



Vous avez dit confinement ?

Le mot du président

Chers amis,

Le projet était dans les cartons, dans les tiroirs, enfin il était confiné... ☹ ! Mais cette période si inquiétante qui nous isole les uns des autres nous a convaincu de nous lancer dans le partage d'informations, de témoignages, avec ce petit journal.

J'espère que la santé de tous est bonne et que vous trouverez ici un moyen de rester en lien.

Je vous invite à transmettre vos idées, astuces et témoignages à l'équipe de rédaction.

Sachez que notre équipe de professionnels est en activité, en télétravail, pour la

grande majorité et qu'ils sont prêts à intervenir en appui.

Le calendrier des projets et activités est bien évidemment bouleversé mais nous allons songer à la reprise et à un évènement qui pourra tous nous réunir.

Bon courage à tous et prenez soin de vous.

Philippe LACAZE

21 mars : une journée de la trisomie un peu spéciale...

Le thème de l'année 2020 : « Je décide ! »

Dans cette circonstance d'obligation de confinement, tous les évènements prévus à travers la France pour cette Journée Mondiale de la Trisomie ont été annulés.

L'intervention d'Adrien Lecointe, notre auto-représentant français à la conférence virtuelle de l'ONU à Genève en Suisse a été diffusée sur Facebook vendredi 20 mars après-midi.

Cliquez sur le lien ci-dessous et tendez bien l'oreille pour entendre une réaction à cette suppression :

<https://photos.app.goo.gl/obNEkUr5TMUGaGNn7>



Cliquez sur le lien ci-dessous pour visionner l'intervention d'Adrien :

<https://www.ds-int.org/blog/wdsd-united-nations-2020-virtual-conference-speaker-40-adrien-lecointe>



Toutes les activités associatives, tous les ateliers des services sont annulés ou reportés.

Vous nous parlez de vous...

Rédigé par Nicolas F., Edith, Christelle



Bonjour à vous tous Moi je suis embêté parce que tout est fermée bloqué et du coup Je suis obligée de rester chez moi je peux plus aller travailler chez H&M je peux non plus aller chez le Kiné est aller à l'association Trisomie21 pour des rendez-vous des activités je peut même plus venir à la journée mondiale de la Trisomie21 je peut plus non plus aller au théâtre bref je peux rien faire en fait voila ça m'embête beaucoup j'espère que le corona virus va finir à l'anomal je vous souhaite une très bonne journée je vous envoie des pensées à tout ce qui sont à l'association Trisomie21

Nicolas

Je ne peux plus aller au travail avec ma voiture sans permis.
Nicolas F.



Une journée ordinaire

Je tire à l'arc, j'ai fait un gâteau,

je me suis promenée avec Papa sur les routes du Lauragais,

J'ai fait du jardinage, le paillage autour des fraisiers.

Bisous

Christelle :-)) (avec l'aide son papa)



Un joyeux confinement dans le Tarn : Pablo et sa grande sœur nous disent comment Pablo s'occupe.



le lien ci-dessous pour visionner la vidéo, parodique :

<https://www.youtube.com/watch?v=1E58dvi2msc>

« **Moi, je fais du canevas diamant** ».

Je colle de toutes petites pastilles de couleurs différentes sur une toile. Ça brille.

Il faut être minutieux, patient.

J'ai fait les têtes de Johnny Hallyday

à des âges différents. Papa a encadré ma toile

et l'a accrochée sur mon mur.

Maintenant je fais des dauphins.

Ça me détend. En même temps,

J'écoute de la musique. Elle m'entraîne, j'avance plus vite.

J'aime beaucoup cette activité.

Edith (avec l'aide de sa maman)



« **Nous restons à vos côtés !** »

Olivier Janotto, directeur de Trisomie 21 Haute-Garonne

Depuis le 16 mars, nos services sont fermés à l'accueil des enfants, ados, adultes et de leur famille de nos services SESSAD et SAMSAH.

Mais nous avons mis en œuvre d'autres types d'actions en accord avec les consignes de confinement en vigueur :

- Maintenir un lien régulier avec chaque personne et leur famille
- Transmettre les informations utiles que nous recevons
- Recenser les situations difficiles et apporter des informations ciblées aux familles
- Soutenir l'effort des parents dans l'accompagnement de leurs enfants
- Permettre aux adultes et aux familles de poser leurs questions sur la situation actuelle

Cette période est difficile pour tout le monde. Elle nous oblige à renoncer à beaucoup de plaisirs que nous avons.

Nous avons entendu certains exprimer de la colère et de la tristesse de cette situation.

D'autres ont pu découvrir de nouvelles activités et s'en réjouir.

