

CONTACT 35

Lettre d'information aux acteurs de l'APF d'Ille-et-Vilaine

Hors série 2010 N°2 — Loisirs

SOMMAIRE

- Page 1 :
Edito & le droit aux loisirs
- Pages 2 et 3 :
Les loisirs de la DD35
- Pages 4 et 5 :
Pages des Sports : La course des héros, sport adapté et handisport
- Page 6 :
Les Services accompagnateurs : Les escapades d'Handistar et Handicap services 35
- Page 7 :
Associations diverses : Aramis danse, loisirs Pluriels
- Page 8 et 9 :
Balades, randos et sorties en Ille & Vilaine ; Structures adaptées
- Pages 10
violon d'Ingres d'adhérents
- Page 11 :
APF évasions
- Page 12 :
Partir en vacances — Concerts

Édito



Cher(e)s ami(e)s, cher(e)s adhérent(e)s,

En juillet 2009, nous vous présentons notre premier numéro hors série du Contact35. Nous l'avons consacré aux transports accessibles ou adaptés existants en Ille et Vilaine. Nous souhaitons alors pouvoir éditer un numéro par an sur un thème spécifique en complément des 4 numéros trimestriels.

A l'approche de l'été, nous vous proposons donc notre second numéro Hors série du Contact35 dédié celui-ci aux loisirs accessibles ou adaptés aux personnes en situation de handicap, en particulier les offres de proximité.

Cette présentation est loin d'être exhaustive et nous vous invitons de nouveau à la compléter, à réagir sur ce thème, nous envoyer vos témoignages, vos expériences... Nous publierons vos articles dans un numéro trimestriel. Partageons nos informations, nos idées, nos découvertes... Que le Contact35 devienne un véritable lien et un outil de communication entre nous !

Nous vous souhaitons une très bonne lecture !

L'équipe de rédaction du Contact35.

SE DISTRAIRE : UN DROIT POUR TOUS !

Le droit aux loisirs pour les personnes en situation de handicap est inscrit dans la **Convention Internationale des Droits de l'Enfant** (article 31). Pour tous les jeunes, le temps libre doit être synonyme de ruptures, de découvertes, d'apprentissages et de rencontres. Qu'en est-il de ce droit aux vacances et aux loisirs pour les jeunes en situation de handicap ?

Les exigences éducatives issues notamment des valeurs de solidarité réclament **l'accès et la participation de tous à des séjours collectifs**. Le temps des vacances et des loisirs est aussi un levier pour changer le regard porté par notre société sur le handicap. Sa prise en compte dans les projets éducatifs et pédagogiques des séjours permet les échanges, les interactions entre enfants et équipe d'encadrement.

Depuis le 30 juin **1975, le droit aux vacances et aux loisirs pour les personnes en situation de handicap est reconnu** par la loi française. Pourtant, organisateurs, équipes éducatives, familles et jeunes en situation de handicap revendiquent encore l'application de ce droit.

Disposer des moyens humains et financiers effectifs afin d'organiser des vacances et des loisirs de qualité pour tous reste une préoccupation régulièrement rappelée notamment dans la loi du 11 février 2005.



LOISIRS DD35

Les Loisirs : une des priorités de votre délégation

La Délégation s'attache à mettre en place diverses formules de loisirs (véritables moments de détente) pour tous les adhérents, quelque soit leur situation. Ainsi nous souhaitons contribuer à l'accès aux loisirs pour tous, rompre pour certains l'isolement en participant à ces moments de convivialité.

Les sorties à la journée avec le groupe « Découvertes », porte bien son nom. Dirigé par Noël FRIGNAC et René LEFEUVRE, le planning dressé à l'année, indique la série des dates et des lieux à visiter qui sont majoritairement ciblés hors de Rennes. Comme des explorateurs en herbe, ce groupe se lance à la découverte de sites, de musées, de zoos, de grands parcs, etc... ; il fait naviguer entre autre et avec un brin de rêverie, dans le monde médiéval des châteaux dont le mobilier en l'état, les armoiries, les portraits ou les riches fresques, racontent dans un ensemble parfait, une histoire fabuleuse. On y rencontre parfois les châtelains (Duc et Duchesse de... Comte et Comtesse de...). Le rituel de ces journées est toujours le même : déjeuner à 12h, et à partir de 14h, c'est l'heure réservée à la visite du jour. Le retour à Rennes s'articule toujours aux alentours de 18h. *Recevez le programme en vous inscrivant sur la liste du groupe « découvertes » auprès de la DD35. A venir : promenade sur la Mayenne, le parc des Alligators, le Parlement de Bretagne (...)*

Le groupe « Amitié » dont Anne de FREMOND est la tête d'affiche depuis plusieurs années, est un autre genre qui propose des retrouvailles paisibles tous les lundis après-midi, de 14h à 17h, à la salle Albert ORY, sis au 40, Boulevard Charles PEGUY. C'est un appel à la détente dont l'activité principale est des jeux de société. Les groupes sont attablés autour d'un jeu différent, selon les goûts (scrabble, rumicube, belotte, etc...). A 16h, un goûter composé au choix, de café, de chocolat, de sirop, de crêpes en certaines occasions, et le tout, accompagné de petits gâteaux, est gracieusement offert aux participants du jour. Ce groupe fonctionne toute l'année de manière non-stop, hormis les jours fériés.

