

ESPACE

H A N D I C A P
la vie accessible



32
Espace
Handicap

LETTRE D'INFORMATIONS

3^{ème} trimestre 2025



SOMMAIRE

Vie de l'Association

- Sortie en bateau à Évian..... p3
- Le zoo de Servion..... p4
- Les fresques d'Annemasse..... p5
- L'animation en images..... p6

Le handicap en question

Le travail des ergothérapeutes

- Une profession parfois méconnue..... p8
- Matériel et aménagements..... p9
- Interview de 2 ergothérapeutes..... p10

Des documentaires sur le Handicap

- La réalisatrice Laetita Møller..... p12
- Handicap aux origines du combat..... p13
- Le ressenti du public..... p14
- Le tour de France de Lucie..... p15

En vrac

- L'album de musique de Patrick..... p16
- Partage Culturel: Esmée..... p17
- Festival Limitless p18
- Histoires drôles..... p19
- Agenda..... p19



Sortie en bateau à Évian

Mercredi 16 juillet, l'Agrion arrive à Évian et vient doucement se poser face au vent tandis que l'équipière installe les aussières déjà prêtes pour un amarrage sans histoires. Le skipper vient alors lui prêter main forte pour la mise en place de la passerelle d'embarquement bien dimensionnée pour l'accueil des fauteuils roulants et autres déambulateurs. L'Agrion est un bateau électro solaire avec un moteur électrique alimenté par des panneaux photovoltaïques. Son nom désigne une petite libellule. Ce bateau propose des croisières de 30 à 45 minutes au large d'Évian ce qui permet d'admirer la rive et d'observer la faune en toute discrétion. Sa capacité est de 70 places.



Beau temps, belle mer (ou plutôt beau lac) pour cette journée de rêve. Nous sommes à Évian, ville thermale et nous ne regrettons pas d'avoir choisi cette balade parmi les options d'animation du mois. Après quelques banalités : superficie du lac (589 km² dont 264 km² Français et 325 km² Suisse), notions de petit, grand et haut lac et quelques explications techniques, nous voilà partis pour une visite d'Évian vue du lac !



L'histoire de cette ville thermale et touristique se raconte à travers ses bâtiments, ses villas et ses hôtels de styles architecturaux très différents. Et notre skipper l'a bien compris. Après son intervention, nous en savons plus sur cette magnifique station balnéaire. Entre autres que le bâtiment en verre que l'on aperçoit fut construit en 1957 : il s'agit des nouveaux thermes. Que celui où fut signé le traité d'Évian en 1962 est devenu un hôtel. Nous apercevons aussi le Casino, le Palais Lumière, le Royal Hotel et faisons demi-tour à quelques encablures de l'Hôtel des cygnes, célèbre pour ses filets de perches. Rapide topo sur un bâtiment gris en pierre que l'érosion a fait pencher du côté du lac.

Retour au débarcadère après avoir longé «La Savoie», ce voilier mythique sur lequel nous nous promettons de revenir naviguer... une prochaine fois. La visite était agréable, instructive et délassante : tout à la fois.



Patrick R.

Le zoo de Servion



Jeudi 7 août, notre groupe de 10 adhérents accompagné de l'équipe salariale et de Françoise, bénévole, s'est rendu au zoo de Servion. Tout proche de Lausanne, ce zoo s'inscrit dans plusieurs programmes de protection de la nature et des espèces menacées. Vous trouverez à disposition un vaste parking gratuit avec des places PMR et des installations sanitaires accessibles aux personnes en situation de handicap. Les fauteuils peuvent accéder aux larges chemins bien entretenus mais pentus. Le zoo est très ombragé et nous n'avons pas subi la chaleur. Le parc est à 1h30 d'Annemasse.



Le matin, nous avons déambulé tranquillement en admirant les animaux du plus petit (le singe tamarin) au plus gros (le bison). Il y avait de prodigieux oiseaux multicolores comme le faisane doré. Les loups se cachaient, les panthères des neiges dormaient dans une ouverture de leur abris. Et nous avons pu les observer de plus près lors de leur repas. Au moment du déjeuner, nous avons satisfait les gazouillis ventraux en nous installant sur des tables de pique-nique abritées par des parasols.



