



APAJH

Creuse

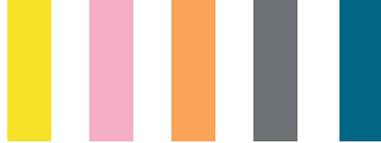
En Marche !



Dossier :
Le sport dans
tous ses états !

Inclusion : théorie et pratique

Magazine de l'APAJH de la Creuse n°92 - Octobre 2022



SOMMAIRE

p3 | **50 ans et tous aidants**
Association

p4 | **« Passer du théorique à la pratique »**
Direction générale

p5 | **J'peux pas j'ai école !**
Pôle Education et Apprentissages

p6 | **Pas de pitié pour les caries**
Pôle Education et Apprentissages

p7 à 11 | **Le sport dans tous ses états !**
Association

p12 | **Quand les carrières s'ouvrent**
Pôle Travail et Emploi Accompagné

p13 | **Des ouvriers bien chapeautés**
Pôle Travail et Emploi Accompagné

p14 | **Deux départs cousus main**
Pôle Travail et Emploi Accompagné

p14 | **Baptême du feu**
Pôle Habitat Vie Sociale

p15 | **Je vote donc je suis**
Pôle Habitat Vie Sociale

APA JH Creuse
23, rue Sylvain Blanchet
23000 GUÉRET
05 55 52 49 88
www.apajhcreuse.fr

Directeur de publication :
Président APA JH Creuse

Rédaction :
Virginie Lorthioir
(sauf mention contraire)

Crédits photo :
APA JH de la Creuse, Alex Overton, Freepik.

Maquette & Impression :
GC Concept - 36250 Saint-Maur

Tirage : 1200 ex

Numéro ISSN : 1296-2767

Vous souhaitez réagir à un article ?



servicecommunication@apajh23.com

L'ÉDITO

du président Patrick Colo



Au rendez-vous du défi de la rentrée !

Au terme d'une nouvelle confirmation estivale du réchauffement climatique, voici venu le temps de « la rentrée ».

Cette seule évocation renvoie chacune et chacun d'entre nous à des souvenirs plus ou moins agréables. Je parle de la rentrée scolaire bien sûr.

Qui ne se souvient de la fébrilité qui s'emparait de nos chères têtes blondes et de leurs parents ?

La liste des fournitures exigées, accompagnée de celle des livres et de sa bourse d'échanges. Mais ensuite, il faut les couvrir. Les cahiers, la nouvelle trousse, les feutres. Et le rapporteur et le compas. Ah le rapporteur et le compas : combien de perdus ? Combien de fois utilisés pendant l'année ?

Et surtout, le nouveau cartable, car quelle honte ce serait de revenir avec l'ancien ! Nos greniers en sont pleins.

Pour nous, au Pôle Education et Apprentissages, la rentrée prendra un tour nouveau pour les enfants qui vont rejoindre la classe inclusive de l'école de Saint-Sulpice-le-Guérétois. Grâce à l'engagement des équipes de l'école et de l'IME, avec le soutien du maire et de l'Education Nationale et avec l'adhésion des parents d'élèves, plusieurs de nos élèves vont suivre le même chemin que leurs camarades, dans ce que l'on qualifie de « milieu ordinaire ».

Ce premier pas est certes modeste, mais c'est un véritable défi que nous devons réussir tant l'inclusion de nos élèves est importante. Pour eux d'abord et, surtout, pour étendre cette démarche à d'autres dans le futur. Nous y mettrons l'énergie et les moyens nécessaires.

Pour que cette « rentrée » soit une pleine réussite pour tous ces enfants et leurs familles. Pour le souvenir de l'odeur du cartable neuf dans la nouvelle école que nous avons tous dans notre mémoire.

« N'élevons pas nos enfants pour le monde d'aujourd'hui. Ce monde n'existera plus lorsqu'ils seront grands. Et rien ne nous permet de savoir quel monde sera le leur, alors, apprenons-leur à s'adapter. »

Maria Montessori



C'est avec une grande tristesse que nous vous annonçons la fin de 3615 APAJH23.COM