Concernant **les séjours-vacances**, la délégation35 en propose entre **4 et 6 chaque année** de durées variables:

Situé généralement en Septembre dans une structure bien adaptés aux normes requises (gîtes, village vacances), Françoise RICCONE, à la demande d'Anne de FREMOND, a pris la relève, pour mettre en place après de minutieuses démarches, un séjour de cinq à six jours. Un programme bien huilé prévoit à l'avance la série de visites qui agrémentent le séjour au jour le jour. Le système mis en place prévoit des bénévoles qui prennent en charge ceux des adhérents qui ont besoin d'assistance. Dans cette ambiance, les relations entre adhérents et bénévoles sont spontanées et très sympathiques.



Un séjour d'été d'une semaine est proposé chaque année par Nelly BAGUELIN. Trois mois après, c'est le retour du camp, le temps d'un week-end, histoire de se retrouver encore pour un plaisir partagé en se remémorant les vacances passées ensemble. Ces camps d'été se déroulent de manière globale, dans des maisons rurales où parfois des salles de classes sont transformées en dortoirs. Cela ne dérange nullement les vacanciers qui considèrent que tous ces petits changements inhabituels sont une espèce d'aventure agréable à vivre ! Dans cette formule, il y a un aspect particulier très appréciable : il y a, chaque été, des cuisinières bénévoles (souvent c'est la même équipe), qui font elles-mêmes le marché, préparent le petit déjeuner, le déjeuner et le dîner. Ici également, le programme des lieux à visiter est bien ficelé, avec des horaires très précis. Entre toutes les sorties, les pique-niques, la soirée au restaurant, la soirée barbecue, les soirées au camp et la dernière soirée déguisements, ces moments d'évasion sont une détente très appréciée de tous, car ils nous sortent agréablement de notre quotidien parfois sans saveur hélas !

En plus de ces deux séjours, Stéphanie, animatrice de la délégation, se charge avec l'aide d'une équipe de bénévoles d'en organiser deux, un en hiver et un autre en été. S'ajoutent de courts séjours avec des weekend autour de thèmes de sorties précisés dans la suite.

Loisirs DDD35

LE GROUPE LOISIRS avec Stéphanie, animatrice

Char à voile à St Malo : la Surf School possède 3 chars à voile doubles qui permettent aux personnes handicapées de faire du char accompagnées par une personne valide. Le personnel est très sympa. On trouve des toilettes adaptées juste à côté du centre. Seul bémol à l'exercice de ce type d'activité : la météo ! il faut en effet un temps bien adapté au char à voile : c'est à dire du vent, mais pas trop non plus...



ULM au Val Saint Père près du

Mont Saint Michel : le pilote est un ancien infirmier qui connaît bien le handicap. Il accepte toute les pathologies sauf contre-indication médicale.

Séjour Ski dans le Jura à la ferme Léonie. C'est une structure APF très accessible : étage avec ascenseur, chambre double et gîte appartement totalement adapté. On peut y faire du ski fauteuil et des balades en chiens de traîneaux. Il y a également une liste des visites accessibles aux personnes handicapées.



Bowling à Cap Malo : cette activité est très appréciée des personnes handicapées. Son exercice est facilité par l'utilisation d'un support avec une gouttière pour la boule. Cette « sortie » est très sympa et conviviale car il est possible, en plus, de déjeuner au restaurant du bowling.



Activité handisport : sarbacane, boccia, tous les lundi (hors vacances scolaires). Le groupe participe même à des compétitions.

Autres sorties « loisirs » du groupe :

Week-end Nantais avec : journée au puy du fou, visite d'un vignoble, balade sur l'Erdre... Les balades sur l'Erdre se font, en groupe, sur un bateau accessible pour les fauteuils manuels. La difficulté est d'avoir à descendre une passerelle très en pente pour atteindre le bateau.

Cinéma à Cap Malo : toutes les salles sont accessibles

Visite du reptilarium à Pontorson : tout est accessible.



Page Sportive



La course des héros Réveillez le héros qui sommeille en vous !

Vous aussi, relevez le défi de la Course des Héros !

- > Contribuez à financer les projets de votre association. D'ici le 6 juin 2010, vous réunirez 300 € de dons auprès de vos proches et amis.
- > Faites vous du bien et partagez votre effort. Le 6 juin 2010 à Paris, vous courrez à l'ère dans le bon sens, accompagné de personnes de tous horizons.
- > Have fun ! Participez à une grande fête de la générosité. Après la course, venez profiter d'une ambiance conviviale (pique-nique, concert...).

