

n°14
Juin 2012

PERCE-NEIGE MAGAZINE



PERCE
NEIGE



Jardiniers
en herbe

po3 **UNE GRANDE CAUSE OBTIENT
GAIN DE CAUSE**

po8 **DES LENDEMAINS
QUI CHANTENT ENFIN**

po10 **DIX ANS DE MOULINS-
LA-MARCHE**





Graines de bonheur

À l'aube d'un été que nous vous souhaitons ensoleillé et joyeux, nous sommes heureux de vous présenter ce nouveau numéro de Perce-Neige Magazine, en grande partie tourné vers la vie de nos résidents.

Au sein de nos Maisons, nous veillons toujours à leur bonheur et vous découvrirez que la relation à la nature occupe une place importante dans nos activités. Dans ce rapport à la terre, le jugement de l'autre n'a pas sa place. Seuls l'épanouissement et le sentiment de liberté priment.

En parcourant les pages 'vertes' de ce magazine, vous partirez à la rencontre de nos jardiniers en herbe dans leur Maison de Chauché. Entourés de nos équipes qui leur sont entièrement dévouées, ils découvrent ou retrouvent les plaisirs simples d'innombrables activités en plein air. Bêcher, arroser, récolter, partager, déguster... vous verrez qu'ils ne manquent ni d'envie, ni de créativité !

Nous vous parlerons aussi de notre combat sans relâche pour une grande cause nationale : l'autisme. Afin d'accueillir les personnes concernées, Perce-Neige a déjà ouvert deux établissements à Mandres-les-Roses et à Brissac et en ouvrira un troisième en fin d'année, à Marseille.

Parmi les autres sujets abordés : le portrait touchant de Madame Huart et de sa fille Brigitte, résidente à la Maison de Maing, la formidable histoire de la Maison de Moulins-la-Marche qui fête ses 10 ans cette année, ou encore notre belle rencontre avec Cindy Ranchon, professeur en activité physique adaptée qui voue son quotidien aux résidents de la Maison de Castelnau-le-Lez.

Nous sommes très heureux de partager avec vous ces instants de vie et de plaisir. Ils existent grâce à vous et à votre soutien. Chacun de vos dons est une graine de bonheur, vous en avez la preuve avec ce nouveau magazine et, plus que jamais, je vous en remercie très chaleureusement.

Christophe Lasserre-Ventura

Président de Perce-Neige

n°14
Juin 2012

**PERCE-NEIGE
MAGAZINE**

102 bis, bd Saint-Denis
92415 Courbevoie Cedex
Tél. 01 47 17 19 30
www.perce-neige.org

DIRECTEUR DE PUBLICATION
Christophe LASSERRE-VENTURA

RÉDACTEURS EN CHEF
Gilles de FENOYL
Béatrice du RETAIL



CRÉATION ET RÉDACTION
okó

N° ISSN : 1960-7210
Crédit photos : Photothèque
Perce-Neige - Marc Guéret -
Christophe Hargoues - Corbis



NOS COMBATS p3
**UNE GRANDE CAUSE OBTIENT
GAIN DE CAUSE**

NOTRE RÉALITÉ p4
JARDINIERS EN HERBE



NOS FAMILLES p8
**DES LENDEMAINS
QUI CHANTENT ENFIN**

NOS INFOS p9
**UNE SOURIS VERTE
GÉNÉREUSE !**



NOS MAISONS p10
**UN BEL EXEMPLE
D'INTÉGRATION LOCALE**

NOS RENCONTRES p11
**CINDY RANCHON,
PROFESSEUR EN ACTIVITÉ
PHYSIQUE ADAPTÉE**



UNE GRANDE CAUSE OBTIENT GAIN DE CAUSE

Consacré 'grande cause nationale 2012', l'autisme est aujourd'hui reconnu comme un problème de santé publique majeur. À Perce-Neige, la prise en charge de ce trouble a débuté en 2008 avec l'ouverture d'une première Maison dédiée aux personnes autistes à Mandres-les-Roses, dans le Val-de-Marne.