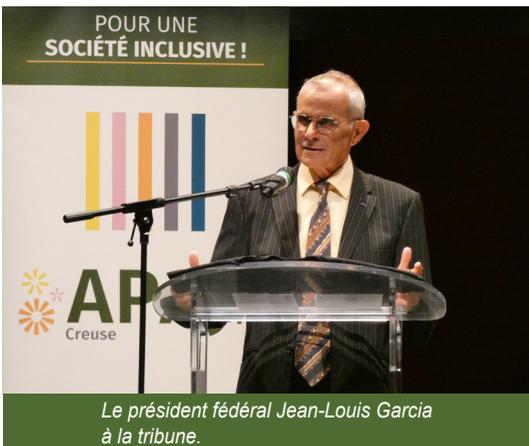
Mais pour se rattraper, on vous a préparé un nouveau site aussi beau que pratique :

www.apajhcreuse.fr



50 ANS ET TOUS AIDANTS

Association



Le 28 septembre à l'Espace André-Lejeune de Guéret, l'APA JH de la Creuse a fêté ses cinquante ans. Cinquante ans au service des familles et des enfants et adultes pris en charge, cinquante ans au service de l'innovation sociale. Plus de 160 participants se sont retrouvés pour cet anniversaire au colloque organisé pour l'occasion, avec comme fil rouge la question du modèle inclusif.

Jean-Louis Garcia, président national, a dans ce droit fil rappelé la nécessité pour la Fédération de garder dans nos projets, nos actions, l'esprit pionnier et notre volonté de sans cesse revisiter nos pratiques professionnelles.

Ce discours a fait le lien avec la présentation de l'ouvrage *À jamais les pionniers, 50 ans de combat pour l'inclusion*, racontant cette riche histoire humaine et professionnelle mais aussi les défis qui attendent l'association.

C'est le philosophe jésuite Christoph Theobald qui a évoqué la difficile émergence du paradigme de l'inclusion. Il nous a proposé de nous interroger sur la capacité de nos sociétés à se transformer et à la difficile conversion de nos mentalités et nos pratiques. Au moment où des peurs ressurgissent, peur de l'autre notamment, il nous engage à inventer ensemble des règles de jeu nouvelles, des interactions pour

« *produire du commun* ». Dans un monde où l'humain est confronté à l'épreuve de la fragilité, Christoph a plébiscité la question du sens et l'obligation, pour affronter les crises, de puiser dans l'esprit de fraternité. Ce principe qui nous fait agir les uns avec les autres en créant « *des micros espaces d'exemplarité* ».

Le docteur Queyroux, médecin ORL et conseiller médical au sein de l'association, a mis en perspective le lien entre santé et numérique, soulignant « *que l'APA JH est bien au rendez-vous* », citant les initiatives en cours avec PRAETER (Plateforme de Ressource d'Appui et d'Expertise Technique, d'Education et de Recherche) et la prochaine étude clinique sur les soins bucco-dentaires des autistes. Sur ce sujet, les peurs, les incompréhensions sont présentes et le médecin a voulu rassurer par des exemples et un discours pédagogique. Il a ainsi évoqué la télémédecine comme outil complémentaire au service des déficiences dans la palette du diagnostic. Nous avons entendu au cours de cette intervention des arguments pour « *monter dans le train du numérique* » et en faire un outil au service de l'inclusion.

Autre moment fort, la projection du film *Tourner la page* et ses images marquantes sur la situation des travailleurs de l'ESAT et le passage parfois chaotique du monde du travail à la retraite. À travers cet exemple de la retraite se pose pour notre société avec acuité la question de la réciprocité, de l'égalité et de la solidarité dans l'exercice des droits et la participation effective à la vie de la société des personnes en situation de handicap...

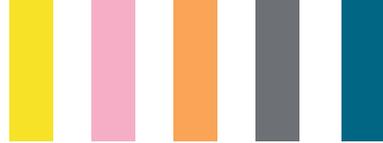
La dernière partie de ce temps de réflexions et d'échanges a été consacrée au scolaire, avec une table ronde sur la récente ouverture d'une classe inclusive à Saint-Sulpice-le-Guéretois, puis avec l'intervention de Leslie Amiot, docteur en psychologie, maître de conférences à l'université de Rouen : « *de la loi à la*

classe, enjeux, freins et perspectives ». Dans une intervention très riche, elle a balayé toute une palette de situations, ne minimisant pas les difficultés rencontrées sur le terrain mais aussi les avancées, les changements qui s'opèrent. Elle a beaucoup insisté sur la formation, la nécessité d'accompagner les personnes sur le terrain, de changer nos pratiques en collaborant mieux, défendant deux choses : « *La continuité pédagogique et l'importance d'apprendre avec les autres* ». Leslie Amiot terminera son intervention sur « *l'autre comme partenaire et la nécessaire implication de tous les secteurs de l'éducatif aux équipes de soins pour faire ensemble* », en continuité avec les mots des intervenants précédents.