Le 6 juin 2010
"He de Monsieur"
Monsieur
Séverin
Bouillon
Bouillon

Courez pour l'Association des Paralysés de France
www.coursedesheros.com



Le site Aiderdonner.com organise en région parisienne le 6 juin 2010

« la Course des Héros »

pour collecter des fonds pour une quarantaine d'associations. Chaque participant s'inscrit et s'engage à collecter au moins 300 € pour l'association de son choix avant la date de la course.

L'APF peut être choisie comme association bénéficiaire.

Le siège reversera le montant des sommes collectées par chaque coureur ayant choisi l'APF à la délégation de son département. Souhaitons que l'équipe APF soit nombreuse et motivée le 6 juin prochain à la course des héros et qu'elle continuera à cette occasion à faire évoluer le regard sur les personnes en situation de handicap.

Renseignements pratiques auprès de chaque délégation départementale.



LE SPORT ADAPTE

Le Comité Régional du Sport Adapté de Bretagne dépend de la Fédération Française du Sport Adapté (FFSA) et du Ministère de la Jeunesse et des Sports.

OBJECTIF : permettre à toute personne handicapée mentale ou psychique, quelles que soient ses capacités, de pratiquer la discipline sportive de son choix dans un environnement favorisant son plaisir, sa performance, sa sécurité et l'exercice de sa citoyenneté.

PRATIQUE DU SPORT ADAPTE : Le sport adapté s'adresse aux enfants et aux adultes répartis en catégories d'âge : Poussins, Benjamins, Minimes, Cadets, Juniors, Seniors et les Vétérans. Le sport adapté peut être pratiqué par les licenciés en sport compétitif ou bien en sport loisirs, sous diverses formes :

1. les activités motrices concernent les personnes qui, en raison de leur handicap, ne peuvent avoir accès d'emblée à une pratique compétitive
2. le sport loisir adapté : c'est le sport pratiqué sans enjeu de compétition, et pour le plaisir, pendant les heures de temps libre et les vacances
3. le sport de compétition : la compétition en Sport Adapté est organisée, selon le niveau de capacité des sportifs, en trois divisions
4. le sport scolaire adapté qui propose des programmes de pratiques sportives spécifiques pour les jeunes en statut de droit à la scolarité, quelles que soient leurs capacités.
5. le sport paralympique accessible à des sportifs capables de réaliser des performances les sélectionnant aux compétitions internationales

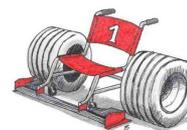
LES ACTIVITES :

Le football, le tennis de table, le badminton, le tir à l'arc, le Basket-ball, la natation, les activités motrices en salle et en milieu aquatique, le cross, l'athlétisme, l'équitation, la pétanque, la randonnée, les activités nautiques ainsi que des nouvelles activités comme l'escalade, le hand-ball, le kin-ball... Sur une saison, il peut y avoir une cinquantaine de manifestations régionales.

Comité Régional de Sport Adapté de Bretagne - 20, Avenue Victor Le GORGEU - 29200 Brest - Tél. / Fax : 02 98 01 81 85 - <http://www.sportadaptebretagne.fr/>



PAGE DES SPORTS



Les 10e Jeux Paralympiques, qui se sont déroulés en mars dernier à Vancouver, confirment la hiérarchie mondiale établie lors des précédents Jeux de Turin en 2006 : la Russie triomphe avec 38 médailles dont 12 d'or, suivie de l'Allemagne, 24 dont 13 d'or ; les Canadiens se hissent à la troisième pla-

ce, au détriment de l'Ukraine. La France plonge à la 11e place (sur 21 nations classées), perdant 7 places, 6 titres olympiques et 9 médailles par rapport à 2006. L'objectif de la Fédération Française Handisport de figurer parmi les dix premières nations est donc raté d'une médaille, au profit de

l'Italie. Les français ne concourraient qu'en ski alpin, nordique et biathlon, le curling en fauteuil roulant et le hockey-luge étant des disciplines encore embryonnaires en France. Les prochains Jeux Paralympiques d'hiver seront organisés en 2014 en Russie, à Sotchi, ville voisine de la Géorgie.

HANDISPORT - CDH 35

Le Comité Départemental Handisport d'Ille et Vilaine (CDH 35) propose à ses adhérents une palette d'activités sportives :

Athlétisme
Basket Fauteuil
Boccia
Céci Foot
Char à Voile
Cyclisme
Equitation
Escrime

Fléchette Pendulaire
Haltérophilie
Hand-Bike
Judo
Natation
Pétanque adaptée
Plongée
Rugby Fauteuil

Sarbacane
Tennis
Tennis de Table
Tir à l'Arc
Tir Sportif
Torbball
Voile
Vol à Voile



Contacts CDH 35 : Maison Départementale des Sports - 13b, avenue de Cucillé- 35065 Rennes Cedex - Tél : 02 99 54 67 86 - Internet : www.handisport35.org



PROJET D'ECOLE DE TENNIS HANDISPORT

Le Club de Tennis de la Guerche de Bretagne a pour projet de créer une section handisport pour les enfants (dans un premier temps) ayant un handicap moteur. Ce projet a pour but de rendre le SPORT accessible à tous ceux qui le souhaitent et qui ne trouvent pas de club pour les accueillir. Les personnes intéressées par ce projet se manifeste auprès du club.

