

N° 07-2021



PROVERBES

Soleil de juillet donne la fortune

Juillet rouge au matin, au soir apporte crachin

**BONNES
VACANCES**



SOMMAIRE

DATES DU MOIS

ACTU / INFOS :

DOSSIER DU MOIS :

LA CAF

JEUX

RUBRIQUE :

C'est les vacances

RECETTE CUISINE :

Salade Tex Mex

ESCAPADE PHOTOS

Jardin de l'abbaye de
Valsaintes

CITATION

C'est quand chacun de nous attend que l'autre
commence qu'il ne se passe rien.

L'Abbé Pierre

CONTACT

📄 Pôle animation -atelier journal-Rue Paul Cézanne-
04600 ST AUBAN

✉ Envoyez un mail à odile.restelli@atahp.org

☎ : 06 34 79 42 07 Portable : 06 34 18 24 86

Mardi 14h00-16h30 et vendredi de 13h30-15h00

Les dates du mois

- 03** : Jour sans plastique
- 06** : c'est les vacances d'été
- 14** : Fête nationale
- 23** : jeux olympiques d'été de Tokyo
- 30** : Journée internationale de l'amitié

INFOS ATAHP

Les locaux de l'Association seront fermés le 14 juillet toute la journée.

AVIS AUX ABONNÉS

Pour préparer la **rentrée de septembre**, un groupe se propose de lister les **idées et sujets** qui pourraient être utiles ou intéresser les majeurs de l'AT.

Si vous avez des propositions à soumettre, n'hésitez pas à nous contacter ou à **nous retourner le questionnaire ci-joint (par courrier, en photo par SMS ou par mail, par votre mandataire**)

MERCI D'AVANCE POUR VOS RETOURS QUI NOUS SONT PRECIEUX

INFO ANIMATION

RAPPEL : Changement des jours d'ouverture de l'animation
A compter du 1^{er} juillet 2021, le service animation sera ouvert les mardis de 14h à 16h30, et les vendredis de 13h30 à 15h00.

Les activités collectives seront maintenues les mardis après-midi les semaines paires soit les 06 et 20 juillet pour ce mois.

Pour joindre le service appelez sur le fixe 06 34 79 42 07 les mardis et vendredis après-midi. Pour les autres jours, laissez un message téléphonique ou un SMS sur le portable 06 34 18 24 86, ou un mail odile.restelli@atahp.org

INFOS COVID ET VACANCES

Depuis le 09 juin, sauf cas particulier, les cafés, restaurants, piscines, salles de sport, lieux de culture dont les cinémas sont de nouveau ouverts au public selon un protocole imposé par le gouvernement. Vous pourrez donc en profiter pendant vos vacances.

Attention si vous devez voyager à l'étranger, renseignez-vous car les situations sont différentes en fonction du pays où vous vous rendez.

LA CAISSE D'ALLOCATIONS FAMILIALES (CAF)

Son logo :



Ses Missions :

Elles sont axées essentiellement sur 4 domaines :

- **Aider les parents à accorder vie professionnelle et vie de famille** (expl : financement de crèches, aide frais garde avec la Prestation d'Accueil Jeunes enfants *PAJE*, bons *VACAF* et aide aux temps libres ...)
- **Soutenir la fonction parentale** (expl : diffusion de supports d'informations, Allocation Soutien Familial *ASF*, aide à l'obtention d'une pension alimentaire non versée ...)
- **Accompagner les familles dans leur cadre de vie, conditions de logement et intégration** (expl : Aides au logement sous conditions, Fond Soutien et accès maintien Logement *FSL*, Allocation Rentrée Scolaire *ARS*...)
- **Favoriser les conditions à l'autonomie et à l'insertion sociale notamment par le retour à l'emploi** (expl : Revenu Solidarité Active *RSA* et Prime d'activité *PPA*, Allocation Adulte Handicapé *AAH* et Majoration Vie Autonome *MVA*...).

Ses locaux

Sur notre département, les locaux sont situés à :

- 4bis, Avenue Maréchal Leclerc **04011 DIGNE LES BAINS**,
- 82 Traverse F. Dolto ZAC Chantepruniers **04100 MANOSQUE**.

Comment effectuer des démarches auprès de la CAF ?

On peut effectuer les démarches sur imprimés papier que l'on peut télécharger sur le site internet de la CAF, ou directement en ligne sur son espace personnel avec son numéro d'allocataire et un code d'accès secret.

Quelles démarches je peux avoir à effectuer auprès de la Caf ?

Au niveau famille, on déclare une naissance ou toute modification de situation de famille.

Pour le logement, on peut vérifier et demander ses droits à l'aide au logement, signaler un changement d'adresse.

Dans le domaine du travail, on peut demander la prime à l'emploi, ou le RSA si l'on n'a pas de revenus, signaler un changement de situation professionnelle.

C'est également la CAF qui verse les prestations liées au handicap après accord de la MDPH

A noter : Beaucoup de prestations versées par la CAF dépendent des revenus et du quotient familial. Il y a donc des déclarations à remplir au trimestre et/ou à l'année selon la nature des prestations.

ATTENTION ! - N'oubliez pas de noter votre **numéro d'allocataire** sur vos courriers et tous documents justificatifs que vous envoyez à la CAF, sinon ils ne seront pas traités.