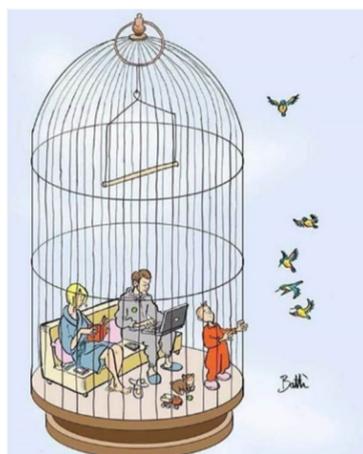
Cette situation nous contraint tous à revoir nos habitudes et notre emploi du temps de la journée.

Ce n'est pas simple de changer et d'adopter de nouveaux comportements et de nouveaux rythmes de vie. Mais nous avons tous des ressources et de l'imagination pour rendre notre journée agréable.

« *Notre petit journal* » et notre page FB vous permettront de partager vos plaisirs, vos bonnes idées et d'en découvrir d'autres.

Dans ces périodes difficiles, c'est aussi l'occasion de se montrer solidaires les uns envers les autres.

C'est le moment de vivre plus en famille et de renforcer nos liens et nos rôles dans l'organisation du quotidien.



Nous sommes à votre écoute et allons essayer de répondre au mieux à vos besoins : exprimez-les sur notre adresse mail :

contact@t21hg.org

Nous essayerons d'y répondre régulièrement.

Nous vous avons également envoyé un petit questionnaire pour mieux vous accompagner jusqu'à la fin de cette crise.

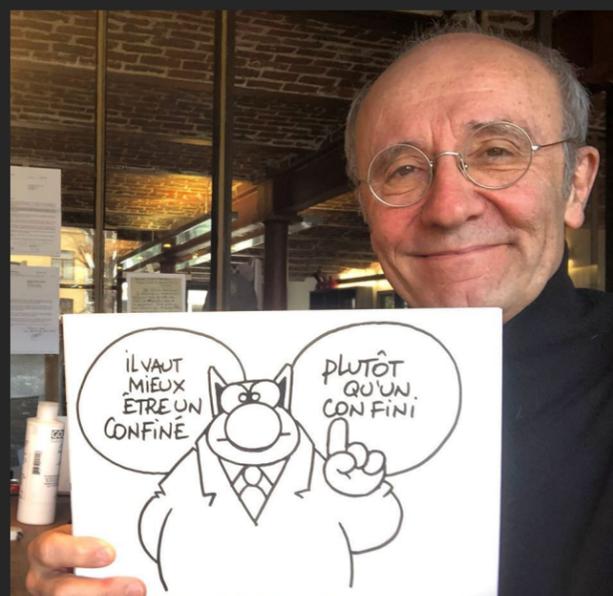
Merci pour vos retours.

Gardons le sourire !

Les dessinateurs ne manquent pas d'imagination...



Gelluk nous incite à rester à la maison ! Il a raison !



Pour le prochain numéro :

Vous les jeunes, dites-nous comment vous passez vos journées, par écrit, en dessins, en photos, comme vous le voulez !

Partagez vos coups de cœur : films, émissions télé, musique, vidéos...

Envoyez vos messages à

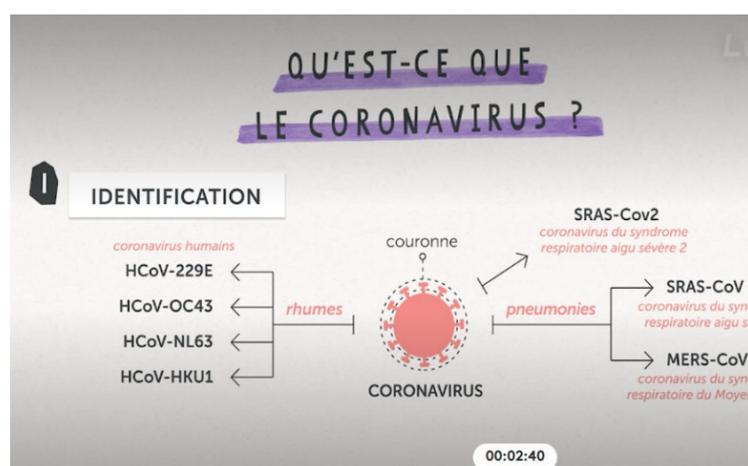
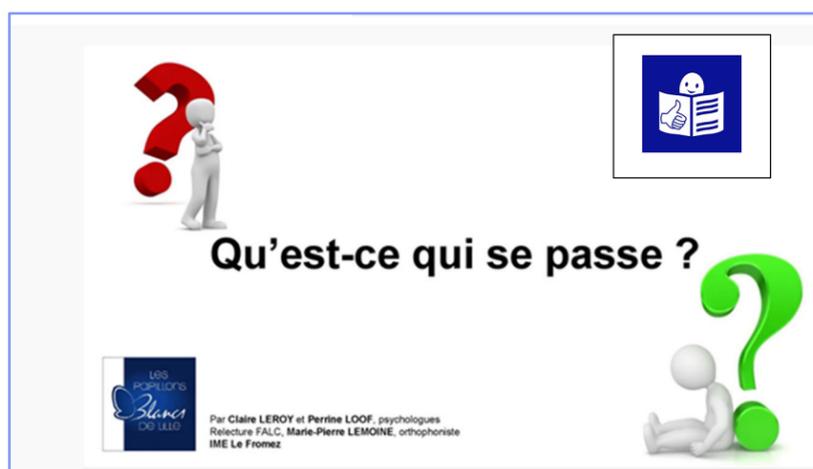
philehouarno@orange.fr

L'équipe de rédaction : Olivier Janotto, MT Le Houarno, René Michel



Restez bien au chaud chez vous !