Au-delà de cet anniversaire, cette journée a été un rendez-vous très riche où se sont entrecroisés philosophie, santé, numérique et éducation comme un même combat avec l'obligation de coopérer et de raisonner collectivement. Patrick Colo, président de l'APA JH de la Creuse, se félicitait « *de cette journée nourrie par des interventions de très haut niveau sans aucun doute le point de départ pour l'association d'actions dynamiques en faveur de l'inclusion* ».

Christian Laurance
Secrétaire général





« PASSER DU THÉORIQUE À LA PRATIQUE »

Direction générale



Catherine Aupetit a pris la direction de l'APAJH de la Creuse le 1^{er} septembre.

Quel est votre parcours professionnel ?

Je suis infirmière de formation. J'ai travaillé 20 ans dans le milieu du soin entre Auvergne et Limousin dans de nombreux services me permettant d'exercer ainsi ma profession de manière diverse et variée.

Par la suite j'ai bifurqué vers l'administration en intégrant la DDASS de la Creuse en tant qu'infirmière de santé publique sur des missions de prévention et de sécurité sanitaire mais aussi de coordination des acteurs départementaux, avec notamment la création d'un réseau addictions, pendant 5 ans.

Lors de la création de l'ARS en 2010,

mes missions ont été recentrées prioritairement sur l'organisation de l'offre de soins notamment du premier recours (médecine de ville), du sanitaire (hôpitaux publics et privés) et du médico-social (personnes âgées, personnes en situation de handicap et addictions). Je suis ainsi passée de chargée de missions à la double fonction de responsable du pôle animation territoriale et parcours/directrice-adjointe de l'ARS de la Creuse. J'ai dû abandonner mon statut d'infirmière au bénéfice de celui d'inspectrice de l'action sanitaire et sociale.

Comment avez-vous connu l'association ?

L'APAJH de la Creuse relevait de mon portefeuille dans mon emploi précédent, l'ARS étant l'une des autorités de contrôle et de tarification de l'association.

Sur un plan plus personnel, dans mon entourage familial j'ai parmi mes proches des personnes qui font partie soit du public accompagné, soit des salariés.

Pourquoi avoir postulé à l'APAJH de la Creuse ?

C'est une bonne question !

Etant Creusoise et ne souhaitant plus être mobile, ce poste représentait pour moi une belle opportunité territoriale. Dit autrement la Creuse peut être attractive ! Par ailleurs j'ai piloté les négociations du CPOM (contrat pluriannuel d'objectifs et de moyens) pour l'ARS. C'est un beau

défi de passer de l'autre côté pour le mettre en œuvre, de passer du purement théorique à la pratique.

Ce poste s'inscrit dans un continuum, une évolution logique de carrière qui se terminera par la découverte du monde associatif. C'est un autre angle de vue, mais toujours au service de l'utilisateur, quel qu'il soit.

C'est toujours un peu convenu, voire « ringard », de dire qu'on se retrouve dans les valeurs de l'association mais c'est une réalité. Donner du sens au travail à travers des valeurs est indispensable. Tout au long de mon parcours, il y a toujours eu la notion de la qualité du service rendu et de l'engagement.

Quelle sera votre manière de travailler ?

En m'appuyant sur les principes de base, les fondamentaux : la concertation, la collaboration, la négociation. Ce sont des termes un peu redondants mais pas synonymes, ils donnent la tendance.

Un directeur général ne fait rien seul, il a besoin des équipes. Pas uniquement pour passer commande, mais pour être éclairé, le travail des collaborateurs est une précieuse aide à la décision.

Mon rôle est avant tout de porter la politique de l'association, la faire partager et la décliner au bénéfice de l'utilisateur.



J'PEUX PAS, J'AI ÉCOLE !

Pôle Education et Apprentissages



La signature de la convention a eu lieu le 31 août entre Eric Bodeau, maire, Dominique Terrien, DASEN, et Patrick Colo, président de l'APAJH de la Creuse.

Notre conviction et l'accueil chaleureux et sensibilisé de nos partenaires ont permis la signature d'une convention pour la création d'une Unité d'Enseignement Externalisée entre la Direction des Services Départementaux de l'Education Nationale de la Creuse, l'IME de Grancher de l'APAJH de la Creuse et la commune de Saint-Sulpice-le-Guéretois.