- Si vous déménagez, pensez à déposer **dans le mois** votre demande d'allocation logement. Vos droits sont calculés à la date du dépôt de dossier. Il ne faut donc pas tarder.
Si possible, réunissez les pièces justificatives avant de rencontrer votre MJPM si vous faites le dossier avec lui.
- Lorsque la CAF fait le virement de vos prestations, vous devez compter environ 2 jours pour que la somme soit sur votre compte bancaire. Ce sont les **délais** de valeur **des banques**.
Ainsi si vos prestations sont virées le 07 par la CAF, vous les aurez réellement sur votre compte le 09 du mois.
- Il est aussi très important de **signaler tout changement de situation** pour éviter les indus sur prestations qui sont ensuite à rembourser.

Vous avez des questions ?



Contactez-nous si vous avez des questions, nous essaierons d'y répondre.

Grâce à vous, cela nous permettra également de compléter plus finement cette fiche.

Besoin d'accompagnement ?

Vous n'avez pas d'ordinateur ?

Vous souhaitez un accompagnement pour vos démarches?

N'hésitez pas à nous contacter :

Service animation ☎ **06 34 79 42 07 / 06 34 18 24 86**





JEUX

CHARADES

- 1- Mon premier est une consonne de l'alphabet ou un gaz émis.
 - 2- Mon deuxième est prédit par météo France
 - 3- Mon troisième est longue chez le rat ou la pie
- Mon tout est un sport loisir pratiqué dans le Sud.

MOTS MASQUÉS

BAIN
BATEAU
BRONZAGE
CHAPEAU
CHATEAU
COTE
ETE

JEUX
MER
PLONGEE
REVE
SABLE
SEAU
SEC

SEL
SIESTE
SOLEIL
TEMPS
TETE
TONGS
TRANSAT

TUBA
VACANCES
VAGUES
VER
VUE

C	H	A	P	E	A	U	R	E	M	T
H	S	U	S	G	N	O	T	U	B	A
A	A	A	B	A	T	E	A	U	E	S
T	B	E	R	E	T	O	C	E	T	N
E	L	S	O	L	E	I	L	T	S	A
A	E	E	N	I	A	B	S	E	E	R
U	E	L	Z	S	P	M	E	T	I	T
V	U	V	A	C	A	N	C	E	S	W
E	V	A	G	U	E	S	X	U	E	J
R	E	V	E	P	L	O	N	G	E	E

C'est les vacances : Idées Vacances de juillet

Si vous avez de bonnes adresses n'hésitez pas à partager 06 34 18 24 86

Pour ceux d'entre vous qui seront en congés en juillet et qui ne partent pas cette année, voici quelques idées de sorties sur le 04 près de chez vous.

Avec un petit budget :

Visite de l'abbaye et des jardins de Valsaintes près de Simiane la rotonde (7 € l'entrée, tarif réduit à 3.5 € pour les enfants de plus de 12 ans et les étudiants, gratuit pour les moins de 12 ans).

Sans budget :

Les plans d'eau d'Oraison, de Sisteron, de Digne les Bains, Les Vannades à Manosque ...

Les promenades et randonnées (Ganagobie, le tour du lac de l'Escale, la montagne de Lure ...)

N'oubliez pas non plus les brocantes et vide-greniers, les marchés, les festivals etc.

N'hésitez pas à vous renseigner auprès des offices de tourisme du département ou sur internet. Pour les sans voiture pensez à la carte Zou TER et LER



SOLUTIONS DES JEUX

CHARADES 1- Pet 2-Temps 3-Queue Mon tout est **Pétanque**

MOTS MASQUES

C	H	A	P	E	A	U	R	E	M	T
H	S	U	S	G	N	O	T	U	B	A
A	A	A	B	A	T	E	A	U	E	S
T	B	E	R	E	T	O	C	E	T	N
E	L	S	O	L	E	I	L	T	S	A
A	E	E	N	I	A	B	S	E	E	R
U	E	L	Z	S	P	M	E	T	I	T
V	U	V	A	C	A	N	C	E	S	W
E	V	A	G	U	E	S	X	U	E	J
R	E	V	E	P	L	O	N	G	E	E

RECETTES : Salade Mexicaine

- Cuire du riz dans de l'eau salée et bien l'égoutter.
- Rincer et égoutter des haricots rouges et du maïs en boîte.
- Peler et couper l'avocat, et l'arroser d'un demi-jus de citron.
- Préparer une sauce pimentée à votre goût.
- Mélanger tous les ingrédients dans un saladier, y ajouter quelques tomates coupées en cubes.
- C'est prêt.



RECETTES : Churros maison

- Faire bouillir 400 ml d'eau.
- Dans un saladier, mettre 300g de farine, 1 pincée de sel. Ajouter l'eau bouillante petit à petit en remuant.
- Ajouter 1 C à Soupe d'eau de fleur d'oranger, et bien pétrir jusqu'à obtention d'une pâte souple.
- Faire chauffer un bain de friture pas trop chaude.
- Mettre la pâte dans une poche à douille avec embout cannelé (ou dans un petit sac en plastique). Faire des petits boudins cannelé (ou pas) d'environ 1 cm de large sur 10 cm de long.
- Les plonger dans la friture chaude, laisser dorer et égoutter sur du papier absorbant.
- Rouler dans le sucre. C'est prêt !



ESCAPADE PHOTO : Les jardins de l'abbaye de Valsaintes