Tennis Club La Guerche-de-Bretagne : courriel : tclaguerche@fft.fr

Info du CLIC de Vitré Communauté géré par le CCAS - 4, jardin de La Trémoille à Vitré (35500). Tel : 02.99.74.33.01. Courriel : clic.vitrecommunaute@ccasvitre.fr



Services offrant des loisirs

Les Escapades d'Handistar



Vite ! Une Escapade ! Ce jour-là, 14 personnes s'étaient inscrites pour un remake de « Singin' in the rain », tous parapluies ouverts et sourires déployés. L'objet ? Une Escapade à la Chapelle-des-Fougeretz où les clients d'Handistar pouvaient découvrir le jardin marocain avant d'être accueillis par l'adjoint au maire. Le tout entre accueil/apéritif et déjeuner convivial. Un exemple de ces propositions de sorties organisées tout au long de l'année par Handistar avec une particularité : ce sont les clients qui les choisissent.

Une exposition aux Champs Libres - « Meurtre à l'Espace des Sciences » - pour plonger dans l'univers de la police scientifique ? Le spectacle Holiday on Ice 2010, histoire de « glisser » en musique ? Ou une visite dans les coulisses d'Ouest-France ? Au demeurant, de ces trois propositions d'Escapades faites au printemps dernier aux clients d'Handistar, ce sont les deux dernières qui ont remporté tous leurs suffrages.

Le principe est simple : chaque trimestre, l'équipe d'Handistar présente trois idées de sorties dans Le Mag adressé à tous les clients. Ce sont ces derniers qui élisent celle qui les séduit le plus, au téléphone, par fax, par mail ou encore sur papier.

Si, en général, une Escapade est ainsi validée, ce printemps les clients ont pu tout à la fois rêver au spectacle Holiday on Ice, présenté dimanche 18 avril à Rennes, et découvrir mercredi 19 mai les rotatives longues de 40 m d'où sortent chaque nuit les éditions papier du journal Ouest-France. Soit une visite de 2H.

Les clients inscrits peuvent se faire accompagner, d'amis ou de membres de leur famille, sachant que des conducteurs-accompagnateurs d'Handistar sont toujours présents à leurs côtés.

Une formule qui remporte un succès croissant depuis 3 ans déjà et qui fait partie du projet d'entreprise depuis le renouvellement de la délégation de service public par Rennes Métropole à SRTS (Groupe Keolis).



Pour Handistar, il s'agit bien d'offrir à sa clientèle un service complémentaire à celui de transporteur proprement dit en donnant la possibilité aux personnes de sortir et de se divertir via des propositions à caractère culturel, sportif, de loisirs.

D'un premier pique-nique à la découverte de l'Ecomusée de la Bintinais, d'une pièce de théâtre suivie d'une rencontre avec les comédiens à la visite de jardins ou d'expositions,...autant d'exemples divers et variés d'Escapades qui, toutes, permettent aux clients de se retrouver, de se rencontrer, d'échanger mais aussi de tisser des liens avec le personnel d'Handistar.

Escapades réservées aux clients (es) d'Handistar et leurs accompagnateurs sur Rennes Métropole. Renseignements au 02.99.26.05.50.

HANDICAP SERVICE 35 (RENNES)

ZA Le Boulais 35690 Acigné - Tel : 02 23 21 01 01 courriel : handi.serv-35@wanadoo.fr

Services réservés à l'accompagnement des personnes dans la vie sociale

(sortir, faire des courses, démarches administratives)

Antenne Pays de Saint Malo – 11, rue Claude Bernard – 35400 Saint Malo – Tel. : 06.72.46.29.48.

Antenne Pays de Vitré – Tel. : 02.23.21.01.01.

Antenne Pays de Redon – CCAS : 7 rue des Douvres – 35600 Redon – Tel. : 06.85.94.76.71.

Associations diverses

Association ARAMIS : danse adaptée

L'association a été créée en 2006 par Françoise Le Normand, professeur de danse et chorégraphe, DDE et diplômée handidanse national. Après une carrière professionnelle de plus de 29 ans, elle enseigne maintenant auprès d'un public à mobilité réduite, enfants, adolescents, adultes et personnes âgées et dirige l'association ARAMIS qui a pour but de rendre accessible aux personnes handicapées et valides la pratique de la danse. La Compagnie ARAMIS est donc composée de danseurs en situation de handicap et de danseurs valides. Les ateliers, adaptés aux possibilités des participants, se déroulent, à raison de 2 par mois d'octobre à juin, à la MJC du Grand Cordel, avenue des plantes à Rennes. Pour tous renseignements sur les conditions d'adhésion et l'organisation des ateliers : ARAMIS : Tel. 06.12.42.32.25 ou par courriel : aramisdanseadaptee@orange.fr; contact@aramisdansehandicap.fr; ou sur le site www.aramisdansehandicap.fr.



