Trisomie 21 Haute-Garonne vous présente :

NOTRE PETIT JOURNAL

N° 13 février 2022

Bas les masques !

Le mot du Président

2022 est déjà là et nous voici à mi-parcours de notre projet associatif 2019-2024. C'est l'occasion de nous interroger sur notre action au quotidien.

Je sais qu'ici ou là nous ne répondons pas toujours aux aspirations et aux attentes des uns et des autres.

Pour autant la critique acerbe n'est pas la bonne voie car elle épuise ceux qui s'engagent et qui tirent en avant les organisations comme notre association.

Soyons constructifs par notre volonté de coopérer et par une évaluation objective de ce que nous réalisons !

Personne ne détient de vérité et gardons à l'esprit le cap que nous nous sommes fixés !

Pour cela le conseil d'administration s'est réuni avec les cadres des services une première fois le 12 février pour faire un bilan d'étape sur les axes stratégiques du projet associatif. Nous poursuivrons nos travaux le 19 mars prochain afin d'identifier les actions prioritaires à mener pour renforcer le pouvoir d'agir des personnes et construire une société inclusive.

Bonne lecture et rendez-vous à tous le 20 mars pour marquer la journée mondiale de la trisomie.

Philippe Lacaze

A quoi ça sert une adhésion ?

En 1986, des parents d'enfants avec une trisomie se sont regroupés car ils avaient un projet ensemble. Ces parents ont créé l'association Trisomie21Haute-Garonne.

Trisomie 21 HG a pour but principal de travailler à ce que la société devienne de plus en plus « inclusive » c'est-à-dire que la société doit considérer les personnes handicapées comme de vrais citoyens.

Pour montrer que vous êtes d'accord avec cela, vous pouvez devenir adhérent de l'association.

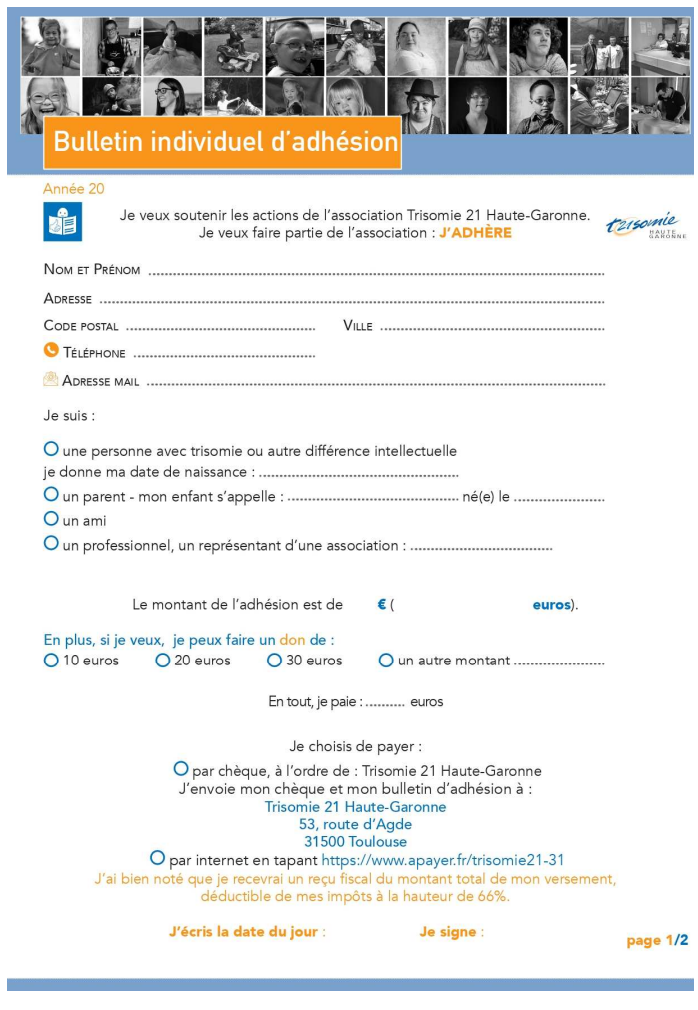
L'adhérent paye une cotisation chaque année pour montrer qu'il souhaite que l'association continue son travail.