On estime que l'autisme touche près de 400 000 personnes en France. La prévalence de ce syndrome est passée d'1 naissance sur 2000 en 1960 à 1 sur 150 de nos jours⁽¹⁾. Selon le Secrétaire général de l'ONU, Ban Ki-moon, « parmi tous les troubles graves de développement, il est celui qui connaît la plus rapide expansion dans le monde ».

Du retard dans la prise en charge des adultes

Outre le problème du diagnostic tardif⁽²⁾, la France est également confrontée au manque de places d'accueil pour les personnes atteintes de troubles autistiques, surtout pour les adultes. Pour le moment, le plan autisme, lancé en 2008, n'a pas tenu toutes ses promesses.

Les adultes atteints de troubles graves ne peuvent être autonomes et ne trouvent pas de place dans les établissements spécialisés dont les listes d'attente sont de plus en plus longues. Ces personnes restent donc le plus souvent à la charge des familles, les privant des moyens d'un accompagnement adapté qui leur permettrait de progresser. De nombreux adultes autistes sont également obligés de se tourner vers le milieu hospitalier, ce qui a souvent pour conséquence de les couper de toute vie sociale. Les personnes autistes vieillissantes doivent aussi faire face au manque de structures spécifiques, les maisons de retraite classiques ne pouvant leur fournir l'accompagnement adapté dont elles ont besoin.

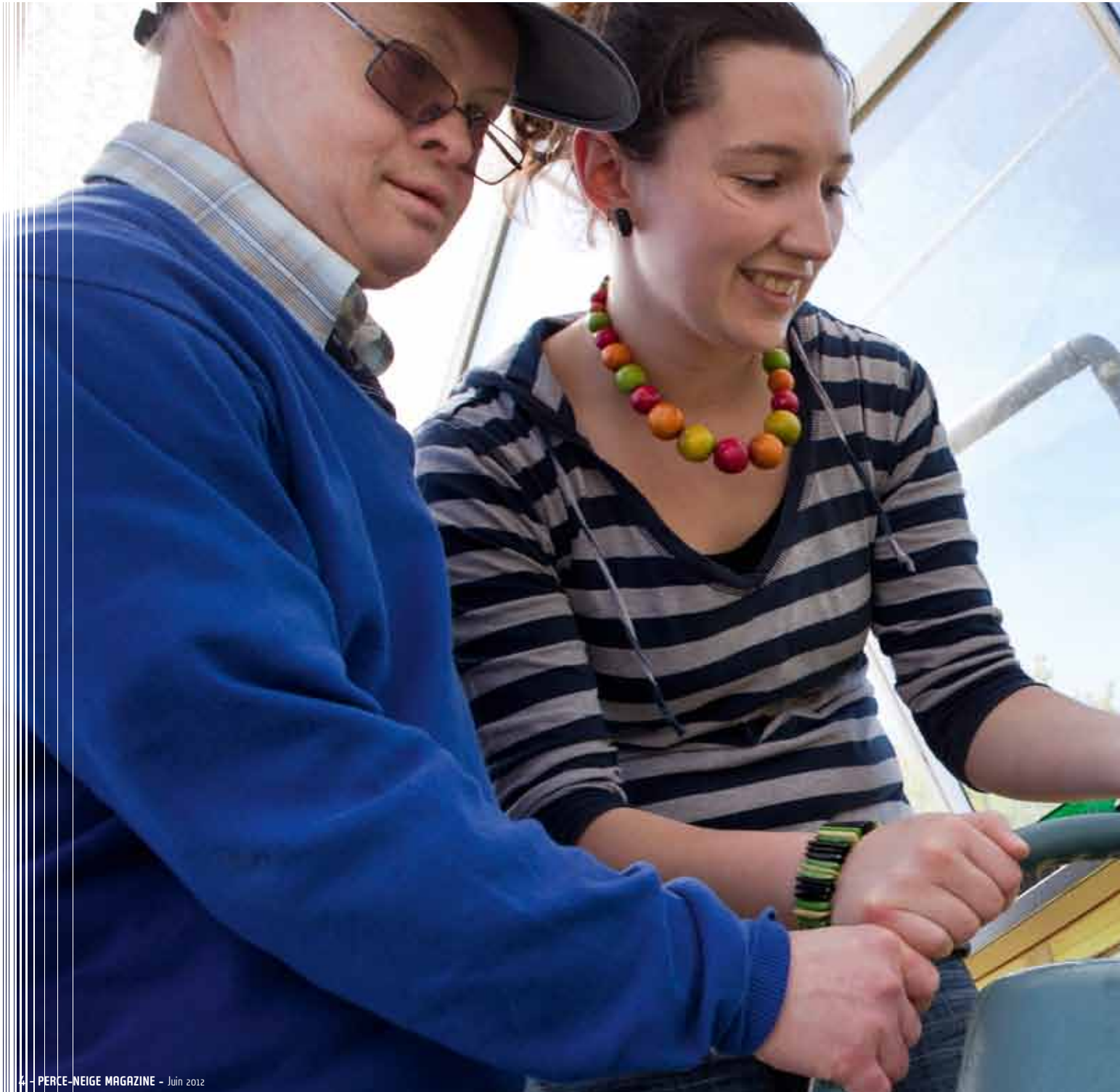
Bien avant que l'autisme soit déclaré 'grande cause nationale 2012', Perce-Neige a accueilli parmi les résidents de ses Maisons des adultes touchés par ce syndrome. Cet engagement se renforce encore aujourd'hui. Après Mandres-les-Roses (Val-de-Marne) en 2008, l'Association poursuit l'ouverture de nouvelles Maisons Perce-Neige dédiées à la prise en charge des personnes autistes. Celle de Brissac (Maine-et-Loire) accueille depuis fin 2011, 32 résidents et celle de Marseille (Bouches-du-Rhône) en fera de même à la fin de l'année 2012.