L'Association CHRISTAL

Présente en Ille et Vilaine depuis 1992, elle développe son action dans le domaine de l'accueil temporaire, en weekend ou semaine, organise des séjours de vacances à thème et mets en place des activités ponctuelles de loisirs. Au fil des ans, l'association s'est spécialisée dans l'accueil adapté afin de répondre aux problèmes de solitude et d'isolement des personnes présentant une mobilité réduite et répondre aux besoins de répit des familles. Elle propose une variété de séjour principalement en France à la montagne et à la mer ainsi que des courts séjours et weekend en Ille et Vilaine. Vous pouvez prendre contact en vous adressant à son siège : **Les Travaux à GEVEZE 35850**, tél/fax **02 99 39 89 03** ou au 06 10 20 53 08, par courriel ass.christal@wanadoo.fr et consulter son site www.association-christal.fr

LOISIRS PLURIELS : Centre de Loisirs pour enfants valides et handicapés

« handicapés ou non, ils jouent ensemble ! »

Fondé en 1992 à Rennes, Loisirs Pluriel s'est donnée pour but de favoriser, dès le plus jeune âge, la rencontre et le partage d'activités entre enfants handicapés et valides, dans le cadre d'activités de loisirs et de vacances.

Un réseau de 10 associations locales organisées en fédération et implantées en Bretagne (Quimper, Rennes, Saint-Brieuc, Saint-Malo, Vitré) mais aussi en Pays de Loire (Le Mans, Nantes), Haute-Normandie (Pont-Audemer) et Paris.

Chaque association locale gère un centre de loisirs sans hébergement qui accueille, le mercredi et lors des vacances scolaires (1 mois en été) de 8h à 18h, des enfants handicapés et valides, âgés de 3 à 13 ans, répartis en deux groupes d'âge : les Petits Bouts (3-6 ans) et les Lutins (6-13 ans).

Chaque centre de loisirs fonctionne sur la base de conditions toutes particulières de qualité d'accueil et d'encadrement : petits groupes, parité enfants valides ou non, encadrement renforcé et qualifié, animateurs formés, activités adaptées, tarifs uniformes.

Les centres Loisirs Pluriel sont implantés dans des locaux scolaires, accessibles et sécurisés, mis à disposition par la municipalité d'accueil.

Les adresses :

La Fédération "Loisirs Pluriel" - Siège Social : Centre d'affaires du Château de Launay Quero, 35160 Breteil - tél : 02 99 09 02 36 - mail : federation@loisirs-pluriel.com

RENNES Association Loisirs Pluriel de Rennes - Ecole Élémentaire Oscar Leroux : 8, bld Oscar Leroux 35000 Rennes - Tél/Fax : 02 23 35 48 33 email : rennes@loisirs-pluriel.com

SAINT MALO Association Loisirs Pluriel de St-Malo : 51 Boulevard des Talards, 35400 Saint-Malo - Tél/Fax : 02 99 20 08 80 email : stmalo@loisirs-pluriel.com



Balades en Ille et Vilaine

Randonnées, balades et visites en Ille & Vilaine accessibles aux personnes à mobilité réduite (PMR)

Ont été répertoriées ci-dessous les circuits et balades, accessibles au moins en partie, aux PMR ainsi que les lieux à visiter (parcs, jardins, musées) et les parcs de loisirs qui offrent une ou plusieurs activités accessibles. Pour plus de précisions se renseigner auprès des offices de tourisme ou des communes concernées.

Nous avons volontairement « zappé » les activités sportives (dont certaines sont déjà organisées par le groupe loisirs de la DD) ainsi que toutes les activités artistiques, ludiques ou créatives, accessibles, proposées par de nombreuses associations ou municipalités (médiathèque, ludothèque, ateliers...) du département (se renseigner auprès d'elles).

Ensemble, la nature accessible



Idées de balades ou randonnées :