L'après-midi, le personnel du parc a distribué de la nourriture aux animaux. Nous en avons profité pour les suivre et en prendre plein la vue. Nous étions « cloués » devant les bêtes qui se délectaient de leur repas (sauf le Lynx qui est un animal nocturne appréciant le silence). Un bon nombre d'entre nous se sont extasiés devant le roi des animaux : le lion. Nous étions à moins d'un mètre de lui, face à une vitre à travers laquelle nous pouvions voir sa puissance, ses pattes, ses griffes. Impressionnés, les réflexions fusaient : « un coup de griffe et on garde une trace à vie », « un coup de griffe, il te transperce et tu disparais ». Le lion avait une crinière majestueuse, des yeux expressifs, il aurait pu nous parler : que d'émotions ! D'autres carnivores ont aussi eu droit à leur repas comme les loups et les ours. Quant aux rennes, cerfs ou mouflons Corses, ils ont droit à des branches de noisetiers. Nous avons passé une sublime et merveilleuse journée. Merci pour cette excursion.

Source : <http://www.zoo-servion.ch>

Odile L. Hélène T.

Les fresques d'Annemasse



Notre périple commence le mercredi 10 septembre à la gare. Nous avons découvert le musée à ciel ouvert d'Annemasse composé d'une dizaine de fresques. Je vous propose d'en découvrir quelques-unes.

Nous découvrons une première fresque de 400m² avec des oiseaux, des fleurs, des personnages, des couleurs... qui s'entremêlent et illuminent le mur de la gare routière. Intitulé «Voyages» elle a été réalisée en 2020 et a nécessité plus de 200 heures de travail. Juste un un peu plus loin, «Les vestiges de l'Aura» datant de 2023, fait référence à l'aube ou au nouveau départ, une renaissance dans la lumière. On y voit un buste avec un visage qui incarne la fragilité mais aussi la force dans les tons blanc, bleu principalement. C'est une belle peinture tout en finesse : je crois que c'est celle que j'ai préférée.

Sur le mur d'un autre immeuble, un peu cachée, se trouve la fresque «Caldarium» qui a été peinte en 2021. Elle représente des thermes car, au moment de la construction de l'immeuble, des fouilles archéologiques ont permis de découvrir des thermes gallo-romains. La salle du Château Rouge a aussi sa fresque, peinte en 2021, où l'on découvre une tour mais aussi un château, un moulin, le tout embelli par des fleurs. Sur l'ancienne place du marché couvert, nous trouvons la salle Floquet avec sur la façade, une femme qui parcourt la ville à pied et à vélo. Elle représente la nature en ville. Cette fresque a été réalisée juste avant le passage du tour de France en 2023.

Nous nous dirigeons ensuite vers le collège Michel Servet où un ancien élève, en souvenir des cours de son professeur de théâtre Alfred Le Renard, a réalisé en 2023 une très belle fresque : «Hommage». Elle représente une salle de spectacle avec les acteurs et le public. Odile et moi sommes allées voir «Étoile ferroviaire» datant de 2022. L'artiste a représenté la voie verte en gardant des éléments architecturaux d'origine comme des colonnes en ferraille et les portes d'une rotonde. Il reste aussi les voies en étoile au sol. Nous avons passé une très belle journée et découvert de belles choses que l'on ne prend pas le temps de voir. Pour en découvrir davantage :

<https://www.annemasse.fr/au-quotidien/culture/art-urbain>



Annette B.

L'animation en images



Balade à St Disdille



Sortie au lac de Passy



Pique-nique à Sciez



Jeux de société à la Véranda



**Goûter chez
Michèle et Dédé**



Restaurant la Tour de Boège

L'animation en images



Luge d'été aux Gets



Repas à la Véranda



**Pétanque à
Vétraz Monthoux**



Joëlette à Mégevette



Repas chez Odile



Repas de rentrée

Le travail des ergothérapeutes

Une profession parfois méconnue

Dans cette rubrique, nous allons mettre en lumière le travail des ergothérapeutes : une profession parfois méconnue mais qui joue un rôle stratégique pour l'autonomie des personnes en situation de handicap.

Quel est le rôle d'un(e) ergothérapeute ?

Les ergothérapeutes exercent une profession dans le paramédical afin de favoriser l'autonomie et l'indépendance chez les personnes âgées ou atteintes de handicap. Ils vont par exemple leur apprendre à se déplacer seul(e) à l'extérieur de façon autonome, proposer des solutions adaptées à leur quotidien. Les ergothérapeutes peuvent également impulser des travaux dans les logements (cuisine aménagée, baignoire ou douche adaptée,...) et collaborent régulièrement avec des professionnels du bâtiment, artisans ou architectes spécialisés dans l'accessibilité. Désormais, ils peuvent aussi prescrire certains dispositifs médicaux et des aides techniques inscrits dans la Liste des Produits et Prestations (LPP) remboursables par l'Assurance Maladie. En 2023, la France comptait 16 267 ergothérapeutes dont 87% de femmes.