L'aboutissement de cette démarche a permis l'accueil de six élèves de l'IME de Grancher le 1^{er} septembre 2022, jour de rentrée scolaire. Cette réussite d'inclusion d'une classe externalisée au sein d'une école élémentaire n'est qu'une étape d'un projet plus ambitieux et préfigure la création de classes externalisées en collèges et lycées.

« Au commencement était le verbe », en l'occurrence, au commencement est le projet de l'ouverture d'une classe externalisée de l'Institut Médico-Educatif de Grancher au sein d'une école élémentaire publique.

Il s'agit là d'une réponse à la loi de l'école pour tous, en collaboration étroite avec l'Education Nationale, plus précisément Mme Lafaye, inspectrice académique ASH de la circonscription de Guéret. Nous avons commencé dès le début de l'année 2022 à investiguer auprès des différentes écoles élémentaires de Guéret et de ses alentours.

Munis de notre bâton de pèlerin, nous avons présenté aux mairies et directions des écoles notre projet d'inclusion d'une classe externalisée. Cela répond à nos missions pédagogiques et éducatives en faveur des jeunes que nous accueillons au sein de notre IME.

Suite à de nombreuses réunions collaboratives, la municipalité de Saint-Sulpice-le-Guéretois a tout de suite montré son intérêt pour ce projet. On retiendra l'implication de ses administrés, le lieu d'implantation de l'école, sa

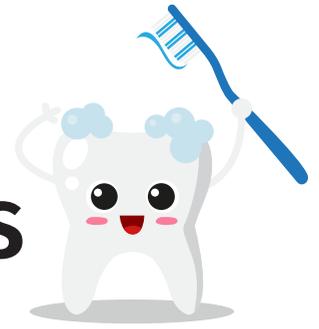
construction récente, et la capacité de bénéficier d'une classe dédiée aux jeunes de l'IME.

Ensemble, les équipes ont œuvré afin de conceptualiser un projet éducatif, élaboré collégialement une convention tripartite, pris le temps d'échanger avec les équipes enseignantes et les représentants des parents d'élèves.

Pour conclure, je citerai Jean Jaurès « quand les hommes ne peuvent changer les choses, ils changent les mots ».

Philippe Pelouard
Directeur du pôle





PAS DE PITIÉ POUR LES CARIES

Pôle Education et Apprentissages



Le Dr Taormina et son assistante, Alexandra.

Parce que l'hygiène buccale et dentaire est un enjeu majeur pour tout un chacun, l'IME de Grancher accompagne les jeunes résidents dans cet apprentissage quotidien.

Nos objectifs sont de :

- Familiariser le jeune à l'environnement d'un cabinet dentaire et au fait de se faire examiner et soigner les dents ;
- Expliquer l'intérêt d'un bon brossage dentaire ;
- Pratiquer à l'aide d'un atelier « révélateur de plaque dentaire » pour se rendre compte des endroits moins faciles à brosser et sur lesquels insister.
- Dépister un souci dentaire (éventuel) pour ensuite être dirigé vers le dentiste de son choix.

Plusieurs actions sont menées en parallèle. Des ateliers de « Mobilisation à l'hygiène bucco-dentaire » sont menés au Centre Hospitalier de Guéret

en partenariat avec le Dr Taormina, chirurgien-dentiste. Ces ateliers sont conduits par son assistante dentaire Alexandra.

Alexandra aborde cette prévention à l'aide d'un diaporama adapté. Le brossage des dents, les caries, l'alimentation, le grignotage, ainsi que la perte accidentelle d'une dent sont expliqués. Alexandra propose ensuite un atelier pratique de brossage dentaire avec un révélateur de plaque dentaire, qui colore en rose/violet les dents si celles-ci sont recouvertes de plaque dentaire. Cela permet au jeune et à son accompagnateur de visualiser les zones de brossage à perfectionner.

Les ateliers « révélateurs de plaque dentaire » sont poursuivis à l'IME en lien avec les infirmières. Les jeunes sont invités à se brosser les dents à l'aide d'un dentifrice spécial qui colore la plaque dentaire. Le but est le même : voir les zones plus difficiles à atteindre et performer son brossage. Ces ateliers sont reconduits dans l'année afin de noter l'efficacité et l'évolution du brossage dentaire. Des conseils personnalisés sont apportés aux jeunes et à leurs familles.