- La forêt domaniale de Rennes (Thorigné-Fouillard/St Sulpice La Forêt) : routes (rollers, vélos, piétons...) et chemins en forêt, église, ruines monastère...
- Le circuit de la levée (St Sénoux / Pléchatel) : balade champêtre (vallée, château, fleuve...)
- Le circuit de Baron (Guipry / Messac) : bois, campagne, fleuve, canal, écluse, moulins...
- Le site des onze écluses à Bazouges sous Hédé : étangs, rigoles et canaux, calvaires, églises
- Les Marais de Dol (Roz-Landrieux) : littoral, polders, marais, pâtures, peupliers
- Le circuit du Boël (Guichen - Pont-Réan) : campagne, village, fleuve, pont, moulin...
- « Entre rivière et marais » balade en campagne : circuit de La Chapelle de Brain
- Le nez en l'air : sorties avec la LPO (Ligue de Protection des Oiseaux) : la vallée du Couesnon, les étangs du Boulet, de Careil, les marais de Sougeal ou de Gannedel.
- Balade écossaise dans les landes de Jaunouse (Billé) : landes, tourbières, calme, highland cattles (vaches rustiques d'Ecosse)
- La tourbière de Landemerais à Parigné : marais, flore inhabituelle, observatoire
- Les Alignements mégalithiques de Lampouy (Médreac) : landes, bocage, menhirs, légendes
- Site mégalithique des Landes de Cojoux (St Just) : dolmen, menhirs, tumulus, landes, légendes
- Au clair de l'âne dans la ferme pédagogique d'Isabelle et Jean-Michel à La Bousac
- La chevauchée de la baie (haras du Buot à St Méloir des Ondes) : littoral, attelage, baie du Mont St Michel, château, écurie...
- Pêche à la truite au moulin de Bray à Vieux Vy sur Couesnon : moulin, étang, calme, pêche



La Joëlette permet la participation à des randonnées et l'accès des personnes handicapées à des lieux difficilement accessibles en fauteuil classique en raison d'un terrain accidenté.



Balades en Ile et Vilaine

Balades embarquées !

- Aux commandes d'un ferry au Port miniature de la forêt de Villecartier à Bazouges La Pérouse : forêt, étang, pilotage, circuits
- Embarquez à bord d'un vieux gréement à Saint-Malo : navigation sur la réplique du navire corsaire « Le Renard » de Surcouf
- Croisière sur La Rance sur les traces de Chateaubriand (nom du bateau) au départ de Dinard
- Balade en roulotte (La Chapelle Bouexic) chez Béatrice et Jean-Paul Hignet
- Balade en carriole au rythme des ânes dans les landes de Cojoux (St Just – Les Galopins)
- Baptême de l'air à St Jacques de La Lande : Rennes Air Club
- Balade en ballon avec l'Association Ballons d'Emeraude à Pleurtuit
- Balade en bateau sur le canal et La Vilaine (hors-bord Urbavag à Rennes)
- Balade sur les rails en vélorail ou draine de La Brohinière à Dinan (Gare de Médréac)
- Promenade en mytilimobile (remorque tirée par un tracteur) entre les bouchots et les pêcheries à la maison de la Baie du Mont Saint Michel au Vivier sur Mer



Le **Tiralo** permet l'accès aux plages et à la baignade aux personnes handicapées



Idées de Visites (avec ou sans activités) :

- Maison du canal d'Ile et Rance à Hédé et balade le long du canal
- Atelier de fabrication de portes d'écluses à Melesse (Icirmon : Institution du canal d'Ile et Rance)
- Grand aquarium de Saint-Malo : des murènes par le hublot !
- Parc Ornithologique de Bretagne (Bruz)
- Enigmaparc : parc de loisirs éducatifs (énigmes, labyrinthe, jeux)
- Fours à chaux de Lormandière (Chartres de Bretagne)
- Musée automobile de Lohéac (journée pique-nique possible)
- L'arche de Noë à la Ferme pédagogique du Tessonnet à Goven (animaux rares)
- La vie d'avant au Musée des arts et traditions populaires à Essé (vie rurale, traditions, mémoire) et balade possible au site mégalithique de la Roche aux fées tout proche
- Le télégraphe de Chappe à Saint Marcan : histoire, science, révolution, communication

Les structures adaptées

Les structures adaptées aux jeux pour les enfants handicapés existent même si elles sont rares : pour une collectivité, elles peuvent devenir un outil d'intégration et d'égalité. Un exemple :

Aires de jeux adaptées par l'entreprise Sport France (site : sport-france.fr)

Il est temps de prendre en considération, dans l'aménagement des aires de jeux, les enfants handicapés se déplaçant en fauteuil roulant. Pourquoi n'auraient-ils pas, comme tous

les enfants, le droit de jouer en toute sécurité et de rencontrer les autres ? La gamme de jeux proposée par Sport-France comprend des équipements spécifiques aux enfants ne quittant pas leur fauteuil, des jeux avec des systèmes de maintien et de protection renforcée pour les enfants handicapés débarrassés de leur fauteuil. D'autres ensembles permettent aux enfants valides comme handicapés de partager leurs jeux, d'améliorer ensemble leur sociabilité et leurs capacités cognitives.



Loisirs et Violon d'Ingres

Nos adhérents ont du talent...

Le Retour du printemps

Les jonquilles ouvrent leurs jaunes corolles
Aux caresses chaleureuses du soleil
Et dansent, rayonnantes, la valse éternelle
Du printemps que chantent, dans des notes folles
De gaieté, le pépiement des oiseaux joyeux.
L'esprit communique avec ces moments heureux.

Les pissenlits, sur le vert gazon arasé
Parsèment délicatement leurs fleurs en un
Savant mariage de teintes, non d'emprunt,
Mais naturelles dans la rosée irisée.
Au loin, la brise plisse les eaux de l'étang
Où les poissons tournoient en un ballet grisant.

