

**Le bulletin  
d'information de la  
délégation 35**

40, rue Danton  
35700 Rennes.  
02.99.84.26.66.

**SOMMAIRE**

**Page 1 :**

- ◇ **Edito , sommaire, agenda**

**Pages 2 à 7 :**

- ◇ **Actualités Nationales** : Brèves de l'automne, Zoom sur l'AAH, la rentrée scolaire. Tribune libre

**Page 8 et 9 :**

- ◇ **Infos nationales APF**

**Pages 10 et 11 :**

- ◇ **Infos territoriales et diverses** : Polyhandicap, accès aux soins...

**Pages 11 à 15 :**

- ◇ **Infos DD35** :  
- Baromètre accessibilité,  
- CAPFD, HandiDon  
- Groupes : GI et EPO,  
- Activités et Loisirs, ateliers, café papote et café citoyen, agenda...

**Pages 16 à 20 :**

- ◇ **Journées Découvertes** : Château de La Ballue, Insectarium de Lizio, Musée des métiers à La Chèze.

**Pages 21 et 22 :**

- ◇ **Sports, loisirs et Culture**

**Page 23 et 24 :**

- ◇ **Page jeux**
- ◇ **Infos pratiques.**



*Édito*



**La Délégation d'Ille-et-Vilaine  
compte sur VOUS !**

Avec ce numéro d'Han'dizou, un carnet de 10 tickets pour la 2<sup>ème</sup> campagne HandiDon est joint. En les vendant autour de vous avant le 1er décembre à 2 € l'unité, vous offrez la chance de gagner des lots comme une voiture, un vélo électrique, des tablettes et bien d'autres encore. Deux tirages au sort auront lieu : l'un en région, le 10 décembre et le second au niveau national, le 17 décembre. **10 tickets seulement pour financer votre délégation, chacun peut y parvenir.**

L'argent collecté en Ille-et-Vilaine permet de financer les activités de la Délégation d'Ille-et-Vilaine (+ 15 000€ en 2014). **La Délégation départementale d'Ille-et-Vilaine compte donc sur vous et vous remercie par avance pour votre soutien !**

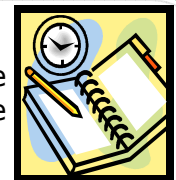
La rentrée, c'est aussi l'occasion de faire connaissance avec le nouveau Conseil Départemental largement renouvelé : nouveaux élus, nouvelle représentante, etc. Le mouvement est en ordre de marche. Tous ensemble, nous saurons faire avancer les revendications qui nous tiennent à cœur : une MDPH à la hauteur des attentes, une compensation correspondant aux besoins réels des personnes et toujours et encore : l'accessibilité à tout pour tous !  
Bonne rentrée à toutes et à tous.

*Sandrine Baot*

*Représentante du Conseil A.P.F. de Département.*

**Ne manquez pas :**

- ◆ La 2ème campagne HandiDon et la grande braderie de livres les 20, 21 et 22 novembre 2015, à Rennes (p.12)
- ◆ La liste des nouveaux élus au CAPFD (p.12)
- ◆ Les programmes d'activités et loisirs (p.14 et 15)
- ◆ Les nouveaux RV : café citoyen et café papote



Retrouvez toutes les infos de ce numéro et rubriques sur le site de la délégation: <http://www.apf35.com/>



### DROITS



**Droits et Justice** : le projet de loi « Taubira » prévoit, pour 2018, la suppression des tribunaux des affaires de Sécurité Sociale et le transfert aux Tribunaux de Grande Instance (TGI) des procédures liées à la fixation du taux d'invalidité après accident, maladie, accident du travail... ainsi que les contestations des décisions rendues par les Maisons Départementales des Personnes Handicapées (MDPH). Le projet de loi ouvrirait également aux associations de personnes handicapées déclarées depuis au moins cinq ans le droit d'engager des actions de groupe en matière de discrimination dans l'accès à l'emploi, à la consommation et à la santé.

### EMPLOI

**Inaptitude et santé au travail** : la loi, adoptée fin juillet, relative au dialogue social et à l'emploi, modifie les conditions de rupture du contrat de travail en cas d'inaptitude et de surveillance médicale de certains salariés. Un employeur peut désormais rompre le contrat de travail si l'avis du médecin du travail mentionne expressément que tout maintien du salarié dans l'entreprise serait gravement préjudiciable à sa santé. Il n'est alors pas exigé de rechercher un reclassement dans l'entreprise. La médecine du travail devra également apprécier la sécurité à l'égard des tiers, notamment en cas d'addiction, de maladie mentale ou de handicap psychique. Lorsqu'une demande de reclassement est faite par le médecin du travail, ce dernier peut proposer à l'employeur l'assistance de l'équipe pluridisciplinaire du service de santé au travail ou d'un organisme compétent en matière de maintien en emploi. Enfin, les maladies et troubles psychiques peuvent être reconnus comme maladies d'origine professionnelle s'ils entraînent une incapacité permanente partielle d'au moins 25 %.



### FINANCES – RESSOURCES

**+ 4,2 millions pour les MDPH** : c'est norma-



lement l'État qui doit financer les MDPH (Maisons Départementales des Personnes Handicapées) mais l'annonce faite, début juillet, d'une dotation de 4,2 millions € résultera d'une ponction sur le budget de la Caisse Nationale de Solidarité pour l'Autonomie (CNSA). Cette dotation par transfert de charges atteint désormais 68 millions € puisés par les gouvernements successifs.

### Emploi/Transport - Allègement des seuils sociaux

: le Premier Ministre a annoncé, en juin, l'allègement des seuils sociaux pour les très petites, petites et moyennes entreprises. Le versement transport ne serait plus versé qu'au delà du 11<sup>ème</sup> salarié (contre 9 actuellement). Cette mesure devrait entraîner une perte de recettes de 500 millions € alors que ce prélèvement finance les investissements en matière de transports collectifs, dont leur mise en accessibilité. Ce plan d'allègement ne concerne pas l'obligation d'emploi de travailleurs handicapés.

**Allocations et rentes** : début juin, la Cour de Cassation a rappelé qu'une rente non viagère doit être prise en compte dans les revenus d'un demandeur de l'Allocation aux Adultes Handicapés (AAH). La Cour de Cassation a jugé que ladite rente, qui n'était pas viagère mais limitée à l'âge de 65 ans, entrait bien dans les ressources à retenir pour le calcul de l'AAH.

### Allocations - + 7,21€ pour l'AAH

: l'Allocation aux Adultes Handicapés (AAH) mensuelle a augmenté de 0,9% à compter du 1<sup>er</sup> septembre. Son montant est donc de 807,66€ à taux plein, soit 70% du salaire minimum environ. Ses compléments demeurent inchangés. Cette légère progression résulte de l'inflation prévisionnelle et ne représente donc pas une revalorisation. Pour leur part, les montants des pensions d'invalidité et des rentes Accident du Travail/Maladies Professionnelles restent gelés depuis le 1er avril 2014.





### FINANCES – RESSOURCES (suite)

#### ZOOM SUR L'AAH (Allocation Adultes Handicapés)



**Les revenus des bénéficiaires de l'AAH** (étude N° 921 de juin 2015 de la DREES<sup>1</sup>).

En France la moitié de la population vivait en 2012 avec au moins 1 650 € par mois. De leur côté, les bé-

néficiaires de l'AAH vivaient pour 50 % d'entre eux avec des revenus inférieurs à 1 200 € par mois.

Pour calculer le niveau de vie des personnes, on prend en compte la totalité des revenus disponibles dans le ménage (allocations, salaires, etc.), qu'on divise par le nombre de personnes vivant grâce à la totalité de ces revenus<sup>2</sup>.

Dans le cas des personnes bénéficiaires de l'AAH, on constate que la contribution du conjoint permet d'augmenter le niveau de vie du ménage de façon notable ; le niveau de revenu moyen par « unité de consommation » passe en effet à 1 240 € par mois.

Mais ce n'est pas le cas le plus fréquent car, le plus souvent, les titulaires de l'AAH vivent seuls (45 %) ou en famille monoparentale (15 %). Et au total, c'est plus du quart des bénéficiaires de l'AAH qui doit vivre avec des revenus inférieurs au seuil de « pauvreté monétaire » (967 € par mois). Ce taux est deux fois plus élevé que celui qui est constaté pour l'ensemble de la population métropolitaine.

Certes, d'autres catégories de la population souffrent de façon importante de cette pauvreté monétaire : ainsi les 3/4 des personnes qui ne bénéficient que du « RSA socle » sont en dessous de ce seuil de pauvreté. La revendication d'un revenu d'existence décent ne concerne donc pas que les personnes handicapées ; cela ne signifie pas pour autant qu'elle n'est plus d'actualité.

<sup>1</sup> Cette étude vient en complément de celle de mai 2015 (voir Han'dizou 2015 N°3 p.5)

<sup>2</sup> Le premier adulte est compté pour 1, les autres pour 0,5 chacun et chaque enfant de moins de 14 ans pour 0,3.

#### Durée d'attribution de l'AAH pour les personnes ayant un taux d'invalidité compris entre 50 et 79 %.

Jusqu'à présent ces personnes ne pouvaient pas se voir attribuer l'AAH pour une durée supérieure à 2 ans. Tous les 2 ans, il fallait déposer une nouvelle demande : les personnes concernées étaient confrontées à une tracasserie administrative souvent inutile quand les MDPH étaient engorgées par des demandes dont elles se seraient bien passées.

Un décret du 3 avril 2015 vient apporter un peu de souplesse au dispositif. Par dérogation (ce n'est donc ni automatique, ni obligatoire), la durée d'attribution de l'AAH peut aller jusqu'à 5 ans si la CDAPH estime que ni le handicap ni la restriction substantielle et durable pour l'accès à l'emploi (RSDAE) ne sont pas susceptibles d'évoluer pendant la durée d'attribution.

L'APF estime qu'on va dans le bon sens mais que ça ne suffit pas : parler de dérogation, c'est laisser la porte ouverte à l'arbitraire et au hasard quand on devrait s'occuper de bien prendre en compte les besoins des personnes.



#### RSDAE (Restriction Substantielle et Durable pour l'Accès à l'Emploi) et attribution de l'AAH.

Les personnes qui ont un taux d'invalidité reconnu compris entre 50 et 79 % ne peuvent bénéficier de l'AAH que si la CDAPH considère que « le demandeur rencontre des difficultés importantes d'accès à l'emploi ne pouvant être compensées notamment par des mesures d'aménagement du poste de travail. La restriction est durable dès lors qu'elle est d'une durée prévisible d'au moins 1 an à partir du dépôt de la demande d'AAH ».