(1) source HAS (Haute Autorité de Santé).

(2) Les premiers signes peuvent se détecter dès 12 mois, permettant de poser un diagnostic entre 2 et 3 ans. Pourtant le dépistage intervient en moyenne vers l'âge de 6 ans. Trois à quatre ans sont donc perdus à un âge où d'énormes progrès peuvent être accomplis grâce à des méthodes d'accompagnement adaptées.



JARDINIER



S EN HERBE

Respirer, toucher, goûter, sentir... le jardinage est une véritable expérience sensorielle pour les résidents. Concret et convivial, cet atelier leur permet aussi de prendre confiance en eux et de participer à une activité qui a du sens dans la vie de la Maison.

“ **D**ès l'ouverture de la Maison de Chauché (Vendée), il y a 19 mois, nous avons souhaité mettre en place une activité jardinage, explique Olivier Carré, son Directeur. Les lieux ont d'ailleurs été rapidement investis par les résidents ! Un grand nombre d'entre eux avait une expérience passée dans le domaine, en famille ou en ESAT⁽¹⁾, et désirait créer un potager.

L'atelier a démarré au rythme de deux demi-journées par semaine. Nous avons commencé par réfléchir au style de jardin que nous voulions mettre en place. Nous le voulions attrayant, fonctionnel, accessible et écologique. Les premiers mois, nous avons créé nos carrés et planches de cultures,

avec des allées suffisamment larges pour pouvoir y circuler facilement. Afin de limiter les contraintes du désherbage et du travail du sol, nous paillons nos planches de cultures par des feuilles, du bois déchiqueté et des tontes de gazon et cela durant toute l'année. Nous laissons ainsi les vers de terre et autres insectes travailler et enrichir le sol à notre place ! Cette méthode permet aussi de garder l'humidité et de limiter les arrosages. Depuis la création du jardin, nous essayons de nous inscrire dans une démarche éco-citoyenne. Nous récupérons les déchets verts des repas de la Maison pour alimenter nos composteurs. Nous n'utilisons aucun produit chimique et avons installé deux récupérateurs d'eau pluviale.