Quelles études faire pour pouvoir exercer ce métier ?

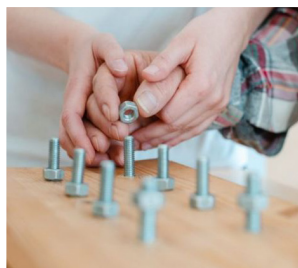
Pour devenir ergothérapeute, il faut obtenir un bac+3 en IFE (Institut de Formation en Ergothérapie) c'est-à-dire un diplôme d'Etat d'Ergothérapeute. Le métier est d'ailleurs en plein essor, notamment avec le vieillissement de la population et le développement du maintien à domicile.

Où exercent-ils ?

Les ergothérapeutes sont :

- Soit rattachés à une structure médicale (ex: hôpital, EHPAD, centre de rééducation,...) où ils travaillent en équipe pluridisciplinaire ;
- Soit ils exercent leur fonction en libéral et c'est suite à une prescription médicale à la demande d'un professionnel de santé qu'ils interviennent.

Source: <https://sante.gouv.fr> › soins › metier › ergotherapeute



Matériel et aménagements

Chaque individu étant unique, le matériel recommandé ou prescrit diffère selon les besoins. Parmi le large éventail d'équipements, on retrouve :

- Des aides techniques pour la vie quotidienne (ex : un siège de douche) ;
- Du matériel de rééducation ou de stimulation (ex : de la pâte à modeler résistante pour travailler la motricité) ;
- Des aides à la communication et aux apprentissages (ex : un clavier adapté).

Lorsqu'un aménagement est nécessaire, l'ergothérapeute commence par évaluer les besoins de la personne en fonction de son environnement, de ses capacités et de ses habitudes de vie. Des solutions concrètes sont ensuite proposées (du mobilier adapté, une réorganisation de l'espace ou des aides techniques) et une aide pour établir les devis et monter les dossiers de demande de financement (MDPH, Sécurité sociale, mutuelles, etc.). Cela peut prendre plusieurs semaines voire plusieurs mois selon les organismes. Une fois les aides accordées, les aménagements sont installés et l'ergothérapeute assure un suivi pour vérifier leur efficacité et ajuster si besoin.

Voici un tableau des prises en charge possibles selon le type de dépense :

Dépenses	Prises en charge
Séances en libéral	Elles ne sont pas remboursées par la Sécurité sociale mais certaines mutuelles peuvent prendre en charge une partie des séances.
Séances en structure (hôpital, centre, SAMSAH...)	Ces séances sont 100% prises en charge sur prescription médicale ou dans le cadre du suivi.
Le matériel médical (ex : fauteuil roulant, lit médicalisé)	Le matériel figurant sur la Liste des Produits et Prestation (LPP) est partiellement remboursé par la Sécurité sociale et la mutuelle.
Aménagements du domicile (salle de bain, rampes, domotique, etc.)	Il faut monter un dossier auprès de la MDPH, avec devis et rapport d'ergothérapie. La Prestation de Compensation du Handicap (PCH) peut couvrir une partie des frais.

Source : https://www.logiadapt.fr/ergotherapeute/ergotherapeute-remboursement?utm_source=chatgpt.com

Interview de 2 ergothérapeutes

Nous avons interrogé 2 ergothérapeutes Fanny Martin, qui exerce en libéral, et Élodie Lamy qui travaille au SAMSAH afin de comparer leur regard sur le métier.

1- Comment avez-vous choisi ce métier ?

Fanny M. : J'ai fait un stage dans un Service d'Éducation Spéciale et de Soins À Domicile (SESSAD) où j'ai rencontré une super ergothérapeute qui m'a fait découvrir le métier. J'ai adoré le fait que nous sommes concentrés sur l'autonomie au-delà de la rééducation.

Élodie L. : Dans sa jeunesse, mon père a eu un accident et s'est retrouvé avec les 2 bras et les 2 jambes cassés. Son père lui a alors bricolé des sortes de couverts avec de longs manches pour que, malgré les plâtres, il puisse se débrouiller par lui-même : j'avais trouvé cela génial ! Ma maman, assistante sociale, m'a parlé d'un métier qui consistait à fabriquer des outils pour aider les gens. J'ai fait des recherches puis un stage auprès d'une ergothérapeute et tout cela m'a passionné.