La RSDAE n'est conciliable avec une activité professionnelle en milieu ordinaire que si celle-ci est inférieure à un mi-temps.







### EDUCATION

#### Rentrée scolaire des élèves en situation de handicap. Quelles nouveautés ?

La ministre de l'Éducation Nationale a annoncé la création de trente unités d'enseignement "autisme" en maternelle, le recrutement de 350 équivalents temps-plein d'Accompagnant des Élèves en Situation de Handicap (AESH) et 10.000 personnels auxiliaires de vie scolaire supplémentaires pour cette rentrée scolaire.

**Inscription aux examens :** un décret et une circulaire parus en août précisent les procédures et les démarches à effectuer pour les élèves en situation de handicap devant passer un examen : dates à respecter (les demandes d'aménagement des épreuves d'un examen ou concours doivent désormais être formulées avant la clôture des inscriptions, alors que précédemment aucune date limite n'était mentionnée), avis du médecin désigné par la CDA, majoration du temps de l'épreuve, assistance humaine, utilisation d'un matériel spécifique, etc. Le document complet peut être consulté à la Délégation.

**Les CLIS de l'école primaire** vont changer de nom et s'appeler ULIS comme au collège et au lycée. L'effectif maximum est de 12 élèves (un peu plus qu'au collège et qu'au lycée). Plus qu'un simple changement de nom, il s'agit d'un changement de fonctionnement : la classe ne sera plus fermée sur elle-même mais fonctionnera comme un dispositif prévoyant des temps d'inclusion dans la classe où l'élève d'ULIS est inscrit (la classe des élèves de son âge en principe). Des enseignants, sans formation spécialisée, pourront accueillir dans leur classe "ordinaire" des élèves d'ULIS en fonction de leurs capacités.

**Toutes les ULIS** sont réorganisées selon une typologie destinée à mieux prendre en compte les besoins des élèves (TFC ou troubles des fonctions cognitives, TSLA ou troubles spécifiques du langage et des apprentissages, TFM ou troubles des fonctions motrices, etc.). L'AVS-co (collectif) qui n'était plus mentionné dans les précédentes circulaires fait sa réapparition ; le processus de clarification n'est ce-

pendant pas achevé puisque la formulation adoptée laisse entendre que la présence d'un AVS-co n'est pas systématique dans une ULIS. De plus, la circulaire laisse entendre qu'un élève ayant également besoin de l'accompagnement par un AVS-i (individuel) n'aurait pas sa place en ULIS. Les formulations étant floues, on peut s'attendre à toutes sortes d'interprétation.

#### La situation en Ile-et-Vilaine :

- Création de 2 ULIS collège (Vern-sur-Seiche et Saint-Malo)
- Les élèves en situation de handicap représentent 2 % de l'ensemble des élèves scolarisés. En tout, ils sont 5 200 environ (dont 1 300 en établissement spécialisé). En classe ordinaire, 2 400 d'entre eux (sur 3 900) sont accompagnés par un AVS.
- Sur les 1 600 AVS, un tiers seulement a le statut d'AESH (contrat de 6 ans), les autres sont des personnes en contrat aidé qui pour la plupart sont en recherche d'une insertion durable ailleurs que dans l'Éducation Nationale et qui ne pourront de toute façon pas rester plus de 2 ans en fonction. Il n'y a que 100 AVS en CDI.
- 22 enseignants référents pour effectuer le suivi de tous ces élèves ; ce n'est pas suffisant, d'où le projet de créer des postes supplémentaires (pas de précisions sur le nombre).

**La réforme du collège** qui entrera en application en 2016 aura sûrement des conséquences sur la scolarisation des élèves en situation de handicap.

- L'entrée en ULIS collège ou en SEGPA devrait être repoussée d'un an puisque la classe de 6<sup>ème</sup> sera intégrée au cycle CM1-CM2-6ème.
- Le décloisonnement de ces dispositifs devrait être fortement accentué (inclusion dans le milieu ordinaire avec les élèves de la même classe d'âge).





### EDUCATION (suite)



#### **Rentrée scolaire : Si vous rencontrez des difficultés liées à la scolarisation,**

- Vous pouvez contacter la cellule d'écoute Aide-Handicap-École mise en place par le ministère de l'Éducation Nationale (tél : 0 810 55 55 00 du lundi au vendredi de 9h à 17h ou par internet [aidehandicapecole@education.gouv.fr](mailto:aidehandicapecole@education.gouv.fr)).
- Faites également connaître vos difficultés à la Délégation de l'A.P.F. : notre siège entretient des échanges réguliers avec le Ministère de l'Éducation Nationale et peut donc appuyer vos demandes.
- Nous pouvons également mettre à votre disposition des courriers types de réclamation si l'accompagnement notifié par la CDA n'est pas mis en place, ou si le nombre d'heures attribué n'est pas respecté.

**Livres scolaires adaptés** : cet été, le ministère de l'Éducation Nationale a publié, en direction des éditeurs, un nouvel appel à commentaires relatif à l'adaptation des ouvrages scolaires numériques aux besoins spécifiques, notamment des élèves handicapés. Certaines de ces « Propositions de bonnes pratiques aux industriels » sont d'intérêt général, telle l'accentuation sur les lettres majuscules, d'autres sont destinées à accommoder les interfaces spécifiques (plage braille, lecteur d'écran, etc.) pour les jeunes déficients visuels. Ces démarches s'inscrivent dans la volonté ministérielle de promouvoir le numérique et de dématérialiser les supports d'enseignements.

### ACCESSIBILITE

**Ordonnance ratifiée et promulguée** : la loi de ratification de l'ordonnance du 26 septembre 2014 qui a réformé l'accessibilité a été publiée en août après avoir été adoptée par les parlementaires (Assemblée Nationale et Sénat). Cette ordonnance, décriée par de nombreuses associations de personnes handicapées (voir nos articles précédents, notamment sur les Ad'ap) n'a été que très marginalement

modifiée : elle introduit la formation des personnels à l'accueil des personnes handicapées dans les grands Établissements Recevant du Public (ERP) ; elle rétablit l'avis conforme de la commission de sécurité et d'accessibilité pour l'approbation par l'autorité compétente d'un schéma directeur d'accessibilité « agenda d'accessibilité programmée » (Ad'ap), en étendant le droit à aménagement d'un point d'arrêt de transport scolaire à tous les élèves handicapés ; elle stipule aussi que, désormais, le coût pour les personnes handicapées du transport à la demande mis en place par une autorité organisatrice de transport ne peut être supérieur à celui applicable aux autres usagers dans un même périmètre de transport urbain ; enfin, la loi prolonge jusqu'à l'âge de 30 ans la possibilité pour un adulte handicapé d'effectuer un service civique. Malgré ces amendements à la marge, le recul opéré par ce texte et dénoncé avec force et détermination par l'APF et le Collectif pour une France accessible, est confirmé. L'APF a rappelé, dans un communiqué du 7 juillet, que l'obligation d'accessibilité date de 1975, qu'elle a été renforcée par la loi de 2005, et que, de fait, l'ordonnance de décembre 2014, qui exonère de nombreux établissements et transports de leur obligation de mise en accessibilité, est une honte pour l'État français qui vient de détruire toute ambition d'accessibilité, sans porter aucune considération aux besoins des personnes entravées quotidiennement dans leur mobilité. L'APF dénonce enfin un texte contraire à la Convention de l'ONU relative aux droits des personnes handicapées, pourtant signée et ratifiée par la France. En marge de cette décision scandaleuse, le gouvernement a lancé, du 7 septembre au 18 octobre vers 20H35, sur toutes les chaînes de télévision publiques, une campagne d'information (coût : 1,5 million d'euros) sur l'accessibilité universelle. Cette série, intitulée « Plus belle la vie : Ensemble », emploiera des acteurs de la série populaire diffusée sur France 3, dans des saynètes censées illustrer la diversité des aspects de l'accessibilité universelle.

**Accessibilité : bienvenue en 20??**





### ACCESSIBILITE (suite)

**Transports - Loi Macron validée** : le Conseil Constitutionnel a, en grande partie, validé la loi pour la croissance (...) dite loi Macron. Cette loi autorise notamment la libre organisation de services interurbains de plus de 100 km de transport par des autocars dérogeant aux Schémas Directeurs d'Accessibilité (SDA) et aux règles afférentes ; ces services sont toutefois soumis à la réglementation européenne qui impose l'accès aux voyageurs handicapés et leur non-discrimination sur les trajets d'au moins 250 km.



**Transports - Isilines accessibilité limitée** : avant même la promulgation de la loi Macron, de nouvelles lignes interurbaines par autocar échappant à toute organisation et à la réglementation nationale sur l'accessibilité ont été créées. Isilines a lancé près d'une vingtaine de lignes sans être en mesure d'informer ses clients handicapés, dès l'achat d'un billet, de l'accessibilité des points d'arrêts. La société assure que les voyageurs en fauteuil roulant ou ayant besoin d'assistance, s'ils se font connaître au moins 36 heures avant, seront transportés au moyen d'un autocar aménagé affrété sur la liaison, mais ces derniers ne seront informés qu'à posteriori. Les chiens-guide et d'assistance sont acceptés à condition de voyager au pied de leur maître, enfin, le tarif de l'accompagnateur dépendra de la nature du handicap et du besoin d'assistance de la personne handicapée.

**Successeur d'un cabinet médical** : un médecin qui reprendra un cabinet médical après le 27 septembre 2015 sera tenu de mettre en œuvre l'Agenda d'Accessibilité Programmée (Ad'AP) qu'est tenu de déposer d'ici cette date l'actuel praticien exploitant si ses installations ne sont pas conformes à la loi. Cette réponse ministérielle vaut d'ailleurs pour tous les gestionnaires ou propriétaires d'un Etablissement Recevant du Public (ERP) déménageant ou cessant leur activité pendant la période d'exécution de l'Ad'AP.

**MG France contre les normes d'accessibilité** : mi-septembre, le syndicat de médecins MG France appelle ouvertement les praticiens à ne pas respecter la législation sur l'accessibilité qu'il juge irréalisable dans le cas des cabinets médicaux, notamment en zones urbaines. Il lance même une campagne auprès de ses adhérents pour qu'ils ne s'engagent pas dans la démarche d'élaboration et de dépôt de l'Agenda d'Accessibilité Programmée (Ad'Ap) et exige de larges dérogations en faveur des médecins libéraux.



**Droit des piétons** : un décret, paru début juillet, institue une infraction au « stationnement très gênant » qui, outre une amende d'au moins 90€, autorise une mise en fourrière du véhicule fautif sur les stationnements réservés aux véhicules de personnes handicapées ou devant une bande d'éveil de vigilance. Il améliore également la protection des passages protégés en interdisant le stationnement automobile à moins de cinq mètres en amont (en dehors des places aménagées).