« En jardinant, certains résidents se dépassent vraiment. Je pense notamment à l'un d'entre eux dont on doutait des capacités à bêcher. Non seulement, il y est parvenu mais depuis il pratique cette activité avec plaisir. Dans le cadre du projet personnalisé, nous faisons le bilan des capacités acquises pour chaque résident mais également de celles qu'ils pourraient acquérir. Nous pouvons inciter fermement (quand cela a été inscrit dans le projet personnalisé) mais nous n'obligeons jamais. »



Voir la vie en vert

Le jardinage est une activité intéressante pour les résidents car elle s'inscrit dans le temps. Elle suit le cycle des saisons et de la vie. Outre les aléas de la météo, elle a des exigences qui responsabilisent les résidents de façon concrète. Le jardinage favorise également les liens sociaux, l'entraide, la convivialité, l'échange, l'estime de soi.

Cet atelier s'envisage aussi comme une véritable activité physique pour les résidents car la dépense énergétique est réelle. Certains y trouvent un moyen d'évacuer des tensions par des tâches plus physiques ou minutieuses. D'autres viennent y chercher le plein air, la contemplation. Notre jardin est en effet un espace de promenade, où les résidents peuvent venir se ressourcer, éveiller leurs sens par les senteurs, les formes, les couleurs, les saveurs et les touchers rencontrés. L'activité se déroulant sur une parcelle située au sein de l'établissement, tous les résidents, même ceux dont la capacité de déplacement est réduite, peuvent la pratiquer.

Du jardin à l'assiette !

Notre potager a révélé ses premiers trésors durant l'été 2011. Après avoir semé, planté et arrosé, les résidents ont pu récolter et cueillir des légumes et des fruits. C'est une véritable joie pour eux de voir leur travail récompensé. Cet aspect concret du jardinage - la dépense physique, la récolte, le partage... - leur apporte beaucoup de satisfaction.



Cette activité est aussi porteuse de sens car chaque culture a son intérêt dans la Maison. Fraises et framboises se savourent sur place ou en pâtisserie ; rhubarbe et courgettes se transforment en confitures ; radis, melons et tomates cerise se dégustent à l'apéritif ; fleurs, citrouilles et coloquintes sont utiles pour la décoration. Le jardinage génère ainsi des passerelles avec d'autres activités de la Maison comme les ateliers de cuisine et d'art floral.

Aujourd'hui, nous avons fait l'acquisition d'une serre dans laquelle nous pouvons travailler les jours de mauvais temps. Avec l'équipe éducative, nous ne manquons pas d'idées pour faire évoluer cette activité essentielle pour la vie de la Maison. Nous envisageons ainsi d'adapter au maximum l'atelier jardin aux personnes à mobilité réduite. Diversifier et tester de nouvelles cultures, aménager des hôtels pour les insectes pollinisateurs, construire des nichoirs pour les oiseaux font aussi partie de nos futurs projets.

Nous souhaitons également ouvrir notre potager à l'extérieur, par exemple en invitant l'école de Chauché à un atelier autour du thème du jardin. »

(1) Etablissement et service d'aide par le travail



Laurent Barranger était un résident de la Maison Perce-Neige de Chauché. Il était un membre assidu de l'atelier jardinage.

Il nous a quittés le 28 mars dernier. Nous lui dédions ce magazine.

“ Les résidents prennent de la hauteur grâce au jardinage ”

**Philippe Landru,
Directeur de la Maison
Perce-Neige
de Castelnaud-le-Lez
(Hérault)**

« La majorité des résidents de la Maison de Castelnaud ne marchent pas et ont de grandes difficultés à parler. Lorsque nous avons souhaité mettre en place un potager, nous avons dû prendre en compte la présence des fauteuils roulants dans le déroulement de l'activité.

Les résidents ne sont pas toujours en capacité de faire les choses mais, en revanche, ils sont en capacité d'être dynamisés. Avec l'équipe éducative, nous avons eu l'idée de créer un potager à hauteur de fauteuil à l'aide de bacs surélevés en bois 'fabriqués maison' ! Ils nous permettent de cultiver des fraises, des plantes aromatiques, des fleurs à bouquets mais aussi, selon la saison, des salades, des radis ou des tomates. Même si l'activité reste à petite échelle, elle nous offre la possibilité d'alimenter directement l'atelier cuisine adaptée. Nous avons en effet appliqué le même principe pour le plan de travail de la cuisine afin que tous les éléments de préparation soient à la hauteur du fauteuil roulant.