2- Pourquoi avoir choisi d'exercer votre profession en libéral ?

Fanny M. : En libéral, l'avantage c'est que je choisis comment je travaille, en mettant les moyens que je veux et en choisissant les formations qui m'intéressent. Il y a plus de libertés bien qu'on peut avoir peur d'être isolé. Moi qui aime travailler en équipe c'était ma crainte au début. Finalement, on peut prendre contact avec différents professionnels et ainsi constituer un réseau comme dans les structures, tout en restant libre.

Élodie L. : Aujourd'hui l'ergothérapie en France n'est pas financée par la Sécurité Sociale et pour moi c'est difficile d'imaginer "vendre du soin". Avec les structures j'ai la chance de laisser de côté la question financière. Cela me permet aussi d'avoir du temps : si pendant un rdv ce n'est pas le bon jour pour parler d'ergothérapie, je peux prendre simplement le temps d'écouter.

3- De quels moyens disposez-vous pour exercer votre travail ?

Fanny M. : Je travaille avec des revendeurs de matériel médical, parfois très spécifique. En tant qu'ergothérapeute, je garde une posture neutre, sans enjeu financier, afin de proposer les solutions les plus adaptées. Je fais aussi des préconisations pour la MDPH ou pour des associations, et je sollicite des aides auprès de structures comme les Kiwanis, les Bouchons 74 ou Mathieu Soleil. Certaines associations prêtent ou fournissent du matériel, ce qui est essentiel étant donné son coût élevé. L'objectif est que ces équipements profitent au plus grand nombre.

Élodie L. : Je dispose de temps pour évaluer les besoins, échanger sur ce qui permet d'améliorer l'autonomie, faire des préconisations sur des aménagements et accompagner dans leur mise en œuvre.

Qu'importe les professionnels choisis, je cherche avant tout à m'assurer que le besoin ciblé corresponde bien à la mise en pratique et je veille à ce que les résultats tendent vers une meilleure qualité de vie.

4- Selon vous, qu'est-ce qui pourrait vous aider à être encore plus efficace dans votre travail ?

Fanny M. : Plus de temps sinon une meilleure reconnaissance de notre métier. Il y a de plus en plus de professions qui sont non reconnues, sans études spécifiques et qui proposent des solutions alternatives. En libéral, la MDPH n'intervient pas toujours dans la prise en compte de nos charges financières et quand elle le fait c'est au maximum à 75%. Si la Sécurité sociale pouvait compléter ce serait une bonne chose : cela faciliterait l'accès à l'ergothérapie.

Élodie L. : Dans notre système de santé, je ne suis qu'un maillon de la chaîne donc ce qui pourrait m'aider ce serait d'avoir des structures partenaires. Quand une personne a besoin d'un temps de rééducation ou d'une place auprès d'un professionnel, c'est difficile de trouver une prise en charge de santé adéquate faute de temps ou de place.

5- Quel regard portez-vous sur votre profession ?

Fanny M. : C'est un très beau métier que j'adore mais qui est mal reconnu. Cela permet de redonner de l'autonomie quel que soit le type de handicap et c'est important car on peut tous le devenir à un moment de notre vie.

Élodie L. : Un regard passionné parce qu'il y a de la diversité dans les interventions. Chaque personne étant différente, le quotidien n'est jamais le même.

6- Quelle(s) évolution(s) avez-vous remarquées dans votre profession depuis que vous avez commencé ?

Fanny M. : L'ergothérapie est en plein essor. Il y a 50 ans, les moyens dont on disposait ressemblaient à du bricolage. Avec les avancées technologiques comme l'intelligence artificielle par exemple, les personnes handicapées ont eu accès à beaucoup plus d'indépendance. Les imprimantes 3D nous aident énormément à créer des aides techniques à moindre coût, adaptées et parfois même introuvables dans le commerce. Ces nouvelles technologies sont un vrai atout.

Élodie L. : En 14 ans, j'ai vraiment l'impression qu'on tend vers une forme de rentabilité plus qu'une qualité d'accompagnement. Les contraintes financières poussent à voir plus de personnes en moins de temps, à faire des rapports plus synthétiques sans prendre le temps de bien accompagner. Une autre évolution plus positive : c'est le droit à la prescription depuis 2023. Cela évite de passer par un intermédiaire mais le contact avec le médecin reste essentiel pour assurer un bon suivi.

