

N° 11-12/2023

L'AZURÉ



**DERNIER
NUMERO**



SOMMAIRE

ACTU/AGENDA/DATES

DOSSIER DU MOIS : la

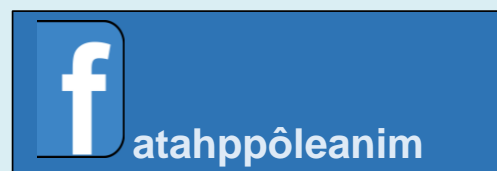
MDPH

JEUX/RECETTE :

PAGE ANIMATION

LES BONS PLANS

PHOTO DU MOIS



Cher(e)s lectrices et lecteurs

Nous avons le regret de vous informer que nous vous adressons ici le dernier numéro de l'Azuré.

Les coûts d'impression et d'envoi sont devenus trop importants et ne permettent plus de conserver ce petit lien au format papier.

Le nombre d'envois dématérialisés n'est également pas assez important pour justifier le temps de préparation de ce petit journal.

Nous avons eu beaucoup de plaisir à le rédiger, et à nous inviter un peu chez vous, pour partager nos infos. Nous continuerons à vous transmettre quelques infos via le site de l'AT et dans le groupe privé sur Facebook.

Au plaisir de vous revoir

Le groupe Animation

CONTACT

📍 **Pôle animation -atelier journal-Rue Paul Cézanne-
04600 ST AUBAN**

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

☎ **Portable : 06 34 18 24 86**

Mardi 10h00-17h00 et vendredi de 10h00-15h00

ACTU ou chiffres du mois

Augmentation des salaires au 1^{er} novembre 2023 (5.3 % en moyenne).

Revalorisation des retraites COMPLEMENTAIRES au 1^{er} novembre (4.9 % annoncé)

Le tri des déchets alimentaires généralisé au 31 12 2023, il faudra composter et ne plus jeter.

Agenda des évènements

25eme fête de l'âne gris Le 03/12/2023 à Digne les Bains

Les Marchés de Noël :

Le 25 novembre à Peyruis

Le 09 décembre à château Arnoux Saint Auban

Le 16 décembre à Oraison

Dates de novembre

01 : Toussaint (férié)

11 : Armistice (férié)

29: Journée mondiale de la générosité

Dates de décembre

03 : Journée des personnes handicapées

13 : journée de la raclette !

25 : Noël (férié)

Intervention de la MDPH le 10 octobre 2023

Le 10 octobre 2023 nous avons reçu au pôle animation deux personnes de la MDPH qui ont répondu à nos questions.

La Maison Départementale des Personnes Handicapées a ses bureaux situés 4 rue de la grave à DIGNE LES BAINS dans l'immeuble François Cuzin (vers Intermarché).



Il y a 23 personnes qui travaillent pour cet organisme.

La MDPH accueille tous les publics, de tous les âges. Elle informe les personnes en situation de handicap et leur famille.

Elle étudie avec les personnes leur situation et leurs besoins, et peut aider à compléter un imprimé de demande d'aide.

Une fois complète, la demande est étudiée par un groupe de professionnels dont un médecin. C'est la Commission des Droits et d'Autonomie aux Personnes Handicapées (CDAPH) qui se réunit environ une fois par mois. Cette commission va faire des propositions en fonction des besoins évalués.

A la MDPH, en fonction de sa situation et de son handicap, on peut bénéficier d'une reconnaissance de travailleur handicapé (RQTH), d'une orientation en foyer ou vers un service type SAVS ou SAMSAH, d'une prestation de compensation du handicap (PCH), de l'Allocation Adulte Handicapé (AAH), ou d'une Carte mobilité Inclusion (CMI).

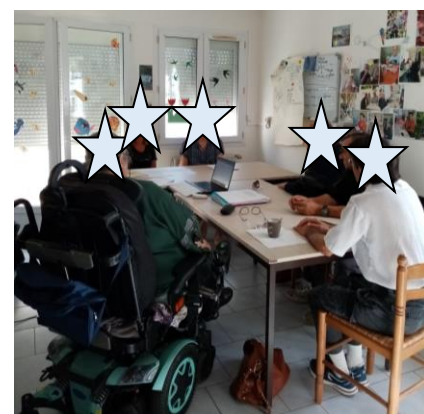
Chaque cas est particulier et c'est la commission qui décide en fonction des difficultés rencontrées par la personne en situation de handicap.

La MDPH peut intervenir pour tous les types de handicap (visuel, auditif, psychique, moteur ...).