### Handicap TV

Depuis quelques mois, la chaîne HANDICAP TV a été lancée. Diffusée sur le net, les Ipad et les iPhones, cette chaîne permet aux usagers d'avoir accès à l'information et aux reportages quand ils le souhaitent. Site : [www.handicaptv.ovh](http://www.handicaptv.ovh).



## TRIBUNE LIBRE

Le trimestre dernier nous avons publié cette actu nationale sur la DSI :  
« **DSI, le retour** : le projet de loi relative à la santé publique remet au goût du jour la Délégation de Soins Infirmiers (DSI). Ce dispositif autoriserait les aides-soignants et auxiliaires de vie, préalablement formés, à effectuer des soins actuellement de la compétence exclusive des personnels infirmiers. Cette DSI régulariserait des pratiques actuellement illégales et contribuerait à réduire le phénomène de pénurie d'infirmiers tout en accroissant la charge de travail des autres personnels soignants. La DSI était en 2005 une demande forte des personnes handicapées dépendantes en faveur de leur personnel d'aide à domicile. »

Mme Jouaud, adhérente de St Jacques de la Lande, a réagi à cet article. Nous publions ci-dessous sa réponse et la remercions pour sa fidélité et sa vigilance :



« Fidèle lectrice d'Han'dizou 35, je suis particulièrement intriguée par l'une des dispositions relatives au projet de loi « Santé », toujours en discussion au Parlement et dont le but serait de changer le quotidien des patients. Votre information intitulée « DSI le retour » me paraît inquiétante. Actuellement, la signification est : « Démarche de Soins Infirmiers » et deviendrait, par magie, « Délégation » pour ces mêmes soins. Ceux-ci seraient donc assurés par des aides à domicile. Vous précisez que cela correspondrait à une forte demande des personnes handicapées dépendantes : surprenant d'imaginer que ces personnes fragiles réclameraient d'être soignées par des personnes sans la moindre capacité professionnelle, entre la vaisselle et le ménage. C'est un véritable nivellement par le bas ! Et de l'irrespect pour les personnes en situation de handicap déjà victimes du report des engagements en matière d'accessibilité. Vous soulignez le phénomène actuel de pénurie d'infirmiers, mais c'est aussi réaliser qu'un médecin sur 4 a plus de 60 ans en France ! Pour pallier cette situation, les infirmiers seront-ils alors chargés de remplir les missions des médecins ? »

### **Le logiciel, qui permet à Stephen Hawking de parler, disponible gratuitement :**

Le célèbre scientifique américain Stephen Hawking, atteint de paralysie, a développé, avec Intel, un système de communication novateur, que l'on retrouve en « open source » (téléchargement gratuit sur Internet). Le logiciel ACAT (Assistive-Context Aware Toolkit, soit : boîte à outils pour aider à prendre conscience de son environnement) lui permet, depuis plusieurs années, de parler, avec une voix robotique très reconnaissable.

Un espoir pour les personnes handicapées car ce logiciel ne requiert que très peu de

mouvements de la part de la personne paralysée, puisqu'elle ne doit pas cliquer sur les lettres d'un clavier, mais seulement les regarder. Un système de reconnaissance faciale s'occupe du reste.

Le logiciel peut être téléchargé sur : <https://01.org/acat> (site entièrement en langue anglaise).

Il suffit ensuite de l'installer sur un PC équipé de Windows et d'une webcam.





## LE BAROMETRE DE LA COMPENSATION DU HANDICAP :

Il s'agit d'un outil, élaboré par l'APF, pour que ceux qui perçoivent la PCH (Prestation de Compensation du Handicap) puissent évaluer leur compensation sur [www.compensationhandicap.fr](http://www.compensationhandicap.fr) et sur le site [www.apf35.com](http://www.apf35.com).

Présenté lors de l'assemblée générale de l'APF à Nantes, en juin dernier, ce questionnaire en ligne s'appuie sur 3 critères d'évaluation : 1. Information accueil et accompagnement ; 2. Évaluation des besoins et instruction de la demande ; 3. Gestion et suivi des aides.

Les résultats obtenus permettront d'évaluer le dispositif de la compensation du handicap en France, 10 ans après la concrétisation du droit à compensation via la loi handicap de 2005. Il est donc important que chaque bénéficiaire de la PCH prenne un peu de temps pour compléter cette enquête. Un bilan personnalisé est proposé à la personne à l'issue du remplissage du questionnaire. Les résultats s'inscrivent ensuite anonymement dans une base de données par département.



## MDPH : poursuivre plus que jamais la mobilisation !

Au regard des enjeux cruciaux sur l'évolution des MDPH (*voir article précédent et Han'dizou 2015 N°3 p.7*), il est important de poursuivre notre mobilisation et de continuer à relayer la pétition « Touche pas à ma MDPH » ! Nous sommes déjà à plus de 35 000 signatures en quelques mois mais il faut continuer à relayer cet appel (aller sur le site

[www.apf35.com](http://www.apf35.com)).

## « Planet'AIR », les rencontres nationales jeunesse de l'APF



Elles se sont déroulées, du 11 au 13 Septembre dernier, à Dijon et ont rassemblé environ 300 jeunes venus des 4 coins de la France. L'objectif était de définir les ambitions jeunesse de l'APF et aussi enrichir le lien avec les jeunes en situation de handicap accueillis dans les structures médico-sociales de l'APF. Au programme : échanges, débats, stands, animations, soirée festive et les 1<sup>ers</sup> trophées jeunesse valorisant des initiatives créatives des jeunes.



## Appel à projets en direction des aidants familiaux

La 5<sup>ème</sup> journée nationale des aidants aura lieu le 6 Octobre, l'occasion de reconnaître les 8,3 millions d'anonymes qui accompagnent, au quotidien, un proche malade ou handicapé, quel que soit son âge. Un site Internet recense les actions menées sur le territoire : <http://lajourneedesaidants.fr>.

La somme rassemblée, par l'APF, après un appel au don ciblé sur les actions en faveur des aidants familiaux a rapporté 80 000 €. Cette somme est destinée au financement d'actions APF en direction des aidants familiaux via les Délégations, qu'il s'agisse d'un projet porté par la Délégation ou conjointement avec un établissement ou service : heures d'informations ou de formation, séances d'échange et de soutien, offre de répit pour l'aidant, des séjours pour les aidants et les personnes qu'elles aident.

Un groupe de travail est chargé de sélectionner les actions pouvant bénéficier d'une aide financière. Un dossier de candidature peut être retiré à la Délégation et doit être retourné avant le 31 octobre 2015, pour un examen en novembre et une réponse en décembre 2015. Les projets sélectionnés seront présentés sur la plate-forme collaboratrice APF « Agir pour les aidants familiaux ».





## PROJET DE LOI SUR LE VIEILLISSEMENT – AVIS DE L'APF :

Le projet de loi d'adaptation de la société au vieillissement contient un certain nombre de mesures qui impactent fortement le secteur du handicap et en particulier celle sur les MDPH.

L'APF propose 14 amendements à ce projet qui concernent notamment :

- ◇ La réaffirmation du droit à compensation universelle sans barrière d'âge ;
- ◇ L'alignement de la condition d'âge pour l'octroi de la PCH sur les règles applicables à l'allocation adulte handicapé ;
- ◇ La réaffirmation du statut actuel des GIP MDPH, l'amélioration de leur fonctionnement et pour les territoires qui ont des « MDA » la création de la Maison des Droits et de l'Autonomie qui consacre 2 dispositifs distincts : le GIP MDPH et un dispositif d'accès à l'APA ;
- ◇ La création des CTCA (au lieu des CDCA) : Conseil Territoriaux (et non départementaux) de la Citoyenneté et de l'Autonomie ;
- ◇ Le soutien et la valorisation des proches aidants, l'exonération d'impôt sur le revenu du dédommagement de l'aidant familial ;
- ◇ La protection des personnes fragiles ;
- ◇ La gestion du Fonds pour l'accompagnement de l'accessibilité universelle
- ◇ Les modalités de récupération de l'aide sociale ;
- ◇ (...)



## Colloque annuel de l'association Santé Orale et Soins Spécifiques

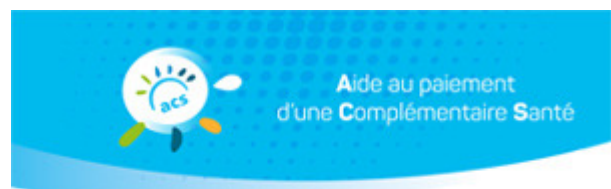
L'association SOSS, dont l'APF est membre fondateur, tiendra son colloque annuel à Lille, le 23 octobre 2015 sur le thème « Acteurs tous ensemble ».

## Aide à l'acquisition d'une complémentaire santé : avantages et limites

L'aide à l'acquisition d'une complémentaire santé (ACS) a été profondément rénovée pour renforcer les droits attachés à cette aide depuis le 1<sup>er</sup> juillet 2015. Pourtant, les 11 contrats qui ont été labellisés prennent peu en compte les besoins en termes d'appareillage. L'APF préconise quelques recommandations pour maximiser la couverture des frais de santé des personnes concernées. L'ACS est ouverte aux personnes dont les ressources sont supérieures au plafond de la couverture maladie universelle complémentaire (CMU-C) soit 8645 €, mais inférieures à 11 670€. En cas de frais d'appareillage importants, il peut être préférable de faire valoir ses droits à l'ACS mais sans utiliser le chèque afférent. La cotisation sera plus importante, mais les frais d'appareillage seront moindres. Une autre solution consiste à prendre deux mutuelles, l'une labellisée ACS, l'autre assurant une meilleure prise en charge des appareillages. Les conseils des Caisses Primaires d'Assurance Maladie peuvent également accorder des aides exceptionnelles, en sus de celles liées à la compensation du handicap.

*Infos complémentaires sur le site :*

[http://www.info-acs.fr/acs\\_qu\\_est\\_ce\\_que\\_l\\_acs.php](http://www.info-acs.fr/acs_qu_est_ce_que_l_acs.php)



Mes revenus sont modestes ?  
J'ai du mal à faire face à mes dépenses de santé ?  
L'État m'aide à payer ma complémentaire santé.

## RADIO France : JOURNEE SPECIALE APF LE 9 OCTOBRE 2015

Dans le cadre de sa campagne de communication institutionnelle, l'APF doit participer, le 9 octobre (journée mondiale du handicap), à plusieurs émissions sur France Inter et France bleu.

## COLLOQUE POLYHANDICAP DU 20 NOVEMBRE 2015

### « Quelle(s) place(s) pour les enfants et les adultes polyhandicapés ? »

C'est le thème des rencontres et des débats qui se tiendront, le vendredi 20 novembre de 13h30 à 18h00, à Chartres de Bretagne, Halle de la Conterie.

