81
<b>Jean Bernard BOUCHER</b>	Vice-président	ADAPEI 32
<b>Françoise DARMAILLACQ</b>	Trésorière	ADAPEI 31
<b>Jean Marc PUYRAIMOND</b>	Trésorier adjoint	ADAPEI 81
<b>Martine PICARD MESSELIER</b>	Trésorière adjointe	ADAPEI 32
<b>Gérard CATUSSE</b>	Secrétaire	ADAPEI 81
<b>Alain MATHIO</b>	Secrétaire adjoint	ADAPEI 32
<b>Michèle CHAVE</b>	administratrice	ADAPEI 31
<b>Christian MAZET</b>	administrateur	ADAPEI 32
<b>Amande ROQUES</b>	administratrice	ADAPEI 81
<b>Michel SABLAYROLLES</b>	administrateur	ADAPEI 31

## DES SORTIES EN FAMILLE :

### Le salon AUTONOMIC SUD,

Il se tiendra les 21 et 22 avril. Vous y attendent professionnels et associations, tous acteurs du handicap et de la dépendance œuvrant pour l'autonomie à tous les âges de la vie. La ville de Toulouse tiendra un stand sur le thème "Toulouse Culture et loisirs" : la culture en mouvement, les espaces verts - lieux d'agrément - de socialisation et de pédagogie, les loisirs et les activités sportives, la charte de déontologie de ses structures d'accueil. Le pôle handicap de la mairie présentera ses travaux.

### Le festival du jeu de Toulouse

L'Association L'ALCHIMIE DU JEU organise le 10° anniversaire du FESTIVAL DU JEU les 22, 23 et 24 avril prochains au parc des expositions halls 7 et 8. Le thème sera cette année, les jeux de société avec une attention particulière portée sur l'accessibilité.

**Venez nombreux !**