Il existe 3 sortes de cartes d'invalidité :

- 1- La **CMI I** (carte d'invalidité) si votre handicap entraîne une invalidité dans la vie quotidienne.
- 2- La **CMI P** (carte de Priorité) si votre handicap ne vous permet pas de rester longtemps debout par exemple.
- 3- La **CMI S** (carte de stationnement) si vous avez des difficultés constatées à vous déplacer sur une grande distance.

Attention ! Ne pas confondre les avantages liés à une pension d'invalidité versée par la CPAM et la CMI (Carte Mobilité Inclusion) délivrée par l'imprimerie nationale sur notification de la MDPH.



JEUX

VIVE LES COURGES !

Reliez chaque nom de courge à son image

A-Butternut

B-Pâtisson

C-Potimarron

D-Courge spaghetti

E-Courge Hubbard

1



2



3



4



5



RECETTE : crème de châtaignes express



- Fendre environ 200 g de châtaignes
- Les faire cuire au micro-ondes et laisser tiédir
- Oter les peaux et les mixer tièdes avec environ 50 g de sucre (ou miel) et 1 à 2 C à soupe de vanille.

Si nécessaire, ajouter un peu d'eau pour obtenir une consistance onctueuse.

Mettre la crème obtenue dans un pot ou bocal en verre.

Cette crème se conserve environ une vingtaine de jour au réfrigérateur.

PAGE ANIMATION en photos

En septembre

On a préparé l'évaluation externe pour avoir des étoiles et offert un gâteau au chocolat aux participants aux entretiens.



On a fait une randonnée et des après-midis info sur le gaspillage alimentaire et le handicap visuel.



En Octobre

On a fait une vente de plants et boutures, et reçu la MDPH dans nos locaux qui a répondu à nos questions.



A la découverte de l'Espagne

On a fêté la journée internationale de l'Espagne et Halloween.

Quiz



On a aussi commencé les cartes solidaires.

Et toujours les repas partagés

Journée Espagne et paella



PLANNING DES ACTIVITÉS

MOIS	DATE	ACTIVITES
Novembre 2023	MA 07	Déco hiver et Noël salle Atelier alimentation thème végétarisme (les protéines végétales) Repas partagé végétarien
	MA 14	Déco hiver et Noël salle fin Repas partagé 16 novembre journée mondiale sur la tolérance (film et débat)
	MA 21	Déco psychédélique terrasse et jardin Repas partagé thème déguisements les années hippies (jeu pp culture générale années hippies, musique année hippie sélection et karaoké les années yéyé),
	MA 28	déco jardin fin Repas partagé Souvenirs souvenirs Flash back sur nos meilleurs moments de TV sur ordi avec you tube
Décembre 2023	MA 05	Kdo fait maison (aide) ou déco salle entretien AT Repas partagé (carte repas Noël) Sortie shopping Noël ou fin réalisation cadeau fait maison ?
	MA 12	Mise sous enveloppe cartes solidaires Repas partagé (organisation repas Noël) Déco et sapin Noël salle
	MA 19	Atelier cuisine prépa repas Repas de Noël Karaoké et jeux d'ambiance
	Ma 26	Rappel thème 2024 vote propositions anim pour 2024 suite à brainstorming Repas partagé planning janvier et février jeux



SOLUTIONS DES JEUX

A4 B3 C5 D2 E1

PETIT QUESTIONNAIRE

Avec le groupe de représentation des majeurs protégés de l'Association Tutélaire, nous recherchons des idées pour garder le lien avec vous.

Merci de nous aider **en entourant les réponses** et en nous renvoyant ce petit questionnaire **par courrier Association Tutélaire des AHP Pole animation Rue Paul Cézanne 04600 St Auban**, ou par mail animatahp@gmail.com ou odile.restelli@atahp.org, ou **en le remettant à votre mandataire lors d'une visite à domicile qui nous transmettra.**

Q1- j'ai une adresse mail et je consulte régulièrement mes mails Oui Non

Q2-je consulte de temps en temps le site de l'Association tutélaire sur internet Oui Non

Q3- j'ai un compte Facebook actif et on peut me demander en Ami Oui Non

Q4- J'aime bien être informé(e) sur mes droits et sur l'actualité De l'Association Tutélaire Oui Non

Q5- Si le groupe animation se déplace dans ma ville, j'irai les rencontrer et je participerai à l'activité si elle m'intéresse Oui Non

Merci de compléter ou d'entourer :

Mon nom :

1-Pour me demander en ami sur Facebook tapez : ...

2-Les loisirs que j'aime : jeux de cartes, le karaoké, les activités manuelles, les sorties (randonnées, exposition, restaurant ou pique-nique), les discussions autour d'un café... Autre (préciser) :

PHOTO DU MOIS : L'Argiope frelon ou Epeire fasciée