Depuis décembre 2013, un Collectif de parents se mobilise pour interpeller les pouvoirs publics sur les besoins de leurs enfants polyhandicapés et le manque de places en établissement adapté. Ce Collectif organise, le vendredi 20 novembre, des rencontres débats et ateliers pour faire connaître les spécificités du polyhandicap, la vie des familles au quotidien et l'indispensable accompagnement éducatif, rééducatif et médical des personnes polyhandicapées dès leur plus jeune âge.

Cet événement est destiné aux élus politiques, aux professionnels et à tout public s'intéressant au polyhandicap. L'entrée est libre à tout moment de l'après-midi. Le programme détaillé est sur [www.groupe-polyhandicap-bretagne.fr](http://www.groupe-polyhandicap-bretagne.fr), rubrique actus, ou sur [www.apfbretagne.blogs.apf.asso.fr](http://www.apfbretagne.blogs.apf.asso.fr). Contacts au 02.99.57.74.53.



Le POLYHANDICAP est une atteinte très sévère qui affecte la motricité, la sensibilité et l'intellect.

C'est la forme la plus pénalisante qui fait des polyhandicapés des personnes totalement dépendantes. De plus, le polyhandicapé se caractérise par l'absence d'une communication perceptible et interprétable par tous. Cette dernière caractéristique fait du polyhandicapé un être unique, non assimilable à d'autres catégories et interdit une prise en charge semblable ou voisine de celle des autres personnes handicapées. C'est pourquoi, l'Association de Défense des Polyhandicapés (ADEPO) demande que soit mis à l'étude un PLAN NATIONAL POLYHANDICAP comme il en existe, notamment pour l'autisme et les maladies rares et lance une pétition sur Internet. N'hésitez pas à apporter votre soutien en la signant : <http://www.change.org/p/gouvernement-il-faut-un-plan-national-polyhandicap>.

Signature de la  
**CHARTRE ROMAIN JACOB**  
pour l'accès aux soins des personnes en situation de handicap

Jeu. 19 février 2015 à 14h00  
Hôpital de la Timone adultes - Amphithéâtre HAI

En présence de Pascal Jacob, Président de Handiactique,  
auteur de rapports "Un parcours de soins et de santé sans rupture d'accompagnement  
pour améliorer l'accès aux soins et à la santé des personnes handicapées"

## ACCES AUX SOINS : Charte Romain Jacob.

Le Collectif Handicap 35 fait partie des signataires de la Charte Romain Jacob « Unis pour l'accès à la santé des personnes en situation de handicap ». La signature de cette charte aura lieu le mardi 13 octobre 2015 de 16h à 19h au Palais des Congrès de Pontivy, en la présence de Pascal Jacob.

Les objectifs de la charte sont notamment de valoriser l'image que la personne en situation de handicap perçoit d'elle-même, de valoriser l'accompagnement, d'exprimer les besoins, d'intégrer la santé au parcours de vie des personnes en situation de handicap, de coordonner le parcours de santé, d'organiser l'accès aux soins et à la prévention, de faciliter et développer l'accès aux soins ambulatoires, de prévenir et d'adapter l'hospitalisation avec ou sans hébergement, d'améliorer la réponse aux urgences médicales, de faciliter le recours aux technologies de l'information et de la communication.

## Rencontre régionale sur l'accès aux soins, le 23 Septembre 2015, à Rennes :

Patrick Aubry, participant APF à cette journée, rapporte :

« En écoutant le témoignage de Pascal Jacob, lors de cette journée d'études, j'ai, comme beaucoup d'autres participants, été sensible à son intervention sur l'accès aux soins et l'accompagnement nécessaire aux personnes en situation de handicap, lorsque survient un problème particulier de santé. Nous avons été émus par l'histoire et le parcours de vie de Pascal Jacob, ce papa de deux enfants IMC (Infirme Moteur Cérébral), dont Romain, décédé récemment. Son combat continue avec la mise en œuvre d'une charte sur l'accès aux soins pour les personnes en situation de handicap. Cette charte, qui portera le nom de son fils Romain, sera prochainement officiellement signée. Toujours imaginatif, Pascal Jacob s'est lancé dans la réalisation d'un film intitulé « N'ayez pas peur ! », qui nous a été présenté et dont l'objectif est de sensibiliser tous les acteurs de santé et de changer le regard sur le handicap lors des prises en charge médicales. »

# INFOS TERRITORIALES ET DIVERSES



Participation sociale et qualité de vie des personnes handicapées : Ouvrons le dialogue

8-9 octobre 2015, Rennes

## Colloque GIFFOCH à Rennes

Le GIFFOCH (Groupe International Francophone de Formation aux Classifications

du Handicap) organise un colloque international « Participation sociale et qualité de vie des personnes handicapées : ouvrons le dialogue », les 8 et 9 octobre 2015, dans les locaux de l'IFPEK, à Rennes.

Ce colloque a pour objet d'ouvrir un dialogue entre la participation sociale et la qualité de vie, mais il vise surtout à instaurer un échange entre chercheurs, professionnels et personnes handicapées sur la pertinence et l'utilité sociale de ces concepts ainsi que sur les enjeux politique et sociaux qui y sont associés. À cette fin, les personnes handicapées, les professionnels du handicap et les chercheurs travaillant sur ces deux champs sont invitées, dans les 11 ateliers proposés lors de ce colloque, à partager leurs points de vue, leurs savoirs et leurs pratiques dans un esprit participatif.

# INFOS DD35 - INFOS DD35 - INFOS DD35

## LE BAROMETRE APF DEPARTEMENTAL DE L'ACCESSIBILITE

La Délégation APF d'Ille-et-Vilaine, grâce au gros travail accompli par le Groupe Initiative, vient de publier son baromètre départemental de l'accessibilité. Cet événement s'est concrétisé lors de la conférence de presse qui s'est tenue le 29 septembre dernier. L'information a également été relayée par les médias : Ouest-France (éditions Rennes et Fougères), 20 minutes, FR3 web, JT de TV Rennes et de FR3 Bretagne.

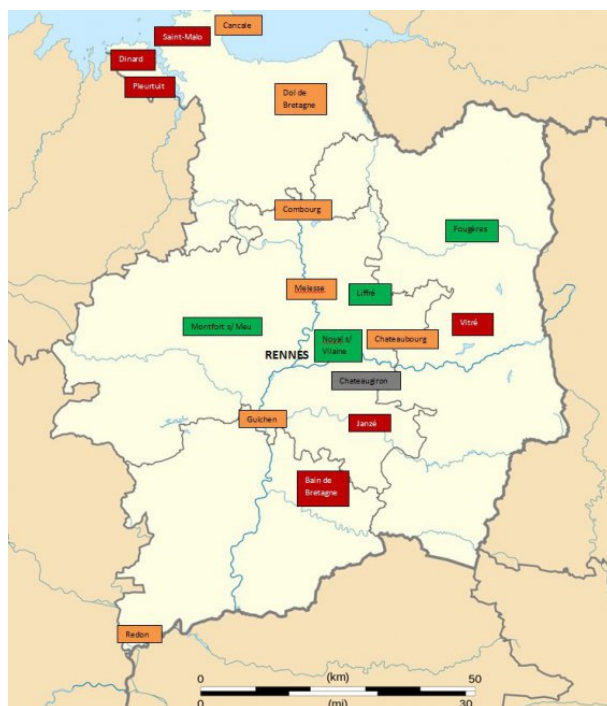
Le baromètre APF de l'accessibilité existe déjà sur un plan national. Rennes et sa métropole figurent à la 7<sup>ème</sup> place, juste derrière Nantes. La Délégation breillienne a fait son enquête auprès de 18 communes de plus de 5 000 habitants. Un formulaire a été envoyé aux municipalités afin, notamment, de comptabiliser les places de stationnement réservées et les écoles primaires accessibles. Un autre questionnaire a été rempli par les personnes handicapées elles-mêmes pour connaître leur ressenti vis-à-vis de leur commune et de son accessibilité.

4 communes ont été jugées très accueillantes et ont reçu un drapeau vert : Fougères, Liffré, Noyal-sur-Vilaine et Montfort-sur-Meu.

7 autres, faisant des efforts en matière d'accessibilité, ont obtenu un drapeau orange : Cancale, Dol-de-Bretagne, Combourg, Melesse, Châteaubourg, Guichen, Redon.

6 drapeaux rouges ont sanctionné des communes jugées peu accessibles : Saint-Malo, Dinard, Pleurtuit, Vitré, Janzé, Bain-de-Bretagne.

Enfin un drapeau noir a été décerné, non pas parce que la ville est plus difficile à vivre pour les personnes en situation de handicap, mais parce que la municipalité, contactée à plusieurs reprises, n'a donné aucune suite à l'enquête : Châteaugiron.





## RENOUVELLEMENT DU CAPFD

Au printemps dernier, les adhérents ont pu élire les 11 nouveaux membres du Conseil APF de Département (CAPFD), parmi les 13 candidats. Le dépouillement a eu lieu le 29 juin. Voici la liste des nouveaux élus :

Noms et prénoms (1)	Situation (2)	Membre de l'ancien CD
AUBRY Patrick	PSH	Oui
BAOT Sandrine	PSH	Oui
BERLAN Monique	PSH	Non
CHEVALIER Gwenaëlle	PSH	Oui
LE GUERN Louis	Parent	Oui
LE HOUEZEC Jean-Yves	Parent	Oui
NOUEL Yvon	PSH	Oui
PAREY-MANS Brigitte	PSH	Non
RIGAULT Stéphane	PSH	Non
ROPERT Jean-Charles	PSH	Oui
ROYER Pascal	PSH	Oui

- (1) Liste par ordre alphabétique  
(2) PSH : personne en situation de handicap

Le nouveau CAPFD a, le 9 septembre dernier, élu sa représentante départementale : Sandrine Baot et son suppléant : Patrick Aubry. Il a également désigné sa représentation au Conseil APF de Région : Gwenaëlle Chevalier et Jean-Yves Le Houëzec.



Je participe !  
[www.handidon.fr](http://www.handidon.fr)

De nombreux LOTS À GAGNER !

**HANDIDON**

**GRAND JEU NATIONAL**  
DU 01/09 AU 01/12/2015

### HandiDon 2015, c'est reparti ! Nous comptons sur vous.

La 2<sup>ème</sup> campagne HandiDon se déroulera jusqu'au 1<sup>er</sup> décembre 2015. Grand jeu proposer au grand public avec des tickets-dons à 2 € ou des carnets à 20 € qui, après un tirage au sort régional et national, permettront de gagner des lots (une voiture, des séjours vacances, des tablettes...).