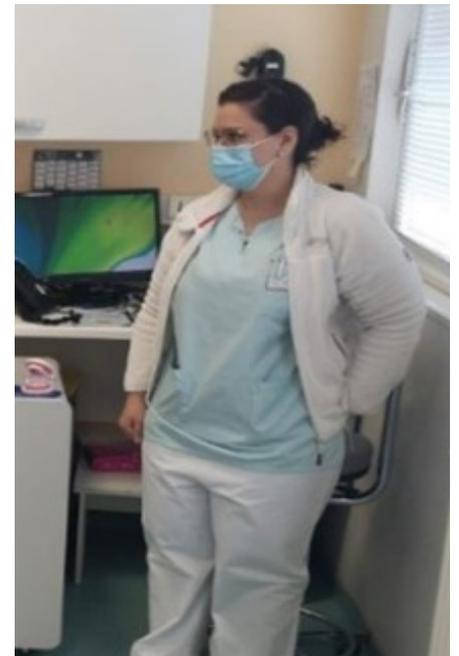
Un atelier « hygiène bucco-dentaire » spécifique a été créé pour un groupe de jeunes de l'unité polyhandicaps Oasis. Six à huit séances sont menées conjointement par l'infirmière et l'aide-soignante de l'Oasis et proposées à cinq jeunes de ce groupe sous forme ludique (photomontages, petits jeux, visionnage de film éducatif, mise en pratique du lavage des dents ...).

Ces ateliers font suite, eux aussi, à des séances dans le cabinet du Dr Taormina. Toutes ces séances devraient permettre de mieux appréhender les soins dentaires mais aussi de mieux accepter le lavage des dents.

Depuis ces différentes séances de sensibilisation proposées par le Dr Taormina et son assistante, les infirmières et les éducateurs réalisent sur l'IME un atelier « révélateur de plaque dentaire » après le repas de midi. Celui-ci permet de voir les carences en brossage et de réexpliquer le geste qui parfois n'est pas compris.

Cet atelier a été réalisé à ce jour une fois pour chaque jeune (demi-pensionnaire ou interne) sur le groupe Maupuy et sera prochainement institué sur le groupe Courtille. Cet atelier se fera par la suite de manière régulière.

Maud Tessier et Mélanie Delage
Infirmières à l'IME de Grancher



Alexandra anime les ateliers prévention.




LE CARNET DE
Virginie

**Fiche d'identité
GROUPE SPORTS**



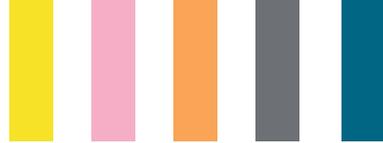
Né en 2021 de la déclinaison du projet associatif, le groupe sports de l'APAJH de la Creuse est placé sous la houlette d'Ivan Le Strat, directeur du pôle Habitat - Vie Sociale.

Le groupe sports a pour ambition de valoriser la pratique sportive dans les établissements et services de l'APAJH de la Creuse. Une première journée multisports a eu lieu en octobre 2021 au stade Cher du Prat de Guéret, rassemblant 80 usagers. De nombreuses associations partenaires avaient été sollicitées pour l'occasion.

Ces actions ponctuelles visent à communiquer sur les actions à l'échelle associative, coordonner certains projets, sensibiliser les établissements à la pratique sportive et développer des partenariats avec les clubs pour intégrer les personnes en situation de handicap.

Le sport dans tous ses états !

A l'heure où le Président Emmanuel Macron annonce trente minutes d'activités sportives pour les écoliers, l'association n'a pas attendu les recommandations gouvernementales pour faire du sport l'un de ses combats, tant pour la santé des personnes accompagnées que comme vecteur d'inclusion. Et s'entoure pour cela de nombreux partenaires...



Du Sport Adapté pour tous



Quel que soit l'établissement ou le service de l'APAJH de la Creuse, le sport tient une place importante dans le quotidien des usagers. En 2021, un "groupe sports" a vu le jour, rassemblant au moins un professionnel de chaque établissement et service.

Le groupe est né de la déclinaison du projet associatif et des vertus d'inclusion sociale inhérentes à la pratique sportive. Elle est également liée à une forte dynamique dans l'association. De nombreux professionnels sont impliqués en parallèle de leur métier dans des structures de développement du sport adapté sur le territoire creusois. Le sport adapté s'adresse aux personnes en situation de handicap physique ou psychique, en adaptant sa pratique.