La réalisatrice Laetitia Møller

Dans ce numéro, nous souhaitons vous faire découvrir deux documentaires sur le Handicap : « Handicap aux origines du combat » et « Le tour de France de Lucie ». Afin de mieux comprendre le parcours et les raisons qui l'ont poussée à mener ce projet, commençons par évoquer le parcours de Laetitia Møller, réalisatrice du premier documentaire.



Laetitia Møller est journaliste de presse écrite et réalisatrice. Elle a écrit notamment pour des journaux comme « Le Monde », « Arte Magazine » ou encore « Libération ». C'est aussi une réalisatrice de vidéos institutionnelles pour des entreprises, des associations ou des organisations culturelles. Parmi ses réalisations, on note :

- « Viol, les voix du silence » diffusé à la télévision en 2012 qui décrypte les mécanismes de pouvoir et interroge les croyances de notre société.
- Le court-métrage « Les Dames de Dosne » en 2014 pour lequel elle a obtenu le prix Infracourts.
- Son premier documentaire de création, "L'Énergie positive des dieux", réalisé en 2021. Celui-ci est né de sa rencontre avec Astérotypie, un groupe de rock à la frontière de la folie et du punk avec une poésie sauvage. Les quatre musiciens autistes qui le composent : Stanislas, Yohan, Aurélien, et Kévin en sont les chanteurs en plus d'être les pensionnaires bien connus de l'émission «Les rencontres du papotin».
- En 2023 elle crée une série de 3 épisodes intitulée "À corps et à cris" qui replace l'histoire de l'APF France handicap. Ce documentaire montre comment l'association a trouvé des solutions concrètes pour améliorer la vie des personnes en situation de handicap et lui vaut le Prix Scam de L'Œuvre institutionnelle.
- Enfin, Laetitia Møller réalise le documentaire «Handicap aux origines du combat» en 2025 dans lequel elle développe des décennies de luttes, d'émancipation et d'éveil politique. C'est sur ce dernier que nous mettons l'accent.

Source : <https://www.scam.fr/actualites-ressources/laetitia-moller-lau-reate-du-prix-de-loeuvre-institutionnelle-2024/>

Ilse F.

Handicap aux origines du combat

Le projet est né suite à la réalisation de la série de films “À corps et à cris, une histoire du handicap en France” pour fêter les 90 ans de l’association APF France-Handicap. Cela a permis à Laetitia Møller de découvrir des images d’archives de l’Institut National de l’Audiovisuel (INA) sur le handicap. Isabelle Foucrier, la productrice, et Laetitia Møller ont fait le constat qu’il n’existait aucun document de la TV française qui retraçait l’Histoire du handicap physique. Et ce sentiment s’est renforcé au moment des jeux paralympiques où de nombreux athlètes ont été mis en lumière sans qu’on ne connaisse vraiment leur histoire.



“Handicap, aux origines du combat” se veut actuel et facile à comprendre. Laetitia Møller a cherché à dégager des grands mouvements sociaux tout en restant fidèle à l’Histoire. Le documentaire met en évidence principalement la période avant 1975 pour développer les origines du handicap et la mise en place d’un socle législatif en France. C’était important pour la réalisatrice de faire intervenir beaucoup de personnes en situation de handicap afin de leur donner la parole. Pourtant le sujet du documentaire concerne tout le monde et il est important que les gens s’en saisissent pour progresser vers une société plus inclusive. La force du documentaire réside dans sa multitude d’images d’archives issues de l’INA, du ministère des Armées, ou encore des sanatoriums de Berck.

Le discours validiste s’accompagne bien souvent d’une forme de charité. De nombreuses organisations se servent de cela pour récolter des dons et cela fait avancer la cause. Mais les militants qui ont pris la parole dans les années 70 ont amorcé un changement de perspective sur le handicap en montrant qu’une personne handicapée peut s’exprimer, s’affirmer et être autonome dans certains cas. Le fait de déplacer le regard permet aussi de se questionner sur la normalisation et l’adaptation. Chaque personne a un parcours de vie différent, par conséquent elle n’aura pas les mêmes envies, les mêmes besoins ou les mêmes représentations.

Source : <https://informations.handicap.fr/a-docu-handicap-aux-origines-du-combat-un-siecle-de-lutte-38135.php>

Ilse F.

Le ressenti du public

Suite à une séance de visionnage du documentaire, notre équipe a recueilli le ressenti à chaud des participants.