Dans le cadre de cette opération, la DD35 va organiser, les 20, 21 et 22 novembre 2015, place de la Mairie, à Rennes, **une grande braderie aux livres**. A partir de 4 € d'achats, un ticket HandiDon sera offert. Dès maintenant, une **grande collecte de livres** est mise en place à la Délégation (livres en bon état, hors ouvrages scolaires dicos et encyclopédies). N'hésitez pas à en parler autour de vous ! *Infos complémentaires et dépôt des livres à la DD35, 40, rue Danton, à Rennes. Tél. 02.99.84.26.66.*

## ACTUALITES DES GROUPES



### GRUPE INITIATIVE (GI)

Le Groupe Initiative (GI) et les Groupes Relais (GR) de St Malo et Tremblay/Fougères, se sont

réunis début juillet pour faire le bilan des actions de sensibilisation menées sur le département et envisager leur poursuite.

Cécile Cottebrune - Desbats, Chargée de Missions Développement des Activités Associatives, ayant pour principale mission d'accompagner le groupe initiatives et les groupes relais dans leurs actions revendicatives et de sensibilisation, a rappelé que la Délégation a réalisé sur l'année scolaire 2014-2015 un total de 36 interventions scolaires, réparties sur 19 établissements, soit plus de 400 heures de bénévolat.

Les participants ont souligné l'importance d'avoir un « cadre » lors de ces interventions : présence d'un membre du corps pé-

dagogique, choix du créneau de l'intervention, disposition d'outils et de matériel de présentation...

Ils ont également proposé la mise en place de moyens d'actions :

- La création du Comité de Pilotage des Sensibilisations sur Rennes Métropole dans le but de développer des conventions avec les établissements supérieurs spécialisés afin de pérenniser les partenariats et d'organiser des rendez-vous préalables avec les organisateurs et enseignants.
- La diversification des publics bénéficiaires des interventions : services techniques pour l'accessibilité, services aux personnes... ?
- La solidification du maillage entre les groupes dans des projets inclusifs afin d'être plus visibles (accessibilité à St Malo, implantation à Redon...)
- La réalisation d'un parcours fauteuil propre à la Délégation.



### GRUPE EPO (Entraide Polio Ouest)

Une cinquantaine de personnes ont participé

à la 3ème rencontre « Poliomyélite d'hier et complications d'aujourd'hui » qui s'est déroulée le 29 Avril à Vern sur Seiche.

Après un regard anthropologique par Jean-Luc BLAISE sur le handicap et les personnes atteintes de polio, le Pr BONNAN a abordé le sujet des causes et traitements des douleurs du dos, chez ces patients.

En complément, le Dr DAMAJ a traité des troubles orthopédiques et leurs solutions, avant que les spécificités de la chirurgie chez les polios ne soient présentées par le Pr HUTEN.

L'après-midi, l'exposé de Mme OLLIVAUX, Directrice de la MDPH 35 a permis à chacun de s'exprimer sur le fonctionnement de l'organisme et d'obtenir des conseils dans les services fournis.

Puis, Monique BERLAN et Daniel MORIN ani-

mateurs du Groupe EPO, ont échangé sur le bilan des actions et projets à venir.

Une réussite pour cette riche journée d'échanges, dans son contenu médical et juridique ainsi que par la qualité des intervenants.

Le compte rendu de cette rencontre est consultable sur l'espace EPO du site de la Délégation : <http://apf35.com/epo-index.php>.

Vous y trouverez également d'autres informations sur ce groupe, ainsi que le bilan de

la dernière sortie, organisée le 17 septembre dernier, dans le Golfe du Morbihan.



### Flash Info

Retour de la poliomyélite en Europe. Un article d'Ouest-France du 3 septembre dernier révélait que, 5 ans après la disparition de la maladie du continent européen, deux cas de polio ont été récemment confirmés chez des enfants en Ukraine.

### LE CAFE PAPOTE A REDON

Initié par Claire Barbu, stagiaire à la Délégation, le Café Papote a pour but de réunir des personnes en situation de handicap, du pays de Redon, pour sortir de l'isolement et échanger sur divers sujets, sur leurs habitudes dans leur environnement, sur les difficultés auxquelles ils sont confrontés et d'envisager les solutions à adopter pour améliorer le quotidien. Les premières réunions, qui ont eu lieu les 9 et 23 septembre derniers, ont permis aux participants de faire connaissance et d'aborder des sujets tels que l'accessibilité dans leurs communes.

CAFÉ PAPOTE



### L'atelier Théâtre de la Délégation APF 35

La Rock'n'rouettes Academy a repris ses activités le 17 septembre dernier. L'atelier Théâtre propose principalement des séances d'improvisation (développement de l'expression, lâcher-prise, jeux d'improvisation, relaxation) dans la détente et la bonne hu-

meur. Solène Lebouc anime l'atelier avec l'appui de Camille Haddaoui, tous deux bénévoles à l'APF. Les séances ont lieu le jeudi, tous les 15 jours (sauf vacances scolaires), de 18h00 à 20h00, salle Ory (face au foyer Guillaume d'Achon). *Informations et inscriptions auprès de la DD35, tél. 02.99.84.26.66.*

*Solène Lebouc, animatrice de l'atelier théâtre, est également art-thérapeute et nous présente son métier (voir p.22).*

### A votre demande, voici un bref descriptif des activités proposées par la Délégation :

Atelier théâtre : c'est un temps de détente et de partage où les personnes, valides ou en situation de handicap, apprennent à lâcher prise à travers l'improvisation.

Atelier arts plastiques : une professionnelle anime cet atelier créatif. Un engagement financier sur deux mois minimum est demandé (60 €).

Atelier sports et loisirs : cette activité, encadrée par des bénévoles, est un temps de détente autour de la boccia ou de la sarbacane.

Atelier jardinage : encadrée par des bénévoles, l'activité consiste notamment à arroser ou cueillir des fruits et légumes dans les jardins familiaux des Gayeulles. Atelier cuisine : création de plats rapides et faciles à faire pour un moment de détente et d'apprentissage.



Groupe amitié : sous l'égide d'Anne de Frémont, des après-midis jeux de société sont proposées tous les lundis.

Sortie découverte : escapade mensuelle, à la journée et en grands groupes, dédiée à la découverte d'un lieu, d'un musée... organisée par René Lefeuvre et Elisabeth Renaud.

Activité vélo couché : découverte et balade avec les vélos couchés de la Délégation. Possibilité d'utiliser le tandem avec un bénévole ou de s'initier au vélo couché trois roues, avec commande à gauche ou à droite.



*Pour toutes autres précisions ou informations, contactez la Délégation au 02.99.84.26.66.*



## ACTIVITES ET LOISIRS DE LA DD



### AGENDA DES PROCHAINES ACTIVITES

**Les ateliers** : Cuisine (20 octobre), Arts plastiques ou créatifs (16 et 30 octobre), Théâtre (1er et 15 octobre)

**Les activités ponctuelles ou régulières** : Sport (2, 16, 23 et 30 octobre), Jardinage (2, 16, 23 et 30 octobre), Vélo couché (3, 17 et 31 octobre), Jeux de société (5, 12, 19 et 26 octobre)

**Les sorties** : Resto / Bowling (8 octobre), Char à voile ou balade à St Malo (30 octobre).

**Les Journées Découvertes** : Musée du cidre à Le Hezo (56) le 15 octobre.

Retrouvez l'agenda sur le site [www.apf35.com](http://www.apf35.com).

### DANS L'AGENDA DU TRIMESTRE, NOTEZ EGALEMENT :

- ◇ **Braderie** à Rennes, Halle Martenot, le 18 octobre.
- ◇ **Braderie de livres** les 21, 22 et 23 novembre, place de la Mairie, à Rennes.
- ◇ **L'Assemblée Départementale**, le samedi 5 décembre, à Chartres de Bretagne (foyer Handas).



Infos complémentaires sur toutes ces activités auprès de la Délégation : Stéphanie André pour les loisirs, René Lefeuvre pour les Journées Découvertes et Catherine Poulain pour les opérations ressources.

**NOUVEAU !**

### Café citoyen

Un projet de café citoyen est en train de se mettre en place à la Délégation. En voici l'idée : « dans le monde actuel, nous n'avons pas souvent la parole, ou ne sommes pas écoutés ; des lieux d'échanges sont nécessaires, d'abord pour débattre, confronter nos idées, apprendre à se comprendre... Le café citoyen est un moment, un lieu, une rencontre, sur des thèmes à choisir, d'actualités ou pas : par exemple l'exode, le racisme, la morale, la formation, l'engagement... C'est avant tout un endroit citoyen où la parole est donnée, où toute personne peut s'exprimer, dans le respect de l'autre ; un lieu vivant... A vous de jouer le jeu !

Infos complémentaires sur ces nouveaux rendez-vous au 02.99.84.26.66.



### Visites à domicile

Vous souhaitez parler, rencontrer d'autres personnes, échanger, sortir de votre isolement : contactez votre Délégation ! Les adhérents qui le souhaitent peuvent ainsi s'inscrire auprès de la Délégation Départementale afin de recevoir la visite d'un bénévole à leur domicile. N'hésitez plus, contactez la DD35 (40, rue Danton, 35700 Rennes) ou appelez le n°02.99.84.26.66.

# INFOS DD35 - INFOS DD35 - INFOS DD35

JOURNÉE DECOUVERTE AUX JARDINS DU CHÂTEAU DE LA BALLUE (35)

LE 18 JUIN 2015



Eh oui, c'est une date historique que celle de l'appel du 18 Juin par le Général De Gaulle ! C'est sous un ciel pas trop engageant que nous en profitons pour sortir et aller humer l'air de la nature et ses beautés. Direction la Haute-Bretagne, plus précisément, les jardins du Château de la Ballue, dans le pays de Fougères. Espérons que nous aurons meilleur temps que lors de notre sortie à Le Châtelier où les écluses des cieux s'étaient carrément déversées sur nous.

Le château de la Ballue a une sacrée histoire, d'abord ancienne place forte du moyen-âge (XII<sup>ème</sup> siècle) avec enceinte et pont-levis, il possédait un colombier et 2 chapelles. Rasé puis reconstruit sur les anciennes salles souterraines au XVII<sup>ème</sup> siècle par Gilles de Ruelan, fermier général des impôts de Bretagne, il fut confisqué à la révolution. A la fin du XVIII<sup>ème</sup> siècle, il devint la résidence secrète de la résistance chouanne. Au XIX<sup>ème</sup> siècle, le site accueille une verrerie royale importante. En effet, le domaine de la Ballue est situé dans le pays de Fougères où l'abondance de fougères attira de nombreux maîtres verriers. La cendre de fougères a la propriété d'abaisser le degré de fusion du verre. Il a été aussi un lieu de prédilection pour de nombreux écrivains et artistes dont Balzac et Victor Hugo. Abandonné pendant 30 ans après la 2<sup>ème</sup> guerre mondiale, il fut racheté, en 1973, par l'éditrice Claude Arthaud (tante de la célèbre navigatrice Florence Arthaud) qui le restaure en partie. Depuis 2005, les propriétaires actuels poursuivent la restauration et la valorisation de ce site.