Dans le pré touffu, les vaches broutent l'herbe
Grasse à satiété, et de contentement
Beugle d'une voix gutturale ; la noble jument,
Crinière au vent, regard vif et alerte
Galope dans une exquise liberté,
Ses naseaux frémissant hument l'air parfumé.

Buissons et arbres, de parures florales
Revêtus, ornent comme de géants bouquets
Les panoramas printaniers rendus coquets.
Le retour des beaux jours imprime, triomphal
L'esquisse d'un doux sourire qui ourle l'humeur.
La saison illumine les prémices des jours de bonheur.

Notre poétesse,
Hélène Gisèle BOUKOU,
nous offre :
« **Le retour du Printemps** »



Picasso tient le monde au
bout de sa palette
Des lèvres d'Éluard s'envo-
lent des colombes
Ils n'en finissent pas tes ar-
tistes prophètes
De dire qu'il est temps que le
malheur succombe
Jean Ferrat

Les loisirs, ce sont aussi les jeux et devinettes, à plusieurs ou en solo !

Voici 2 charades que ne renierait pas notre mouvement associatif :

Mon 1^{er} accompagne la pelle et le râteau à la
plage,
La rivière coule et l'enfant dort dans mon 2^{ème},
Le Russe donne son accord par mon 3^{ème},
Mon 4^{ème} peut être « Thai », « Basmati » ou
Cantonnais,
Five o'clock est l'heure de mon 5^{ème} à Londres
Nos bénévoles sont les champions de mon tout.

La sécheresse menace en l'absence de mon 1^{er},
Mon 2^{ème} est un symbole grec ou un objet sacré
égyptien,
Mon 3^{ème} se joue sur les planches au Japon,
Il faut casser la croute avant de pouvoir manger
mon 4^{ème},
Les adhérents de l'APF militent pour le droit à
mon tout.

Réponse 1 : solidarité (seau - lit - da - riz - the) ; Réponse 2 : autonomie (eau - tau - no - mie)

Vacances APF évasions

APF Evasions propose :

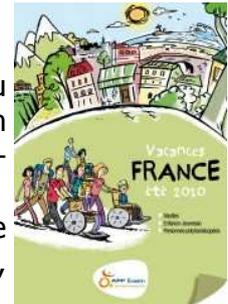
1) des séjours adaptés pour adultes :

⇒ en France : Ce sont 85 séjours de juin à septembre, 63 destinations au sein d'un groupe de 4 à 25 vacanciers accompagné d'une équipe de bénévoles en nombre équivalent. C'est aussi la découverte d'une région, ponctuée d'excursions, d'animations, de moments de détente et d'échanges !

⇒ à l'étranger : Au sein de groupes de 6 à 8 vacanciers accompagnés d'une équipe de bénévoles en nombre équivalent, c'est la découverte d'autres horizons, cultures et continents au fil de 30 destinations proposées !

⇒ spécifiquement adaptés aux personnes en situation de poly-handicap : Créés en partenariat avec HANDAS, ces séjours sont encadrés par une équipe composée d'un accompagnateur diplômé ou en formation paramédicales ou médico-sociales pour un vacancier.

⇒ Les séjours A Fond La Vie proposent des rythmes intenses où l'animation tient une grande place (3 séjours en 2010) ! Tout au long de l'année, les équipes d'A Fond La Vie mettent également en place des activités avec pour objectif de collecter des fonds destinés aux loisirs sur les séjours !



2) des séjours adaptés pour enfants et adolescents :

⇒ En France : 6 séjours agréés DDJS sont organisés en 2010, dans un groupe d'au moins 7 vacanciers encadré par des personnes formées (BAFA, BAFD...) Agrément de la DDJS (Direction Départementale de la Jeunesse et des Sports).

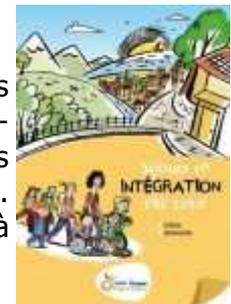
⇒ A l'étranger : un séjour à l'étranger réservé aux 14-17 ans. En 2010, l'Espagne (Géronne). Groupe de 8 vacanciers et 8 accompagnateurs (trices).

⇒ Poly-handicap : 3 séjours en 2010 ; Créés en partenariat avec HANDAS, ces séjours sont adaptés aux personnes en situation de poly-handicap dans les mêmes conditions que pour les adultes.

⇒ SATVA : 5 séjours en 2010 ; Les SATVA (Service d'Accueil Temporaire de Vacances Adaptées) sont des services médico-sociaux complétant la prise en charge de la personne en situation de handicap. Ils répondent à un besoin médico-social attesté par la Commission des Droits et de l'Autonomie (CDA). Les frais de séjours sont pris en charge par l'Assurance maladie.