Beaucoup de combats ont été faits, beaucoup de luttes ont été menées on le voit dans le documentaire. Il ne faut pas oublier que nos prochains combats restent d'actualité, il va falloir maintenir tout ce qui a été obtenu et qu'on va nous enlever petit à petit. C'est dans l'ordre du temps de la politique et des économies budgétaires, il ne faut pas sous-estimer les futurs combats tout en maintenant ce qui a été obtenu. On le voit souvent avec Céline et les membres du Conseil d'Administration sur tout ce qui commence à partir à la dérive et ça va être une nouvelle lutte importante.

Philippe R.
Président EH

On voit qu'il y a eu un gros progrès mais qu'il a fallu que les handicapés se battent pour obtenir quelque chose. Il y a toujours besoin d'un combat pour que les choses évoluent

Ilse F.
Adhérente

Pour ma part, j'ai trouvé cela très instructif. En première partie, on voit ce qui découle de l'après-guerre, où l'on a cherché à "remettre sur pied" des personnes estropiées. Que le handicap soit issu d'une maladie génétique ou d'un accident, les choses ont évolué dans le bon sens mais il faut se donner les moyens.

Thierry B.
Adhérent

Ce que j'ai retenu c'est qu'au début des années 70 on était des "infirmes", y compris moi. Quelques années plus tard, je suis devenu un "paralysé" ensuite j'ai été "handicapé" puis une "personne en situation de handicap" et maintenant je suis une "PMR". L'évolution du jargon est intéressante. (...) C'est grâce à l'investissement des personnes handicapées aussi que l'accessibilité a évolué et continue d'évoluer. [Espace-Handicap] est reconnu pour ses capacités, ses compétences et nous sommes invités officiellement par les élus, par les techniciens, par des personnes qui essaient de s'occuper de nous.

Jean-Marcel P.
Administrateur EH

Je suis admirative des personnes handicapées pour ce qu'elles ont fait au début du XXe siècle avec les moyens qu'elles avaient. Elles ont fait beaucoup mais ça reste un petit pas et il faut s'accrocher.

Hélène T.
Adhérente

L'avancée est positive mais à l'heure actuelle on a tendance à nous mettre de côté. Je trouve ça dommage car les handicapés sont là et on fait parfois marche arrière.

Sandrine C.
Adhérente

Le tour de France de Lucie

Un autre documentaire sur France Télévision a attiré notre curiosité : “Le tour de France de Lucie”. À bord d’un camping-car, Lucie Carrasco, en fauteuil roulant suite à une maladie génétique, sillonne pour la première fois les routes de France en compagnie de Jérémy Michalak et d’une petite équipe de tournage. Avec ses compagnons de route qui l’épaulent et la soutiennent, leur périple débute à Nice, par des retrouvailles avec des élèves et où le mot “résilience” est essentiel. La force de Lucie a marqué cette classe qui en a fait un modèle. À Carpentras, elle rencontre des gitans avec qui elle aborde le sujet de la stigmatisation. Puis, elle se rend 130 mètres sous Terre, au gouffre de Padirac, avec une équipe qui la transporte en joëlette. “Rendre l’inaccessible accessible”, la devise de cette aventure, prend alors tout son sens.

Lucie va ensuite gravir la Dune du Pilat, une montagne de sable de 110 mètres de haut puis se rend à Fougeret dans un château hanté. L’équipe enchaîne avec le Mont-Saint-Michel et s’arrête au fameux restaurant de “La mère poulard” qui s’avère inaccessible. Avec son franc parler, Lucie déclare : “ Elle peut pas investir dans une rampe d’accès... ? “, sachant que “ses omelettes à la truffe sont à 95€ par personne...”. Ils se dirigent ensuite vers La-Madeleine-Sous-Montreuil où une famille confrontée au handicap a monté “les bobos à la ferme”, un centre de vacances accessible à tous. Le voyage se termine aux Champs-Élysées, par une arrivée aussi prestigieuse que celle du Tour de France de cyclisme.



Ce premier tour de France en camping-car permet à Lucie de rencontrer des Français au grand cœur, aussi drôles que généreux. Ce documentaire sur l’accessibilité est disponible en replay sur France Télévision jusqu’au 6 novembre.

Odile L.