En payant sa cotisation chaque année, l'adhérent peut participer aux activités organisées par l'équipe d'animation.

Les cotisations aident aussi aux dépenses de l'association.

Il n'est pas trop tard pour payer son adhésion pour l'année 2022 !

Appelez le secrétariat, Mariangela vous aidera ! (05 61 54 34 47)



Bulletin individuel d'adhésion

Année 20

Je veux soutenir les actions de l'association Trisomie 21 Haute-Garonne.
Je veux faire partie de l'association : **J'ADHÈRE**

Nom et Prénom .....

Adresse .....

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

Téléphone .....

Adresse mail .....

Je suis :

- une personne avec trisomie ou autre différence intellectuelle
  je donne ma date de naissance : .....
- un parent - mon enfant s'appelle : ..... né(e) le .....
- un ami
- un professionnel, un représentant d'une association : .....

Le montant de l'adhésion est de € (euros).

En plus, si je veux, je peux faire un don de :

- 10 euros
- 20 euros
- 30 euros
- un autre montant .....

En tout, je paie : ..... euros

Je choisis de payer :

- par chèque, à l'ordre de : Trisomie 21 Haute-Garonne
  J'envoie mon chèque et mon bulletin d'adhésion à :
  Trisomie 21 Haute-Garonne
  53, route d'Agde
  31500 Toulouse
- par internet en tapant https://www.apayer.fr/trisomie21-31

J'ai bien noté que je recevrai un reçu fiscal du montant total de mon versement, déductible de mes impôts à la hauteur de 66%.

J'écris la date du jour : **Je signe** :

page 1/2

Le 21 mars c'est la journée mondiale de la trisomie ! On vous tient au courant du programme !

Du côté de l'association

UN MOMENT DE COOPERATION ENTRE PERSONNES AVEC HANDICAP, PARENTS ET PROFESSIONNELLES AUTOUR DE L'EMPLOI

Ensemble, l'Esperluette et T21 Haute-Garonne ont organisé une rencontre le samedi 5 février sur le **thème de l'emploi, de la formation professionnelle et des rôles sociaux valorisants.**

Claire Magné et Françoise Lacaze ont animé cette première réunion.

Des parents, des personnes avec handicap et des professionnelles de T21 ont parlé de leurs expériences.
On a recensé les connaissances, les ressources, les envies, les besoins et les questions de chaque participant sur le thème.

Le groupe a décidé de se retrouver dans d'autres réunions.
Des personnes vont témoigner : elles vont raconter leurs parcours.
Ça pourra aider les autres à échanger sur des exemples de parcours possibles et à dire comment on fait.

Des personnes avec handicap ont demandé aussi des réunions, juste pour eux pour parler entre eux de leurs expériences.
L'Esperluette a réfléchi à ces réunions : ça s'appelle des rencontres entre "pairs" (personnes qui partagent une expérience semblable).

Tous ceux qui ont envie de témoigner sur leur parcours après la scolarité sont bienvenus.
Pour préparer votre témoignage contacter Claire et Françoise :
Françoise : coopererpouragir@gmail.com
Claire : claire_et_remy@yahoo.fr

Premier témoignage sur un parcours professionnel

Bonjour

Je m'appelle Nicolas j'ai 29 ans.

Je vais vous parler de la **formation et du travail.**

Mon métier c'est « Agent Polyvalent de restauration ».

Pour faire ça, j'ai fait **l'école, le collège et le lycée**.

Aujourd'hui je suis au **CFA**. J'ai des cours de français et de cuisine.

Je trouve ça facile. Pour m'aider il y a ERIC et tout le monde m'aide.

En même temps je travaille au restaurant « L'équilibre ».

Le mardi, mercredi, jeudi et vendredi.

Sauf samedi et Dimanche : c'est REPOS….

Le chef, c'est Jean-Baptiste Rivière. Je le connais depuis 2 ans.

J'ai signé un **contrat d'apprentissage** pour travailler chez lui.

J'aide en cuisine.

Pour travailler et aller au CFA, je prends les transports tout seul, Jérémie m'a aidé pour connaître les trajets. Et mon papa et ma maman m'ont accompagné.

Je veux travailler pour gagner des sous, pour faire les courses et un jour avoir un appartement et passer le permis de conduire.