Comme nous avons également planté plusieurs arbres fruitiers dans le jardin, nous devons désormais trouver un moyen de rendre la cueillette accessible aux résidents. Nous avons ainsi le projet de construire un plan incliné en lames de bois sur pilotis qui permettrait d'atteindre les branches les plus basses des arbres. Les fruits que nous collecterons alimenteront l'atelier confiture qui existe déjà.

Les gestes pratiqués pendant le jardinage, si modestes soient-ils, procurent un sentiment de valorisation aux résidents. En faisant quelque chose qui a une utilité, ils entrent dans l'échange. C'est une activité essentielle car elle les positionne en tant qu'adultes. »

DES LENDEMAIN QUI CHANTENT E

Thérèse et son mari ont toujours été préoccupés par la vie qu'aurait leur fille Brigitte quand ils ne seraient plus là. Aujourd'hui, grâce à l'ouverture de la Maison Perce-Neige de Maing, ils savent qu'elle ne sera jamais seule.

« Pendant les 10 premières années de la vie de Brigitte, je me suis entièrement consacrée à elle. Je me suis documentée auprès de professionnels de la santé, de l'éducation ou de chercheurs, allant même jusqu'à travailler en partenariat avec son école maternelle puis l'IMP⁽¹⁾ qui l'a accueillie.

Mon mari et moi-même avons établi une relation très proche avec notre fille. Nous avons essayé de la stimuler, de lui insuffler la joie de vivre. Curieusement, je vivais, parfois, avec l'oubli de son handicap mais aussi, toujours, avec cette présence silencieuse de l'obsession de son devenir.

L'angoisse de « l'après nous »

Quand Emmanuelle, notre seconde fille, est née, Brigitte avait 10 ans. Nous avons continué d'avancer dans la vie, portés par les moments de bonheur que nous donnaient nos 2 enfants, mais toujours angoissés par « l'après nous » de Brigitte. A 40 ans, après un essai concluant, Brigitte a intégré une petite structure en internat. J'y assurais, en tant que bénévole, un atelier langage et poésie. Une séparation douce, consentie, s'est ainsi installée. Brigitte gagnait en autonomie, apprenait à vivre avec d'autres personnes. Elle rentrait tous les week-ends, puis tous les 15 jours. Même si tout se passait bien, nous étions toujours sans solution pour son avenir. Nous ne voulions pas laisser à Emmanuelle la responsabilité de sa sœur, insuffisamment autonome.

Grâce à une association de parents que nous avons rejointe, nous avons eu l'opportunité de découvrir la prise en charge proposée par Perce-Neige à ses résidents. Nous avons été sensibles à la qualité de l'accueil, l'écoute, l'espace et la quiétude des Maisons. Je me suis tout de suite mise à imaginer Brigitte, heureuse et épanouie, dans un tel cadre. Nous avons immédiatement déposé une candidature pour la Maison de Maing qui allait ouvrir ses portes.

« Ne t'inquiète pas Maman, moi ça va »

Depuis 3 ans, Brigitte est résidente à Maing où elle profite d'une vie saine et agréable. Les activités qui lui sont



S NFIN

« Perce-Neige et Brigitte, c'était une évidence ! Après avoir visité une Maison, je ne la voyais pas vivre ailleurs. Grâce à l'Association, notre fille est heureuse et profite pleinement d'activités librement choisies comme la danse ou le théâtre. »

proposées lui apportent joie de vivre, plaisir et apaisement. Elle nous dit qu'elle aime « sa seconde maison » et ajoute même parfois « ne t'inquiète pas Maman, moi ça va ». À 75 et 73 ans, mon mari et moi sommes enfin rassurés. Nous avons conscience désormais d'être des parents privilégiés. Tant de familles sont encore dans l'attente d'une solution pour leur enfant et vivent dans l'angoisse quotidienne de son devenir.

Pour témoigner de notre gratitude familiale envers Perce-Neige et l'équipe éducative de la Maison de Maing, je participe au Conseil à la vie sociale et apporte mon soutien à certaines activités. Emmanuelle, qui est devenue pianiste, a déjà donné et donnera de nouveau, en octobre 2012, un concert de musique classique au sein de l'église de Maing au profit de la Maison Perce-Neige où vit sa sœur. »

(1) Institut médico-pédagogique

UNE SOURIS VERTE GÉNÉREUSE !