Les jardins à la française furent conçus au XVII<sup>ème</sup> siècle sur la terrasse sud. Ils existe-

ront jusque dans les années 40 mais seront abandonnés puis transformés en champ de pommes de terre après la 2<sup>ème</sup> guerre mondiale. En 1973, Claude Arthaud y conçut les jardins labyrinthiques. En fait, il y a, sur 2 ha, une juxtaposition de 2 jardins, séparés par une grande arcade de glycines appuyée sur des colonnes d'ifs.

Forts de toutes ces explications prodigués par la propriétaire, nous partons à la découverte de ces fameux jardins.

Nous passons sous une arche de glycine blanche et entrons dans le domaine des bosquets : celui des charmes, des fougères, le bosquet attrape, le jardin mouvementé (jardin de buis, d'ifs et de houx taillés en boules, en cubes, en cônes et en spirales), le bosquet des senteurs. Tiens, nous voici dans un sous bois qui abrite, entre autre, des cyclamens de Naples. Que cache donc le bosquet mystérieux avec ses troncs colonnes de cyprès ? Le théâtre de verdure lui succède. Plus tard, nous sommes assaillis par les fragrances de magnolias de toutes sortes. Au fond d'une allée, un fronton, comme celui d'une église, nous intrigue : il s'agit quand même du temple de Diane avec ses thuyas et ses tilleuls. Une longue allée de tilleuls nous permet d'avoir une belle vue sur la vallée du Couesnon. Tiens, le bosquet de musique : y aurait-il un récital par hasard ? Je m'y suis approchée mais aucune note ne me parvient, juste le chant des oiseaux, les bruits de la nature et le bruissement des feuillages. Oh ! Le labyrinthe : qui va oser s'y engouffrer au risque de se perdre ? Nous arrivons ensuite dans un espace où ont été sculptées toutes sortes de formes sur les arbres (vagues, cubes, escargots, etc.) Au milieu une mouette essaie de prendre son envol. Evidemment, 2 bénévoles voulant voir ça de plus près entraînent 2 personnes en fauteuil, consentantes malgré tout, dans un cross osé sur des allées très étroites entre les bosquets...

Bien que tout soit coupé au cordeau, le regard perçant et à l'affût d'une benvole débuse quelques brins qui dépassent et, sans rien dire, les coupe consciencieusement, sous l'œil amusé de ceux qui l'entourent !! Ah, mais que fait donc monsieur le jardinier ?

# INFOS DD35 - INFOS DD35 - INFOS DD35

JOURNÉE DECOUVERTE AUX JARDINS DU CHÂTEAU DE LA BALLUE (35)

LE 18 JUIN 2015 (suite)

Après avoir longé le château, nous arrivons dans la cour d'honneur et pouvons admirer la belle façade nord en granit doré, flanquée à l'Ouest de 3 tilleuls de plus de 250 ans. Bien conservés pour leur âge !

Contrairement à nos craintes, le soleil nous a accompagnés dans cette promenade pleine de surprises pour le regard, l'odorat et l'ouïe.

Que de travail pour les jardiniers et le personnel du château ! Je regarde, interrogative, les nombreuses fenêtres et tous leurs petits carreaux mais n'ai pu apprendre le nombre de pièces que comptait cette grande bâtisse. Nous ne pouvons d'ailleurs pas les visiter car les propriétaires y habitent. Pour les amateurs toutefois, le château propose 4 cham-

bres d'hôtes et une suite.

Notre retour s'effectue dans la bonne humeur, comme d'habitude, et on se donne rendez-vous à la prochaine sortie découverte du 9 Juillet.

*Elisabeth  
Renaud.*



JOURNÉE DECOUVERTE A L'INSECTARIUM DE LIZIO (56)

LE 9 JUILLET 2015



Par une matinée un peu fraîche et pour la dernière sortie avant les vacances, nous prenons la direction de Lizio, dans le Morbihan, à la découverte d'un insectarium.

Nous avons la surprise et la joie de revoir Patrick mais aussi Christine la conductrice (ça faisait bien longtemps) toujours pleins de bonne humeur.

Au restaurant, la solidarité a joué à plein car les entrées et les desserts étaient présentés sous forme de buffet. Un ballet de bénévoles portait les assiettes de ceux qui ne le pouvaient pas. C'était super et en plus chacun pouvait choisir !

Après nous être bien restaurés, réembarquement pour découvrir le monde des insectes. Espérons que ces petites bêtes ne nous mangeront pas... Notre jeune guide était au top de son art et connaissait très bien son sujet. Il nous a pris en charge et était très attentif.

Il a commencé par nous poser la question piège, à savoir le nombre de pattes qu'avaient les insectes. Les réponses ont été variées... Bon, par définition, tout animal ayant 6 pattes fait partie du groupe des insectes : coccinelle, criquet, la chenille aussi, car elle a bien 6 pattes articulées sur le devant et des fausses pattes qui sont des pattes ventouses. Nous découvrons, en premier, les arthropodes : groupe d'animaux invertébrés à pattes articulées. Nous avons vu un « mille pattes », le plus grand de l'insectarium, qui avait 200 pattes, des blattes souvent appelées « cafard » ou « cancrelat », certaines étaient énormes, et des termites qui font aussi partie des insectes.





Puis notre guide nous a entraînés dans la ruche parmi les abeilles. Allons-nous devoir revêtir un habit de protection pour ne pas être piqués et ressembler à un bibendum casqué, botté ? Arrivés là, nous y passons beaucoup de temps et c'était fort intéressant.

L'abeille est connue pour son miel, son pollen et sa cire. Le miel est fabriqué à partir du nectar qu'elle va récupérer sur les fleurs mellifères et de l'eau. Chaque ruche contient de 40 000 à 60 000 parfois 80 000 abeilles. Pour produire 28 gr. de miel, une abeille effectue, environ, 1 600 allers-retours. Elle vit, environ 42 jours pendant son activité. Pour récolter le nectar, l'abeille peut aller jusqu'à 4 kms de la ruche et visiter 225 000 fleurs par jour. Elle peut parcourir une distance équivalente à 4 fois le tour de la terre pour produire 1 kg de miel.

Dans chaque ruche, il y a une reine et une seule, abondamment nourrie de gelée royale et objet de soins attentifs de sa cour. Elle peut vivre 4 à 5 ans. Une reine pond environ 2 000 œufs par jour.

Durant leur existence, les abeilles exercent jusqu'à 7 métiers différents : nettoyeuse : aux 1ers jours de sa vie, l'abeille est préposée au ménage des cellules. Quand elle atteint 5-6 jours jusqu'à 15 jours, elle devient nourrice et est capable de sécréter de la nourriture pour les larves. L'architecte, âgée de 5 à 20 jours, construit les rayons de la ruche. La ventileuse (18 jours environ), régule la température de la ruche et assèche le nectar. La gardienne (entre 12 et 25 jours) est un vigile posté à l'entrée de la ruche. Elle contrôle l'identité des abeilles pour éviter les intruses venues piller leur réserves. La butineuse (environ 3 semaines) est responsable de l'approvisionnement hors de la ruche. Son travail, épuisant, l'épuise et elle meurt au bout de 4 à 5 jours.

Le miel a un intérêt nutritif bien supérieur au sucre de canne ou de betterave. Il possède des vertus médicinales reconnues, utilisées en apithérapie, et ses effets anti-bactériens, anti-inflammatoires, anti-oxydants, anti-septiques et cicatrisants (miel de thym) sont spécifiquement prouvés. Le pollen est un fortifiant exceptionnel et un stimulant des dé-

fenses immunitaires. La propolis est un mélange de cire, de pollen et de résine que l'abeille récolte sur les bourgeons (peuplier, bouleau, aulne, orme, marronnier, hêtre). Elle est un antibiotique naturel, efficace dans le soin des maladies bactériennes notamment ORL (angines, otites, sinusites). La gelée royale est un revitalisant exceptionnel. Elle est difficile à obtenir d'où son prix élevé. La cire sert à la fabrication de bougies, du rouge à lèvres, d'encaustique.

Au début de la visite, notre guide nous a demandé si nous mangions des insectes. La réponse fut NON. Or, il s'avère que nous en consommons sans le savoir, notamment dans les yaourts colorés, le pain, les céréales, les pâtes alimentaires, les saucisses knacki, les bonbons tagada, haribo, les M&M's, les sirops, les confitures, les rouges à lèvres, les fards et les crayons pour les yeux, etc. Elle colore nos aliments (colorant E120 ou carmin), c'est la cochenille.

A ma demande téméraire (j'avais envie de sauter le pas), suivie par Patrick, seul autre courageux, le guide nous a fait goûter un grillon : Oh ce n'est pas mauvais, ça croque sous la dent et ça a un goût difficile à définir vraiment : noisette, cacahouète. Grâce au grillon, nous n'avions pas besoin de manger puisque nous avons eu notre dose de protéines !

Et voilà, après cette « dégustation », nous reprenons, tous cette fois, la route du retour avec beaucoup de déviations comme à l'aller. Pauvre Christine, tu as fort à faire et tu n'as pas de chance. Finalement, les petites bêtes ne nous ont pas mangés, c'est plutôt nous qui... mais chutt ! La bonne humeur est toujours au 1er plan et tout le monde a apprécié cette découverte avant la prochaine, en septembre, après la période estivale.





C'est par une belle journée de rentrée que nous prenons la route pour un joli village, au bord de la rivière Lié, à 10 km de Loudéac.

Nous nous installons dans un restaurant un peu « chicosse » et après avoir bien déjeuné, nous remontons dans notre Albatros en direction du Musée des Métiers qui, installé dans une ancienne tannerie datant de 1880, expose les savoir-faire traditionnels de la 1ère moitié du 20ème siècle. Ce lieu renferme un véritable trésor !