Les difficultés pour trouver un travail :

- Ça prend du temps pour trouver **un contrat**.

- J'ai fait beaucoup de **stages**.

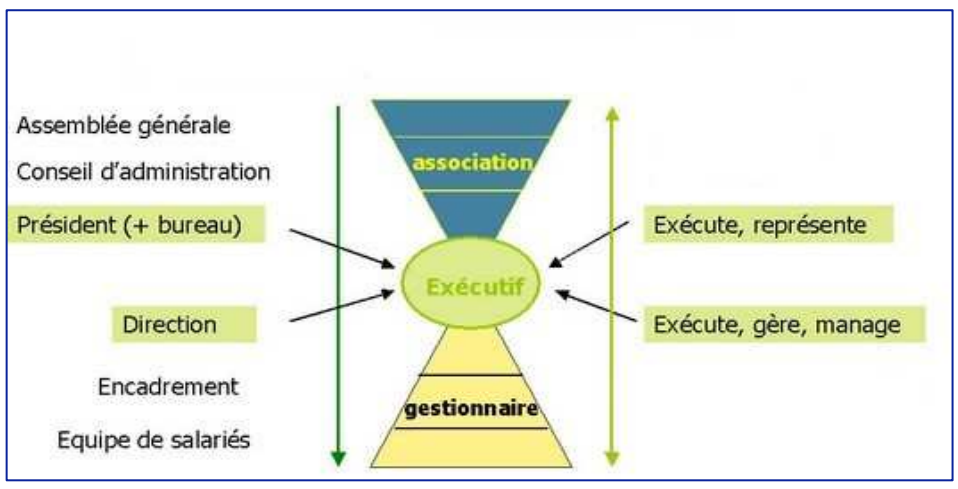
Nicolas W.

Un samedi de travail autour du projet associatif

Le samedi 12 février au matin, une dizaine d'administrateurs, la directrice Mme Adin et deux professionnelles ont travaillé ensemble.

Pour commencer, le Président, Philippe Lacaze, a rappelé ce qu'est une association : des personnes qui se regroupent pour un but commun. Elles s'organisent pour agir et atteindre le but.

Toutes ces personnes ont des responsabilités vis à vis des adhérents, des services de l'Etat (Conseil Départemental, Agence Régionale de Santé, Mairie, Education Nationale, Service de l'emploi, etc.…), des partenaires (des associations).



Dans le projet associatif de Trisomie 21 Haute-Garonne, il y a cinq grands domaines qui permettent de guider le travail des administrateurs et des services.

C'est pourquoi il est important de parler de ce que disent ces domaines.

Cela va permettre d'améliorer ce que fait l'association. Pour en savoir plus, relisez la page 15 de notre projet associatif : https://drive.google.com/file/d/1boBLB5UhEEQhbOCxeotjZZ13weSway7D/view?usp=sharing

Les personnes présentes ont discuté à propos des deux premiers domaines : « comment notre association est représentée à l'extérieur » et « comment piloter les solutions d'accompagnement ».

Il reste trois domaines à étudier. Tout le monde se retrouvera bientôt pour une autre matinée de travail.

Nous vous parlerons alors des conclusions de ces rencontres.

Notre association est dynamique, innovante…Ses actions doivent le montrer partout !

Du côté des professionnels

Des arrivées

Une nouvelle conseillère en Insertion professionnelle

Bonjour,

Hamoud BOUCHOU est parti

Mélanie Monier est la nouvelle Conseillère en Insertion Professionnelle

Conseillère en Insertion Professionnelle c'est la personne qui m'accompagne pour :

- construire mon projet professionnel

- me présenter en entreprise

- m'intégrer dans une entreprise

On l'appelle aussi **CIP**

Mélanie Monier travaille le **Lundi, Mardi, Mercredi, Jeudi** et **Vendredi.**

Une nouvelle infirmière pour seconder Emma

Bonjour,

Une 2ème infirmière est arrivée dans l'équipe du SESSAD et du SAMSAH.

Elle s'appelle **Marie SIMEON**

Elle travaillera avec Emma

Vous pouvez **joindre Marie** les :

Mardi 9h-12h
Mercredi 14h-18h
Jeudi 8h30-17h00
Vendredi 8h30-11h

Une facilitrice de vie arrive à T21 !