Nous remercions l'entreprise La Souris Verte qui a diffusé fin 2011- début 2012 un large choix de cartes de vœux à destination des entreprises et des particuliers.

La Souris Verte nous a ainsi remis en mars dernier un chèque de 17 601 €.

Merci également aux entreprises et particuliers qui ont décidé cette année d'acheter les cartes de vœux Perce-Neige !



RENDEZ-VOUS SUR LES GREENS POUR PERCE-NEIGE



La 7^e édition du Trophée Golf Perce-Neige a démarré le 22 avril dernier au Golf Club de Lolivarie en Dordogne, suivie par la compétition au Golf du Vaudreuil (Eure) le 11 mai.

Cette année, 11 compétitions sont organisées d'avril à octobre en province et en région parisienne.

Vous pouvez retrouver des informations complémentaires sur le site internet de Perce-Neige (www.perce-neige.org) ou appeler le 01 47 17 19 30.

Ces événements sont organisés pour recueillir des fonds et pour faire parler de la cause du handicap mental. N'hésitez pas à faire suivre l'information !

Calendrier des compétitions 2012 :

22 avril	GOLF CLUB DE LOLIVARIE (Dordogne)
11 mai	GOLF DU VAUDREUIL (Eure)
3 juin	GOLF D'ANGERS (Maine-et-Loire)
19 juin	RCF LA BOULIE (Yvelines)
8 juillet	GARDEN GOLF AVIGNON (Vaucluse)
19 août	GOLF D'HOULGATE (Calvados)
2 septembre	GOLF DE GRANVILLE (Manche)
9 septembre	GOLF DE BAUGÉ PONTIGNÉ (Maine-et-Loire)
16 septembre	GOLF BARRIERE ST JULIEN (Calvados)
19 septembre	GARDEN GOLF ST GERMAIN-LES-CORBEIL (Essonne)
3 octobre	EXCLUSIV'GOLF COURSON (Essonne)

SOIRÉE DE LA COMÉDIE DE NEUILLY

Rendez-vous vendredi 12 octobre à 20H30 au théâtre de Neuilly-sur-Seine, où se déroulera la désormais traditionnelle représentation théâtrale de la Comédie de Neuilly au profit de Perce-Neige.

Cette année, la pièce interprétée par les talentueux comédiens de la troupe s'intitule : « Interdit au Public » (de Jean Marsan).

Résumé de la pièce : un auteur de théâtre doit trouver en urgence une remplaçante pour sa représentation, une comédienne lui ayant fait faux bond au dernier moment. Or la seule personne disponible pour le rôle est son ex-femme, avec qui les relations ne sont pas au beau fixe...

Nous remercions l'ensemble de la troupe qui se mobilise bénévolement chaque année au profit de différentes associations caritatives.

MOULINS-LA-MARCHE EST UN BEL EXEMPLE D'INTÉGRATION LOCALE

Alors que la Maison Perce-Neige de Moulins-la-Marche (Orne) se prépare à fêter ses 10 ans le 23 juin, Thierry Laumont, son ancien directeur, aujourd'hui chargé de mission au sein de l'Association, revient sur l'histoire de cette Maison 'pas comme les autres'.



nous connaître. L'activité jardinage nous a ainsi permis d'entrer en relation directe avec les Moulinois. En travaillant leur parcelle de terrain au sein du jardin ouvrier de Moulins-la-Marche, les résidents ont pu côtoyer les autres jardiniers. Nous avons fait de même avec le collège qui est en face de l'établissement. Les résidents allaient assister à des lectures à l'école et rencontraient les élèves à cette occasion. On le sait, les enfants sont des ambassadeurs efficaces ! Des associations sportives du village, comme celle des marcheurs, ont également accueilli des résidents parmi leurs membres.