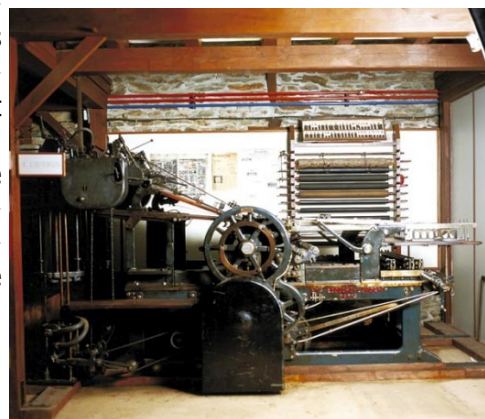
Nous commençons par le sabotier : Il retourne la bille de bois (le hêtre) avec le tourne bille afin d'en achever le sciage au harpon (scie pour couper le bois en rondelle) à la longueur du sabot. Il prendra ensuite la hache à bûcher (dite « épaule de mouton ») pour faire l'ébauche de la forme extérieure. L'étape suivante se fait sur la bique (petit établi sur lequel est fixé un grand sabre orientable appelé le paroir avec lequel est façonné l'extérieur). Puis vient le creusage à l'aide de la tarière et avec diverses cuillères ce qui permet de percer des trous de différents diamètres dans le bois. Ce travail moins pénible était souvent donné à la femme. Le boutoir est ensuite mis en œuvre pour former semelle et talon. Puis la femme se charge des finitions au raclor avant de teindre au noir de fumée, au brou de noix ou plus tard au vernis. Celle-ci vendait les sabots en ville et parcourait les rues avec les sabots accrochés, par paire, autour du cou. Saviez-vous que le nom du sabot venait de la contraction de savate et de botte ? Vient ensuite le maréchal-ferrant : Il utilise le rogne-pied pour tailler la corne, 1 rénette pour nettoyer les sabots du cheval, la tricoise (sorte de tenaille) qui enlève les clous, la mailloche qui arrache et enfonce les clous et la râpe pour les finitions (enlève la corne et le métal superflus). On ferre le cheval toutes les 6-9 semaines.

Passons au métier de forgeron : cette activité est apparue environ 5 000 ans av. J.C. Il utili-

sait une enclume et un marteau pour forger des objets en bronze, cuivre ou argent après les avoir portés à incandescence dans des fours. Il cerclait, à chaud, les roues des charrettes.

Ce n'est pas le tout mais il faut être bien chaussés. Aussi nous nous dirigeons vers l'échoppe du cordonnier afin d'acheter quelques chaussures, chokes ou galoches. Au départ, il mesure le pied puis construit intégralement la chaussure à l'aide d'une machine à coudre. Les galoches (chaussures de cuir à semelle de bois) faisaient très mal aux pieds. Les enfants les portaient pour aller à l'école. Puis, est apparue la machine pour faire les talons hauts des chaussures de femmes. Saviez-vous que, jusqu'en 1789, le cordonnier faisait des chaussures identiques pour les 2 pieds ? A partir de la révolution, le soulier droit est différent du gauche. Le travail reste manuel jusqu'en 1930 puis viennent les machines électriques.

Maintenant, il faut que les personnes puissent se tenir au courant des actualités. Voici donc qu'arrive l'imprimerie : Au début c'était souvent les moines qui écrivaient les livres à la main. Puis sont confectionnées les lettres en bois mais en grands caractères. Comme il n'était pas possible de sculpter le bois, on a fait des caractères en plomb et on pouvait, ainsi, faire des plus petits caractères. Il y eut l'imprimante à main, puis vient l'imprimante à pédale en 1880 (difficile car pression d'un seul pied) puis la machine à cylindre (1980). Puis vient la lynotype créée par un Allemand mais développée par les Américains en 1885. C'était une barrette en plomb, fondu à 350° et qui permettait de faire une ligne entière de 90 caractères. Puis avec l'évolution est apparue la rotative dont le cylindre imprimait le papier.



Nous arrivons au bout de notre voyage en admirant le travail du charron : c'est un spécialiste du bois et du métal. Il conçoit, fabrique, entretient, adapte ou répare les chars, charriots, charrettes, calèches, corbillards, charrués, brouettes, etc... Les 1ères roues apparaissent au 4ème millénaire avant notre ère. Elles sont pleines, taillées d'une seule pièce ou faites de plusieurs planches assemblées et bridées. Le moyeu était fait avec de l'orme. Des entailles (mortaises) étaient faites dans le moyeu (partie centrale de la roue) pour y emboîter les raies (ou rayons : leur nombre est toujours pair). Les raies étaient en acacia ou frêne profilées en forme d'œuf. Les roues à rayons et à jantes sont apparues au 2ème millénaire. Les jantes étaient en frêne. Ce métier est essentiellement lié au cheval. Il se servait d'une machine à refouler qui servait à souder le cerclage lors de la réalisation de la roue. Une roue de 50 cm de diamètre demandait environ 1 journée de travail. Pour monter le fer sur le bois, il faut le dilater. Un feu de bois est allumé au sol. Mais ce n'était pas toujours réussi. Aussi, il fallait recommencer tout le travail parfois d'une journée entière. Les charrettes à pneus sont apparues en 1949.

Puis pour terminer nous voyons le travail du bourrelier : il travaille la bourre et le cuir. C'est de la peau tannée de bœuf, de chèvre, de veau, d'âne ou de mouton. Il fabrique et répare les harnais des chevaux, les bâches, les licols. Il a été nommé bourrelier, du nom du collier des chevaux qu'on appelait autrefois « bourrelet ». Une appellation amicale du bourrelier lui a été donnée « le marquis de la croupière ». Contemporaine de celle du tanneur, qui lui fournit la bourre, l'origine du bourrelier remonte à l'ancienne Egypte. L'art de la sellerie aurait été introduite en France par les Huns aux environs du 4ème siècle. A la généralisation du tracteur, le bourrelier a dû s'adapter et il se convertit, généralement, dans la maroquinerie, garnisseur de fauteuil, matelassier.

Et voilà que se termine notre journée et retour au bercail dans la bonne humeur.

A bientôt.

*E. Renaud.*



#### Astuces et devinettes à propos des abeilles (Journée découverte de juillet)

Ne jamais mettre tout de suite le miel dans un liquide chaud car cela enlève ses vertus. Quand on peut boire une gorgée sans se brûler, on peut mettre la cuillère de miel. Il est préférable de prendre 1 cuillère de miel le matin à jeûn.

A—Les 1ères ruches étaient-elles faites avec : 1. de la boue séchée, 2. des brindilles ou 3. des troncs d'arbres creusés ?

B—Les abeilles sont-elles apparues : 1. en Afrique, 2. en Amérique, 3. en Asie ?

C—Les abeilles ont-elles : 1. 1 paire d'ailes, 2. 2 paires d'ailes ou 3. 3 paires d'ailes ?

D—Les faux-bourdons n'ont-ils : 1. qu'un seul dard, 2. que 2 dards ou 3. pas de dard ?

E—Le miel est-il extrait : 1. de la propolis, 2. du nectar des fleurs, 3. des pétales de fleurs ?

F—Une abeille vit-elle généralement : 1. 1 mois, 2. 2 mois, 3. 6 semaines ?

G— Un essaim est-il constitué : 1. de 3000 à 7000 abeilles, 2. de 30 000 à 70 000 abeilles ou 3. de 300 000 à 700 000 abeilles ?



Réponses aux devinettes : A : 3 ; B : 3 ; C : 2 ; D : 3 ; E : 2 ; F : 3 ; G : 2.



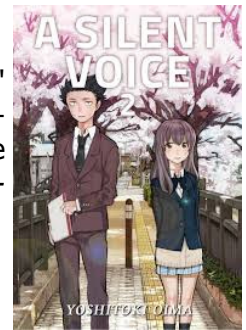
# CULTURE, SPORTS ET LOISIRS

## CULTURE



**Rentrée littéraire « adaptée »** : le Syndicat National de l'Édition (SNE) et le Centre National du Livre (CNL) ont annoncé, début septembre, une liste de 330 romans et ouvrages marquant la rentrée littéraire qui seront adaptés pour les « publics empêchés de lire ». Les adaptations seront réalisées par les organisations agréées dans le cadre de l'exception au droit d'auteur. La Bibliothèque Numérique Francophone Accessible (BNFA) publie la liste des 110 ouvrages que ses membres ont déjà adaptés.

**Manga et surdité** : les 3<sup>ème</sup> et 4<sup>ème</sup> volumes du manga "A silent voice" sont parus chez Ki-oon. Shoya a décidé de vivre et d'affronter sa culpabilité d'avoir maltraité la petite sourde Shoko lorsqu'ils étaient dans la même classe en primaire. « A silent voice 3 & 4 », par Yoshitoki Oima, Ki-oon éditeur - 6,60 € en librairie.



## SPORTS



**Dépasser ses limites avec le Défi Voile** : le SAMS APF 35 (Service d'Accompagnement Médico-Social) a participé à la 21<sup>ème</sup> édition du challenge Défi Voile, organisé dans le golfe du Morbihan, du 1<sup>er</sup> au 5 juin 2015. Le bettonais, Romuald Bédis a participé à cette épreuve sportive qui a rassemblé une quinzaine d'équipages mixtes (personnes valides et handicapées) pendant une semaine de régates.

**Tir à l'arc - Un Mondial demi-teinte** : les sept compétiteurs français au championnat du monde de tir à l'arc, qui s'est déroulé, fin août, en Allemagne, sont rentrés bredouilles. Les meilleurs français, Brigitte Duboc (arc classique) et Eric Pereira (arc à poulies) n'ont pas dépassé les quarts de finale. Ils sont, toutefois, tous 2, qualifiés pour les Jeux Paralympiques de Rio 2016. La compétition 2015 a été remportée par la Chine, avec 10 médailles dont 5 d'or, devant les USA (4 médailles d'or) et la Grande-Bretagne (10 médailles dont 2 d'or).



**Cécifoot - La France 5<sup>ème</sup>** : l'équipe de France, vice-championne paralympique à Londres 2012, termine à la 5<sup>ème</sup> place du championnat d'Europe de Cécifoot qui s'est déroulé, fin août, en Angleterre. Le championnat a été remporté par la Turquie.



### Recyclage solidaire

Ne jetez pas Han'dizou ! Déposez les exemplaires lus dans les salles d'attente de votre médecin, dentiste ou kiné... et participez ainsi à communiquer sur nos activités en plus de ce geste citoyen ! MERCI.

## LOISIRS & ARTS

### L'art-thérapie, par Solène Lebouc :

Solène Lebouc, animatrice de l'atelier théâtre de l'APF depuis 2009, est également art-thérapeute à Rennes. Elle nous présente son métier.



#### En quoi consiste l'art-thérapie ?

L'art-thérapie vise à aider les personnes à dépasser leurs difficultés en soulageant leurs tensions grâce à la création artistique. Et ainsi atteindre un bien-être au quotidien. Durant les séances, je suis à l'écoute de la personne et de ses difficultés, sans jugement. Je lui propose des activités artistiques personnalisées en respectant ses désirs et possibilités, pour favoriser son lâcher-prise.