Une nouvelle personne travaille à l'association.

Son métier est **Facilitrice de Choix de Vie**. On peut aussi l'appeler **FCV.**

Elle s'appelle **Livia NAPPI.**

La FCV vous soutient pour **choisir** ce que vous voulez dans **votre vie.**

C'est ce qu'on appelle le **projet de vie.**

La FCV cherche avec vous **les bons acteurs** pour votre projet de vie.

La FCV peut vous soutenir pour **parler** à ces acteurs.

Livia commencera à rencontrer les personnes bientôt, quand elle aura préparé ses outils.

Par exemple, Livia va construire des fiches en FALC.

FALC, ça veut dire : Facile À Lire et à Comprendre.

Ensuite, elle vous invitera à **une rencontre** pour discuter avec vous de son travail.

Elle donnera aussi ses **coordonnées**.

Choisir son projet de vie, ça peut-être:

- Mener **sa vie d'élève**

- Préparer et vivre sa **vie professionnelle**

- Être acteur de sa **santé**

- Trouver et vivre dans **un logement** adapté à ses besoins

- Exercer **ses droits** et ses **libertés**

- Avoir des activités **sociales** et des activités de **loisirs**

- Choisir et vivre sa vie **familiale, amicale et amoureuse**

- Accéder à la **citoyenneté**

Un atelier pour l'éducation à la citoyenneté

Au SESSAD et au SAMSAH, les professionnelles vont organiser des ateliers pour **parler des élections présidentielles**.

Les ateliers sont le mercredi 30 mars et le samedi 2 avril.

Tous les majeurs du SESSAD et du SAMSAH sont invités à s'inscrire pour participer aux ateliers.

Dans les ateliers, grâce à des outils adaptés, nous allons répondre à différentes questions :

- Quelles sont les différentes sortes d'élections (municipales, départementales, régionales et présidentielles)
- Qui peut voter ?
- Comment s'inscrire pour voter ?
- Qu'est-ce qu'une campagne électorale ?
- Comment ça se passe le jour de vote ?

Eva et Maylis

Du côté des partenaires

Rencontre avec les membres du Rotary Club

Françoise Lacaze, Katia Palianoff, Hugo D. et Françoise Wiedemann ont rencontré les personnes du Rotary club et ont présenté l'association.

Le Rotary club aide les associations à faire des projets.

L'association Trisomie 21 Haute-Garonne connaît le Rotary depuis 2019.

En 2020 le Rotary club a aidé 2 personnes du SAMSAH, Federica et Nicolas, à faire une formation en cuisine à « Cuisine Mode d'Emploi ». (*Voyez Notre Petit Journal N°3 ou bien : https://www.cuisinemodemplois.com/ecole/toulouse/)*

Le projet de vie de ces 2 personnes est de travailler dans la restauration.

La formation est gratuite et dure sept à huit semaines.

Le Rotary a payé les facilitateurs pendant la formation.

Françoise Wiedemann a présenté l'association Trisomie 21 Haute-Garonne avec le projet associatif.

Katia Palianoff a présenté les services.

Françoise Lacaze a parlé de la formation professionnelle et de l'emploi des personnes avec une différence intellectuelle.

Hugo D.a parlé de sa formation et de son parcours professionnel.

Le Rotary club a bien accueilli l'association.

Le Rotary trouve que le projet de notre association est bien.

Le Rotary aime les valeurs de notre association.

Les personnes du Rotary club étaient intéressées par les actions de l'association Trisomie 21.

Le Rotary club va continuer à aider l'association Trisomie 21 Haute-Garonne.

Trisomie 21 Haute-Garonne est heureuse que le partenariat avec le Rotary continue.

Cela permettra de connaître des entreprises.

Ces entreprises pourront prendre des adultes en stage ou les embaucher. *Françoise W.*

S’entrainer à vivre seul dans un logement grâce à l’Association CARACOL de Toulouse

Depuis septembre 2021, les deux associations l’Esperluette et Caracol sont partenaires sur un projet d'habitat. L’Esperluette est aussi partenaire de Trisomie 21 Haute-Garonne.

Caracol est une association qui propose à des personnes françaises et étrangères d'habiter ensemble.