« A l'origine du projet de la Maison Perce-Neige de Moulins-la-Marche, il y a une amitié : celle qui liait Lino Ventura et Jean Gabin. Propriétaire d'un haras dans ce village de l'Orne, Jean Gabin a toujours eu à cœur de soutenir Perce-Neige. Après sa disparition, Mathias Moncorgé, son fils, est resté fidèle à Perce-Neige (il en est d'ailleurs l'un de ses administrateurs) et a organisé pendant 20 ans une manifestation caritative sur l'Hippodrome Jean Gabin au profit de l'Association. Au-delà de la contribution financière, cette belle manifestation a permis de mettre en lumière Perce-Neige dans le département de l'Orne et de faire mieux connaître la cause du handicap mental.

Un symbole de l'amitié Gabin - Ventura

Mathias Moncorgé a beaucoup œuvré - notamment auprès du Conseil Général de l'Orne et de la Mairie - pour que le projet d'une Maison Perce-Neige voit le jour à Moulins-la-Marche. Il a bien sûr fallu convaincre les différents interlocuteurs et rassurer les habitants

du village qui avaient quelques craintes par méconnaissance du handicap. Je me souviens très bien de cette époque, étant moi-même Moulinois et ayant assumé la fonction de directeur de cette Maison durant ses trois premières années d'existence. L'image des personnes handicapées mentales était encore floue et la population s'inquiétait des éventuels troubles du comportement des futurs résidents. A l'approche de l'ouverture de la Maison, nous nous sommes rapprochés des associations locales et des habitants de Moulins-la-Marche pour bien leur expliquer les objectifs du projet de l'établissement et les rassurer quant à leurs éventuelles inquiétudes. Le recrutement local du personnel et l'image d'enfant du pays de Mathias Moncorgé nous ont aussi aidés dans cette approche.

Du temps pour se connaître...

Dès l'ouverture de la Maison, nous avons souhaité créer des liens avec les habitants du village. Pour lever les craintes, il fallait qu'ils apprennent à

La Maison de Moulins-la-Marche est un bel exemple d'intégration locale. Le village était à la bonne mesure pour ce projet. Aujourd'hui, les Moulinois connaissent tous la Maison Perce-Neige et ses résidents. Fin juin, toutes les personnes qui ont contribué à la naissance de cet établissement viendront célébrer son 10^e anniversaire avec ceux qui le font vivre aujourd'hui. La journée devrait être riche en émotions et en souvenirs. »

« Le prochain défi pour la Maison de Moulins-la-Marche sera de créer à proximité une Maison des Aînés, dans le cadre du schéma régional et départemental. Les résidents vieillissants pourront y bénéficier d'une prise en charge adaptée à leur âge tout en conservant leurs repères »

“ LE SPORT APPORTE DE PETITS MOMENTS DE GLOIRE ”



Faire découvrir de nouvelles sensations ou offrir une pause dans un quotidien difficile, c'est la mission qu'accomplit chaque jour Cindy Ranchon, professeur en activité physique adaptée au sein de la Maison Perce-Neige de Castelnau-le-Lez (Hérault).

Perce-Neige Magazine : En quoi consiste votre travail à Perce-Neige ?

Cindy Ranchon : Mon objectif est de rendre accessible, dans la mesure du possible, les activités physiques du milieu ordinaire en les adaptant aux difficultés de chaque résident. J'essaye de partir du principe que toutes les disciplines peuvent être pratiquées. Il faut faire preuve d'imagination ! Les résidents de la MAS⁽¹⁾ de Castelnau étant sévèrement handicapés, j'accorde une grande place aux activités aquatiques en bassin d'hydrothérapie. Dans l'eau, le corps se libère et le handicap reste au bord du bassin. Avec les résidents du FAM⁽²⁾, je peux davantage me 'lâcher' ! J'aime leur faire découvrir des disciplines très différentes. Je suis même allée jusqu'à leur faire pratiquer du parapente !

PNM : Que représente le sport pour les résidents ? Quel est le bénéfice pour eux ?