Mais c'est quoi le coronavirus ?



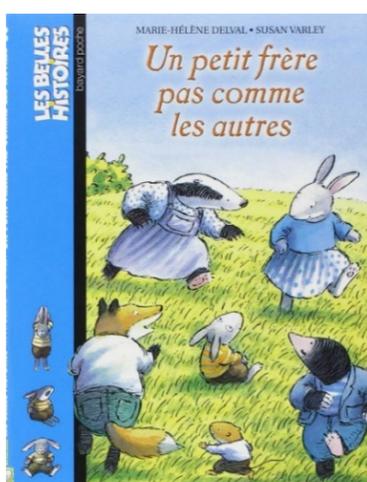
Pour tout savoir sur ce virus qui nous oblige à rester à la maison cliquez sur le lien :

www.youtube.com/watch?v=REGvFBll36g ou www.lumni.fr/video/coronavirus-autopsie-dune-pandemie

N'oubliez pas de vous cultiver, de vous distraire !

Que vous soyez ado, parent, voici quelques idées pour passer d'agréables moments.

C'est à lire



Un petit frère pas comme les autres : un classique qu'on ne présente plus ! et en vidéo, s'il vous plaît !

<https://www.youtube.com/watch?v=7QqOZM-4RU&t=1s>

Un ami pas comme les autres : Jules se sent seul. Le soir, ses parents ne veulent pas comprendre qu'il a peur du noir et la journée, ils sont trop occupés pour s'occuper de lui. Jules aimerait un ami avec qui jouer. Alors quand il rencontre Bou, il pense être le plus heureux de tous les garçons. Sauf que son nouvel **ami** ne plaît pas du tout à sa mère... La particularité de ce livre ? page de gauche écrite normalement, page de droite écrite en FALC.

Voyez aussi : Milan éditions magazines en accès libre pendant confinement :

<https://www.milanpresse.com/ressources-gratuites/nos-magazines-en-acces-libre-2>

C'est à voir pour s'amuser, pour réfléchir aussi :



VESTIAIRES : Nageurs handicapés, ils se retrouvent chaque semaine pour leur entraînement et nous font partager leur vision du monde pleine d'humour et de dérision.

Choisissez vos épisodes en suivant le lien :

<https://www.france.tv/france-2/vestiaires/>



J'IRAI DÉCROCHER LA LUNE de Laurent Boileau
Sa sortie était prévue le 18 mars 2020. Elle est retardée.

Le sujet : Quand on a la trentaine, être indépendant semble tout à fait normal. Mais quand on a un chromosome en plus, ce n'est pas une évidence !

Stéphanie, Robin, Elise, Gilles-Emmanuel, Eléonore et Mario rêvent d'une vie ordinaire. Avec humour et sensibilité, ils nous racontent leur volonté et leur capacité à s'insérer dans la société et le marché du travail. Ces témoignages sincères, sans filtre et sans complaisance interrogent notre rapport à la différence et nous amènent à porter un nouveau regard sur la trisomie 21.

Dès qu'il sortira, courez le voir ! En attendant, regardez la bande annonce :

http://www.allocine.fr/video/player_gen_cmedia=19586298&cfilm=278338.html



Le sujet : Daniel a 34 ans et travaille dans un centre social à Séville où il fait la connaissance de la jeune et indépendante Laura. Leur amitié se fait instantanément. Mais Daniel est différent... et cette amitié devient l'objet de toutes les attentions au travail et dans leurs familles. La situation ne manque pas de se compliquer quand Daniel tombe définitivement amoureux de Laura. Refusant de se plier aux convenances sociales, Daniel et Laura finiront par construire une amitié unique comme aucun d'eux n'a jamais connu.

En VOD chez Orange ou Canal VOD

Et dansez maintenant !



Cliquez sur le lien ci-dessous pour voir ce reportage sur une école de danse inclusive !

https://www.youtube.com/watch?v=X8P_Nz3w5NU

Voici aussi des **exercices physiques** à faire en famille !



<https://www.youtube.com/watch?v=pOJJYXUDghM>



N'oubliez pas de prendre des nouvelles des copains !



Aller sur  et abonnez-vous à Trisomie21 Haute -Garonne !