#### A qui s'adresse l'art-thérapie ?

Cette discipline convient à toute personne en souffrance physique, psychique ou relationnelle. Aucune connaissance artistique, ni technique, n'est nécessaire. Les séances sont un moment de liberté et d'expression personnelle. L'art-thérapie aide à une meilleure estime de soi, favorise la libération d'émotions, apaise l'anxiété et les douleurs, facilite la socialisation.

**Contacts :** Solène Lebouc, art-thérapeute certifiée. Tél. 07.83.74.28.92 ; courriel : [solene.lebouc@gmail.com](mailto:solene.lebouc@gmail.com) ; site : <http://etincelles-elementaires.jimdo.com>.

**Carte européenne :** la Commission Européenne a lancé, début juillet, un appel d'offres auprès des Etats membres de l'Union pour créer, début 2016, une carte européenne de mobilité délivrée aux ressortissants handicapés. Elle assurerait à l'ensemble des titulaires le bénéfice des dispositions et tarifs prévus dans chaque pays de l'UE en faveur des personnes handicapées, que ce soit dans les lieux culturels, sportifs ou de loisirs, ainsi que dans les transports. L'objectif est de faciliter l'accès à ces diverses activités pour les citoyens européens en voyage.

### Découvertes dans les espaces naturels :

la Ligue de Protection des Oiseaux (LPO), présidée par Alain Bougrain Dubourg, a publié un guide téléchargeable : *Handi Cap Nature*. Ce guide est destiné à favoriser l'accès aux sites et la connaissance animalière. L'ouvrage est essentiellement dédié à l'organisation d'activités et sorties nature par les personnels éducatifs d'établissements médico-sociaux et d'associations, mais ses informations sont également utiles aux individuels. Onze fiches techniques illustrées présentent des actions aisées à mettre en place (construire des nichoirs et mangeoires, nourrir les oiseaux pendant l'hiver, reconnaître les oiseaux, etc.) Ce guide est téléchargeable sur : <https://www.lpo.fr/actualites/guide-handi-cap-nature-tous-unis-pour-defendre-la-nature>



### HandyCairn, un label et un guide touristique :

HandyCairn est le nouveau Label international dédié au tourisme et aux loisirs accessibles. Ce label est associé au guide internet [www.handycairn.com](http://www.handycairn.com). Sa



mission est de proposer, dans tous les pays, des lieux, des activités de loisirs et un tourisme accessibles aux différents handicaps, pour faire partager des expériences à des familles différentes et leur donner des envies de bouger et de vivre égaux ! Handycairn propose également un service d'échanges de logements adaptés. Site : [www.handycairn.com](http://www.handycairn.com) et contacts : [contact-handycairn@orange.fr](mailto:contact-handycairn@orange.fr). Tél. 04.72.02.07.65.

**Concert :** la chorale « Les Baladins de l'Île » fête ses 25 ans et vous convie à un concert, le Dimanche 11 octobre à 16H00, à l'Eglise Saint Joseph, rue Mr Vincent (rue de Vern) à Rennes. Elle sera accompagnée par le quintette de cuivres « Ventil Brass ». Entrée : 7 €, gratuit pour les moins de 13 ans.



## LA RECETTE DE L'AUTOMNE

### Galettes de potiron

#### Ingrédients

1/2 potiron ou 1/4 citrouille  
2 œufs  
4 cuil. à soupe de farine  
1 oignon  
Persil, sel, poivre  
Huile pour la cuisson



#### Préparation

Raper le potiron et l'oignon crus, hacher le

persil.

Mettre le tout dans un saladier, y ajouter les œufs, la farine, le sel, le poivre et le persil haché, bien mélanger.

Chauffer l'huile, former des petites galettes de 8cm de diamètre, les cuire 2mn de chaque côté, égoutter sur un papier absorbant et servir.

Accompagne parfaitement viandes et poissons. On peut aussi incorporer dans l'appareil avant cuisson, aussi bien des petites crevettes, que des noix de pétoncle, les servir alors uniquement avec une salade.

### Dicton du trimestre :

« A la Sainte Catherine, tout bois prend racine ! ».

#### Origine des expressions

A l'automne, tous les arbres et arbustes, même sans motte peuvent se planter. C'est le moment propice à la plantation, en effet les arbres n'ont plus leurs feuilles et leur sève est descendue. La terre quant à elle, est encore chaude, le sol lui est humide. Mais attention, ne plantez pas par temps de gel ou neige. L'origine du dicton la Sainte Catherine ne concernait pas la plantation, mais le bouturage à bois sec. Ce mode très ancien de bouturage se pratique l'hiver (novembre à janvier), c'est-à-dire pendant la période de repos de la végétation. Le terme de « sec » veut en fait dire « sans feuilles ».

### JEUX

**Vrai ou faux** – Au Portugal, on ne mange pas de dinde à Noël mais de la morue. : vrai ou faux ? (voir Sol.1 en bas de page).

**Devinette** – A l'école, on y range ses cahiers. C'est aussi une modeste habitation et les dessinateurs adorent y raconter des histoires. Qu'est ce ? (voir Sol.2 en bas de page).

**Blague** - Une maman kangourou déclare : « Docteur, j'ai des brûlures d'estomac » ; le docteur : « Dites à vos enfants d'arrêter de jouer avec des allumettes » !

#### Charade

Mon 1er laisse des traces sur le sable  
Les bateaux s'éloignent de mon 2nd lorsqu'ils partent en mer  
Mon 3ème peut être d'école, de figure ou de conscience  
Mon 4ème est la 1ère note du solfège  
Mon tout est une opération ressources menée par les bénévoles de la délégation sur plus d'un mois avant Noël (voir Sol.3 en bas de page).

#### Rébus

Opérations Ressources précieuses pour la Délégation.  
(voir Sol.4 en bas de page).



1, ... , 3, 4



### SOLUTIONS DES JEUX

Sol.1 : c'est vrai, c'est le plat national du Portugal, en général, elle est cuisinée bouillie avec des pommes de terre et du chou. - Sol.2 : la case - Sol.3 : Paquets cadeaux (Pas, qual, cas, (do - Sol.4 : braderie (bras, 2, riz).



# INFOS PRATIQUES - INFOS PRATIQUES

**DONS - Legs, donations, assurances-vie** : choisir de transmettre tout ou partie de son patrimoine à l'Association des Paralysés de France, c'est offrir la possibilité de faire la différence dans le quotidien des personnes en situation de handicap. Les legs, donations et assurances vie, exempts de droits de mutation, constituent une part importante des ressources de l'APF. Parce que le patrimoine est d'abord un capital affectif, symbolique, qui donne toute sa dimension à la transmission bien plus que le produit d'une accumulation de biens matériels, nous vous renseignons et vous accompagnons en toute confidentialité et sans engagement de votre part. Rejoignez notre famille de cœur ! Pour plus d'informations, consultez le site [www.apf35.fr](http://www.apf35.fr) ou contactez la Délégation 40, rue Danton, à Rennes – tél. : 02.99.84.26.66.

● **Han'dizou 35** est édité au trimestre. Pour celui de janvier—février—mars **2016**, merci de transmettre vos informations, réactions ou petites annonces à la Délégation, par téléphone ou par courrier, avant le **15 décembre 2015**.

● **Bulletin édité par la Délégation APF d'Ille-et-Vilaine** : 40 rue Danton, 35700 Rennes.  
Tirage : 500 exemplaires

**Directeur de la publication** : Francis Renard

**Comité de Rédaction** : Patrick Aubry, Hélène Gisèle Boukou, Jean-Yves Le Houëzec, Brigitte Parey-Mans, Elisabeth Renaud.

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

**→ Demande de documentation gratuite et confidentielle sur les legs, donations et assurances-vie**

A retourner sous enveloppe affranchie à l'adresse ci-contre.

Je souhaite recevoir votre brochure **Legs, Donations & Assurances-Vie.**

Je souhaite être contacté(e)  
Les horaires auxquels vous pouvez m'appeler :

M<sup>me</sup>  M<sup>lle</sup>  M. ..... Prénom .....

Adresse .....

Code postal ..... Ville .....

Tél. .... E-Mail (facultatif) .....

En application de la loi du 6 janvier 1978, vous disposez d'un droit d'accès, de rectification et de suppression aux informations vous concernant, en vous adressant à notre association. Seul opposition de votre part, les noms, prénoms et adresses de nos adhérents et donateurs sont communiqués à nos services internes et aux organismes liés contractuellement à l'APF.

## Bulletin d'adhésion

Pour souscrire une *cotisation familiale* dès aujourd'hui, merci de contacter votre délégation départementale.

À compléter et à retourner sous enveloppe sans affranchir à :  
**APF libre réponse 94134 – 75642 Paris Cedex 13,**  
ou directement à votre délégation départementale.

**OUI, je souhaite** (au choix) :

Adhérer pour 1 an à l'APF DHNA13  
25 € (montant de l'adhésion seule, sans abonnement) €

ou

Adhérer à l'APF et m'abonner pour 1 an au magazine **FAIRE FACE** DHNA13 + AFAA13  
au prix spécial de 47 € (au lieu de 58 €) €

et

J'apporte mon soutien à l'APF (facultatif) €  
par un don complémentaire de : €

Tarifs valables jusqu'au TOTAL de mon règlement : €  
31/12/2014

*Votre adhésion (25 €) et votre don complémentaire vous donnent droit à une réduction d'impôts de 66 % dans la limite de 20 % de votre revenu imposable.*

En application de la loi du 6 janvier 1978, vous disposez d'un droit d'accès, de rectification et de suppression aux informations vous concernant, en vous adressant à notre association. Les noms, prénoms et adresses de nos adhérents et abonnés sont communiqués à nos services internes et aux organismes liés contractuellement avec l'APF. Si vous ne souhaitez pas que vos coordonnées soient transmises, il vous suffit de nous écrire en précisant vos nom, adresse et numéro d'adhérent ou d'abonné.

L'adhésion est individuelle  M<sup>me</sup>  M<sup>lle</sup>  M. FBULL13

Nom : .....

Prénom : .....

N° d'adhérent (facultatif) : .....

Adresse : .....

CP | | | | | Ville : .....

Ci-joint mon règlement par :

Chèque à l'ordre de l'Association des Paralysés de France

Carte bancaire : merci de nous contacter au 01 53 80 81 04

Renseignements facultatifs :

Numéro de téléphone : | | | | | | | | | |

Adresse e-mail : .....@.....

**Vous avez entre 18 et 25 ans ?**  
*Votre 1<sup>re</sup> année d'adhésion est gratuite.*  
 Contactez votre délégation départementale pour en savoir plus.