Des séjours en intégration, en milieu ordinaire, en famille ou en individuel :

Les séjours en intégration sont des séjours (de 4 à 28 jours) en centres de vacances dits « ordinaires », dénommés encore par certains : « Colos » ! Ces séjours s'adressent aux jeunes en situation de handicap, désireux de partager leurs vacances avec des jeunes valides de leur âge (de 3 à 17 ans pour les séjours de vacances pour mineurs). Les séjours pour jeunes de plus de 18 ans (essentiellement les séjours linguistiques à l'étranger), ne proposent pas l'encadrement d'un centre de vacances pour mineurs.



APF évason propose tous les ans ses **catalogues des séjours adaptés** (France et Etranger). Ils sont disponibles auprès de votre **Délégation Départementale** ou par téléphone au **01 40 78 27 27**. En 2010, APF Evasion a sorti son dernier né : le catalogue des séjours en **intégration**. Site internet <http://apf-evasion.org/>

Nos bénévoles sont fantastiques !



«

-ce que vous faites pour les vacances ? »

Qu'est

Comme tous les étés, APF Evasion a besoin de vous ! APF Evasion recherche 2 000 accompagnateurs bénévoles, prêts à vivre une grande aventure humaine !

Depuis près de 75 ans, APF Evasion, le service vacances de l'Association, permet à plus de 1 600 personnes en situation de handicap de partir en vacances. Comme chaque année, toute personne de plus de 18 ans, dynamique et prête à donner de son temps l'été, peut devenir accompagnateur bénévole !



Spécial Loisirs - Spécial Loisirs

PARTIR EN VACANCES : ça se prépare !

Le "Guide Vacances 2010" de l'APF

Ce guide édité, pour la 9e année consécutive par le magazine Faire Face de l'APF, est destiné aux personnes en situation de handicap et leur famille.

A base d'infos pratiques pour partir zen, il permet une bonne préparation des vacances !



Aides Financières pour séjours de vacances

L'Aide aux Projets Vacances (APV) de l'ANCV : depuis 10 ans, l'Agence Nationale des Chèques Vacances (ANCV), soutient, via son partenariat avec l'APF, le départ en vacances des personnes en situation de handicap moteur aux faibles ressources. Ainsi, en 2009, ce sont 1261 personnes qui ont pu bénéficier d'une APV (Aide aux Projets Vacances).

Pour tous renseignements, contactez la délégation APF de votre département ou le Conseil et Aides aux Vacances d'APF : secretariat.ancv@apf.asso.fr

Le **Conseil Général** d'Ille & Vilaine, peut, dans le cadre des aides exceptionnelles, accorder, sous certaines conditions, une aide financière « vacances, loisirs ». S'adresser aux agences départementales du Conseil Général.

La **MDPH** peut verser, dans le cadre de la PCH et sans condition de revenus, une aide de 1800 E. tous les 3 ans, pour partir en vacances.

THEATRE, MUSIQUE ET CHANT CHORAL

Bon nombre de salles de spectacles, concerts et cinémas sont accessibles en Ille & Vilaine : se renseigner toutefois avant ou consulter le site Internet de : <http://jaccede.com>



A l'approche des concerts de fin d'année, notre coup de projecteur ira sur les chorales... Beaucoup d'entre nous ont apprécié le petit concert offert par la Chorale **CANTOMI** en clôture de notre Assemblée Départementale en septembre dernier... Pour ceux-là et tous ceux qui veulent découvrir ou se distraire en écoutant de beaux ensembles vocaux et musicaux :



- le concert annuel de la chorale "**L'Air de Rien**" le Mercredi 9 Juin 2010 à 20h45 à l'Eglise St Augustin de Rennes.

- la chorale des "**Baladins de l'Ille**" le Dimanche 10 Octobre 2010 à 15h (ou 15h30) à l'Eglise St Joseph à Rennes. Cette chorale fêtera ses 20 ans et ce sera donc un concert d'anniversaire sur le thème du « Voyage » avec des chants repris de chaque année et un diaporama sur la vie de la chorale. Les choristes nous feront voyager en Bretagne, Allemagne, Espagne, Afrique mais aussi à travers les Iles, l'Amérique du Nord et l'Amérique du Sud avec des projections et des présentations animées et colorées.



● Le **Contact 35** est édité au trimestre. Un numéro spécifique à un thème est publié dans l'année en sus de ces 4. Pour le numéro trimestriel de l'été, merci de nous transmettre vos informations, articles ou petites annonces à la Délégation par téléphone ou par courrier, avant le **30 juillet 2010**.

● **Bulletin édité par la Délégation APF d'Ille-et-Vilaine**, 40 rue Danton, 35700 Rennes
Tirage : 650 exemplaires

Directeur de la publication :
Francis Renard

Comité de Rédaction :
Hélène Gisèle Boukou, Nicole Denis, Bertrand Lamouille, Brigitte Parey-Mans, Elisabeth Renaud.

● **Informations sur ce numéro** ●
Francis Renard,
Tel : 02 99 84 26 66