Voici la présentation en vidéo de l’association Caracol par un des fondateurs :

https://twitter.com/streetpress/status/1463900291561103363

Le projet de « l’Esperluette » et « Caracol » s’appelle Phoebus-Castel Caravelle. Il a commencé en septembre 2021 et va se terminer en août 2022.

La résidence se trouve à Jolimont, juste à côté du métro. Dans la résidence il y a des salles où les habitants peuvent se retrouver pour lire, faire du sport ou bavarder. Il y a aussi une animatrice, Marion.

Mathilde, Elie, Hugo S, Vianney ont demandé à l'Esperluette de pouvoir habiter là.

Ils s’entrainent à habiter en autonomie, sans leurs parents.

Ils ont un studio chacun, au milieu des autres résidents.

Pour accompagner les relations entre les personnes en situation de handicap

et les autres habitants de la résidence, l'Esperluette emploie une personne

qui est facilitatrice. Elle s’appelle Sarah et elle habite aussi dans la résidence.

La suite au prochain numéro avec des témoignages sur cette expérience !

Suivez les liens en attendant pour en savoir plus : https://caracol-colocation.fr/habitants/

https://caracol-colocation.fr/projets/

N’oubliez pas de vous cultiver

Les **livres** sont un moyen de découvrir de belles histoires.

Mais la lecture, ce n’est pas toujours facile.

Voici une idée pour lire différemment. Elle est proposée par l’association Valentin Haüy qui s’occupe des personnes mal voyantes.

Ce sont des **livres audios**, c’est-à-dire qu’on peut écouter l’histoire, quelqu’un la lit à haute voix pour nous ! !

Suivez le lien pour découvrir la bibliothèque de l’association.

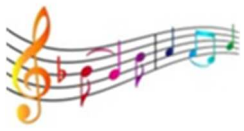
https://eole.avh.asso.fr/moteur-de-recherche/jeunesse

Un exemple de présentation : Le roi de la montagne en hiver

Auteur : Delom, Sylvie

Une nuit de janvier, une petite fille mal-aimée part dans la neige pour satisfaire le caprice de sa mère et sa grande sœur qui veulent des violettes. En chemin elle rencontre les douze mois de l'année.

Support : Daisy audio lu par Alice **Genre :** Jeunesse – Fiction **Durée :** 00 h 12 mn



Tous les matins d'orchestre

C'est une activité organisée par l'association et l'Orchestre National du Capitole de Toulouse.

Ce sont des ateliers pour découvrir les instruments et la musique classique avec une musicothérapeute.

La musicothérapeute s'appelle Aurélie. Elle est à droite sur la photo.

Une musicothérapeute c'est une personne qui utilise la musique et les sons pour faire du bien à d'autres personnes.

Nicolas, Joanym et Yann, participent à ces ateliers. Ils sont sur la photo de gauche à droite.

Aurélie est venue à l'association pour faire découvrir des instruments à Yann, Nicolas et Joanym.

Aurélie vient avec des instruments différents à chaque fois.

Yann, Nicolas et Joanym sont aussi allés à la Halle aux Grains.

La Halle aux grains est une salle de concert au centre-ville de Toulouse.

Ils ont écouté une répétition de musique classique.

Ils ont pu monter sur la scène de la Halle aux Grains.

C'est d'abord Yvann qui les a accompagnés dans ces ateliers.

Maintenant c'est Marie qui les accompagne. Elle est entre Yann et Nicolas.

Maud

Un peu de musique pour le temps du Carnaval …

Pour les plus petits, une chanson :

https://www.youtube.com/watch?v=My9th924e_M

Pour les plus grands

Le Carnaval des animaux de Camille Saint Saëns en deux versions :

Une version par une association chilienne : Ecole des Arts, Theatro del Lago, orchestre et multi média, animation sur grand écran en fond de scène : https://www.youtube.com/watch?v=obzbLu3sLyM	Et une version sans illustration, mais avec sous titres pour présenter les thèmes du morceau, au fur et à mesure, par un orchestre d'une école de musique polonaise, avec une femme jeune chef d'orchestre de la ville de Walbrzich. https://www.youtube.com/watch?v=7SjagpXeNhM

Mardi Gras, c'est le 1° mars !

Déguisez-vous et envoyez-nous vos plus belles photos !

Nous les publierons dans le prochain numéro.