L'album de musique de Patrick

À l'atelier numérique d'Espace-Handicap, j'ai utilisé une IA (Intelligence Artificielle) qui s'appelle SUNO. Elle fonctionne à partir de mots clés que l'on rentre à l'aide du clavier et génère ensuite des musiques à partir du texte. Rémi m'a alors proposé de créer un album à partir de cet outil. D'abord, j'ai réfléchi au style de la musique. Je voulais faire de la new wave plutôt rythmée, envoûtante, avec des paroles en anglais car je trouve que cela sonne mieux. Dans cet album, je cherche à véhiculer des émotions complètement différentes comme la joie, la colère ou la peur. J'ai listé neuf émotions que j'ai ensuite développées en musique. Puis, j'ai réalisé un classement des musiques comme sur un vrai album ! D'ailleurs, il a un nom : il s'appelle The Way (ce qui veut dire le chemin en français).



La pochette de cet album représente un paysage de forêt mystérieux avec une lueur, un rayon de soleil qui transperce les branches des arbres. Je suis parti d'une idée personnelle en tentant de transmettre un sentiment d'espoir. J'ai aussi voulu créer un effet en ajoutant des boutons (pause, avance rapide ou le temps de la musique qui défile) pour mieux vous laisser gérer votre écoute. La pochette a été faite sur Canva : un outil de création formidable pour créer des supports imprimés ou numériques.

Ce projet m'a pris environ 10 séances pendant lesquelles j'ai créé 9 chansons, une pochette d'album et un clip. J'ai aussi récupéré les paroles en anglais que j'ai traduites en français à l'aide d'un traducteur en ligne et j'ai réuni tout cela dans des documents Word.

J'ai bien aimé la recherche d'images pour trouver l'inspiration et ensuite créer la pochette. J'aime bien la musique donc j'ai apprécié le projet. Ça n'a pas toujours été facile car j'ai des petits problèmes de concentration mais au final je suis content de ce que j'ai fait. Et je vous invite à écouter mon clip « Neon Demon » sur la chaîne YouTube d'Espace-Handicap en scannant le QR code de cette page. Laissez-vous envahir par l'émotion !

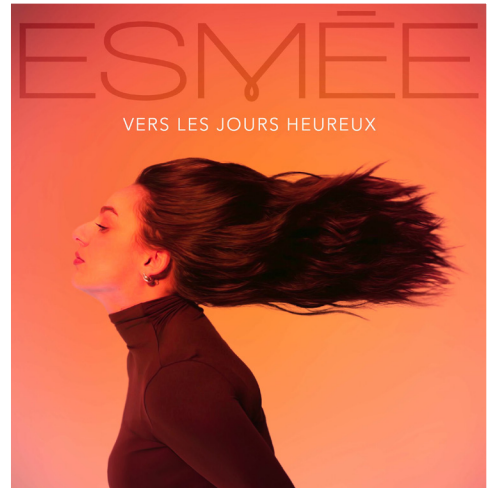


Patrick P.

Partage culturel : Esmée

Native du Sud de la France, Esmée est une jeune femme de 23 ans atteinte du syndrome Gilles de la Tourette diagnostiquée à 6 ans. Pour éviter les moqueries de ses camarades et sortir du harcèlement, elle se met à chanter. Ce qui lui permet également de s'évader. Son rêve est alors de faire carrière dans la musique. Et elle met tout en œuvre pour y parvenir. Esmée s'inscrit 5 fois à l'émission The Voice sans jamais abandonner jusqu'à ce que Bruno Berbéres, directeur de casting, lui donne sa chance. Face aux fauteuils rouges, elle choisit d'interpréter la chanson de Camille Lellouche "Ne me jugez pas" qui lui rappelle son parcours de vie. Zazie, touchée par son interprétation, l'invite à rejoindre son équipe. Elle est éliminée au moment des battles mais trouve la force de continuer avec un premier single intitulé "Echo". Le texte de cette chanson relate sa maladie ainsi que toutes les étapes traversées qui ont fait ce qu'elle est devenue. Les fans sont séduits. Un deuxième single sort en 2023 : "Memento" écrit par Hoschi avec pour thème ses relations passées. Il dépasse les 800 000 vues sur Youtube en 5 mois.

Nominée au titre de Révélation musicale de l'année, elle décide de sortir son 1^{er} album. Son univers, inspiré de chanteuses telles que Barbara Pravi ou Yseult, lui permet de se faire une place dans la catégorie de chanson pop urbaine. Sa citation fétiche est : "La seule façon d'échouer est de ne pas essayer". Après des débuts très encourageants, Esmée poursuit sa carrière avec cet album composé de 13 titres dans lequel elle livre un récit intime marqué par la différence, le harcèlement et la résilience. Son single "La vie change", en duo avec Jonas Snitt, évoque avec émotion, la force des relations humaines qu'elles soient amoureuses ou amicales, ainsi que la puissance libératrice de la musique.