Cindy Ranchon : Le sport leur procure du bien-être, du plaisir, de l'évasion. Certains résidents me disent qu'ils se sentent 'comme un oiseau' ! Ils arrivent à se dépasser physiquement, à faire des choses qu'ils ne pensaient pas pouvoir faire. Pour ceux qui sont plus dépendants, le bénéfice se situe plutôt dans le bien-être. L'activité physique leur permet de soulager un corps meurtri, en souffrance permanente. Il s'agit également de maintenir les acquis, de préserver l'autonomie. Pour cela, je travaille en collaboration avec les kinésithérapeutes, ergothérapeutes ou médecins de réadaptation fonctionnelle. Nous avons tous un rôle à jouer dans l'évolution de la condition physique des résidents. Par exemple, mes évaluations et observations permettent parfois de détecter des soucis de santé sous-jacents. J'en informe alors le médecin afin d'agir sur le problème.

PNM : Quelles activités peuvent-ils pratiquer dans la Maison ?

Cindy Ranchon : Tennis de table, tricycle, gymnastique au sol, sarbacane, initiation à l'athlétisme en fauteuil roulant manuel, bowling adapté... j'en oublie sûrement ! Comme je suis également maître-nageur, j'emmène les résidents les plus autonomes à la piscine municipale pour leur apprendre la natation. L'essentiel des activités physiques se déroulent au sein de la Maison car nous avons beaucoup de mal à accéder aux structures sportives adaptées. Chaque année, j'essaye aussi de proposer aux résidents des manifestations qui les sortent de leur quotidien, qui leur offrent un petit moment de gloire. J'ai commencé par un cross puis, en 2010, j'ai organisé un triathlon adapté. C'était une journée magique, pleine d'émotions. Les encadrants, le public, les résidents... Tout le monde pleurait de joie à la fin des épreuves ! Ils sont vraiment allés au bout d'eux-mêmes. Ces journées demandent beaucoup d'efforts pour être mises sur pied mais quand je les vois si heureux, je me dis que cela en vaut vraiment la peine. J'espère pouvoir organiser un autre triathlon adapté cet été.

PNM : Quelles satisfactions vous apporte votre métier ?

Cindy Ranchon : Chaque jour, les résidents me transmettent par leurs regards et leurs sourires tout le bien-être qu'ils ressentent grâce aux activités physiques adaptées. Je sais alors que ce que je fais pour eux les rend heureux, que je leur fais du bien.

(1) Maison d'accueil spécialisée

(2) Foyer d'accueil médicalisé

NOUS AIDER

ET SI VOUS PARLIEZ DE PERCE-NEIGE À VOS PROCHES ?



Si donner à Perce-Neige témoigne de votre engagement pour la cause que nous défendons, faire connaître l'Association à votre entourage est également un acte essentiel.

Pour soutenir notre combat en faveur des personnes handicapées mentales, il existe différentes manières de nous aider : faire un don, ponctuel ou régulier, un legs, acheter un objet solidaire de notre catalogue... Ces moyens-là, vous les connaissez et nous vous remercions pour la générosité dont vous faites preuve à l'égard de Perce-Neige.

Si ces actions nous sont indispensables pour continuer, votre soutien peut également prendre une autre forme, plus militante. En sensibilisant vos amis ou votre famille à la mission de Perce-Neige, vous nous apportez aussi une aide précieuse. Qui mieux qu'un donateur peut parler avec conviction de l'Association, communiquer son intérêt pour la cause et y faire adhérer les autres ?

Donateurs = ambassadeurs !

En diffusant des dépliants présentant l'Association, nos catalogues cadeaux ou en organisant par exemple un événement au profit de Perce-Neige, vous devenez acteur d'une chaîne de solidarité. Un maillon essentiel même !

Les occasions ne manquent pas pour parler à vos proches de votre engagement. Les réseaux sociaux, comme Facebook et Twitter, offrent notamment de belles opportunités pour échanger avec ceux que vous voyez moins souvent. Ils seront assurément touchés de partager quelque chose de plus avec vous.

Vous l'avez compris, toutes les formes de soutien contribuent à la réalisation de nos projets. En tant qu'ambassadeur de notre cause, vous participez à votre manière à améliorer le bien-être et le quotidien des personnes handicapées mentales.

Pour toute demande de documentation ou tout autre renseignement concernant un événement que vous souhaiteriez organiser à notre profit, contactez le service communication de Perce-Neige au 01 47 17 19 30.