Cette artiste, dont j'ai beaucoup apprécié les textes intimistes, est à découvrir sur YouTube ou sur les plateformes de streaming. Sa jeunesse et sa combativité m'ont tout de suite touché et j'attends avec impatience la sortie de son prochain album !

Source : <https://www.nrj.fr/artistes/esmee/biographie>

Michel P.

Festival Limitless

Les vendredi 4 juillet et samedi 5 juillet, l'association Access Mont Blanc a organisé la 5^e édition de son festival Limitless dédié aux sports adaptés, à la base de loisirs du lac des Chavants des Houches. Toutes les activités sont adaptées aux personnes en situation de handicap avec un encadrement très sécurisé, assuré par les bénévoles de l'association. Ces derniers installent les équipements et accompagnent lors des activités. Les échanges sont riches en émotions et tout est simple. Les activités s'enchaînent ainsi de 11h00 à 17h00 (le temps de passer d'une animation à l'autre).



Deux adhérentes témoignent :

“Personnellement, c’est grâce à Céline que j’ai découvert Limitless. L’an dernier j’ai fait du rafting : une activité géniale que je ne suis pas prête d’oublier. J’ai été tellement emballée que cette année je me suis inscrite de nouveau. J’ai fait du « Rand Moy Montagne » en quadrix (un fauteuil électrique tout terrain dirigé en solo) : c’était une rando royale avec un paysage magnifique composé des glaciers de Bionnassay et des Bossons, de pâturages verdoyants. Nous avons pique-niqué au sommet avec d’un côté les montagnes enneigées et de l’autre les vaches d’Hérens mobilisées pour des combats entre elles. Pour moi, rien de mieux que d’admirer le paysage. C’est dans la nature que je me sens heureuse. En fin d’après-midi, j’ai testé pour la première fois l’escalade. Cela m’a demandé beaucoup d’efforts surtout pour les bras car c’est grâce à eux que je me hissais le long de la paroi. Puis, j’ai fait de la tyrolienne. Je suis montée à pied jusqu’au départ qui se faisait en forêt. Mon accompagnateur, très attentif à mes efforts, a assuré ma sécurité avant que je me lance dans le vide.”

Odile L.

“Pour ma part, j’ai débuté par une séance de yoga qui m’a bien détendue avant de pratiquer le quadrix dans la forêt. J’ai aussi pu tester le handbike, une activité très physique qui demande beaucoup de concentration : j’ai adoré. Cette année une nouvelle activité a été programmée : la tyrolienne. Comme je ne pouvais pas grimper jusqu’au point de départ, j’ai été treuillée par des bras bienveillants. Et la descente s’est faite tranquillement, bien assurée par les responsables. Pour terminer la journée, j’ai fait du cimgo. La montée se faisait en télécabine jusqu’à atteindre le Prarion à près de 1900m d’altitude avec un panorama à 360° : grandiose. Les accompagnateurs handisport nous ont fait bénéficier de leurs connaissances montagnardes lors de la descente. Et malgré le fait que nous avons emprunté des chemins caillouteux parfois périlleux, je me suis toujours sentie bien en sécurité.”

Hélène T.

Inscrivez vous sur leur site pour le 3 et 4 juillet 2026 :

<https://accessmontblanc.com/fr/festival-limitless/>

Histoires drôles

Connaissez-vous la blague de la chaise ? Non ?

C'est dommage elle est pliante !

.....

Pourquoi est-ce que les vêtements sont toujours fatigués quand ils sortent de la machine ?

Parce qu'ils sont lessivés.

.....

Pourquoi y'a-t-il un squelette dans une armoire ?

Parce qu'il y a un vainqueur à cache-cache.

.....

Qu'est ce qu'une carotte dans une flaqué d'eau ?

Un bonhomme de neige en été.

.....

Agenda associatif



Jeudi 30 octobre à 19h00 à l'espace de la Véranda
Repas d'Halloween - Sortez vos masques !



Jeudi 6 novembre de 9h30 à 17h00 à l'Espace Louis Simon Gaillard
Forum des aidants



Mercredi 10 décembre à 12h00 à la Maison des sociétés de Cranves-Sales
Repas de Noël



Du jeudi 25 décembre au dimanche 4 janvier inclus
Fermeture de Noël



ESPACE-HANDICAP

6 rue Léon Bourgeois / 74100 Ville-La-Grand

Tél. 04 50 87 15 67