Emilie Marot, éducatrice sportive au foyer de vie de Châtain, est présidente de la SPAC (Sport Adapté Creusois). Née de l'association sportive du foyer de vie d'Arfeuille-Châtain, la SPAC a été créée en 2017 pour offrir la possibilité à l'ensemble des résidents de s'affilier à la Fédération Française de Sport Adapté (FFSA). Il s'agit de la seule fédération, avec Handisport, qui propose une offre multisports, avec un important volet loisirs, qui s'adresse à tous les âges, résidents en foyers ou dans un logement autonome.

De nombreux établissements adhèrent à l'association, ceux de l'APAJH de la Creuse bien entendu, mais également la résidence de Courtille (Adapei 23) ou encore le Foyer d'Hébergement d'Evaux-les-Bains (Alefpa).

« On essaye de toucher un maximum d'associations différentes », note Emilie Marot. Les résidents licenciés peuvent ainsi participer aux manifestations coordonnées par la FFSA, que ce soit au niveau départemental, régional ou national.

Vingt-cinq championnats de France ont lieu, pour autant de compétitions : « Il y a la possibilité de trouver ce qu'on aime », sourit l'éducatrice sportive. Les foyers de vie des Champs-Blancs et de Châtain participent aux cross, et aux VTT pour Châtain. Mais en Creuse, la pétanque reste le sport phare pour de nombreux résidents de foyers. « Il faut passer plusieurs niveaux de qualification pour accéder aux championnats de France. L'an dernier, on a eu plusieurs qualifiés : deux venus des Champs-Blancs, deux de Châtain, deux de Bagnat et deux du foyer d'hébergement de Guéret. Ils étaient une trentaine à se présenter ».

La SPAC prend en charge les frais sportifs pour les compétitions (frais d'engagement...), et travaille en étroite collaboration avec le Comité Départemental de Sport Adapté, créé la même année pour organiser les manifestations pendant que la SPAC sert d'association support pour la prise de licences notamment. En annexe du sport adapté, la SPAC s'est impliquée pour les championnats du monde de joëlette : « Il y avait un équipage de la SPAC sur les trois équipages creusois (le deuxième était celui de l'IME de Grancher et le troisième celui de la MAS La Rose des Vents de Guéret, ndlr) », se félicite Emilie Marot.

Au niveau local, quelques rencontres départementales ont lieu, « à majorité amicales, dans un but de loisirs, sans compétition », précise la présidente. Ainsi, deux randonnées par mois sont organisées, une "petite" (3-4 km) les mercredis et une plus grande (10 km)

Champions !

Au niveau du pôle Habitat - Vie Sociale, les personnes licenciées auprès de la SPAC ont participé à plusieurs tournois de pétanque. Certains se sont qualifiés aux championnats de France organisés par la FFSA. Les professionnels ont été impliqués pour permettre aux résidents de participer aux tournois de Salignac, Bassens, et à la finale à Angoulême :

- Samuel Robatche est vice-champion de France en Catégorie AB.
- Kévin Deveau et Damien Delcroix ont décroché la médaille de Bronze en catégorie BC.

Pour le foyer d'Arfeuille Chatain, 3 résidents ont été médaillés au championnat de France Para VTT adapté en juin à Beleymas :

- Benoit Thouvenos, médaille d'or - Senior Homme.
- Julien Legros médaille d'argent - Senior Homme.
- Jérôme Vibert médaille d'or - Vétéran Homme.

Au Foyer de Guéret, la course à pied est pratiquée régulièrement par un groupe de résidents. Ils ont participé à la Caziniight à La Souterraine et aussi au championnat de France de joëlette à Saujon le 28 mai.

Ivan Le Strat, Directeur du Pôle Habitat - Vie Sociale

les samedis, afin de permettre à un large panel de résidents de participer. Toutes sont encadrées par Richard Drocourt, membre d'une association de marche creusoise, et peuvent avoir lieu dans tout le département.

L'UFOLEP intervient également lors de rencontres multisports, à raison d'une par mois, en alternance les jeudis (pour les résidents des foyers principalement) et samedis (pour les travailleurs d'ESAT), proposant chaque fois deux activités différentes par séance. D'autres activités plus ponctuelles émaillent l'année, comme le cross qui a eu lieu le 9 octobre à l'étang de Chaux ou les

rencontres sarbacane qui se dérouleront le 15 novembre prochain.

« On va tout faire pour mettre un maximum de manifestations à l'agenda cette année, et contenter tous les sportifs, pas seulement en compétition mais aussi en loisirs, afin que tout le monde puisse accéder à une activité physique », assure Emilie Marot. D'autant qu'après deux années bousculées par la crise sanitaire, « les résidents sont contents de se rencontrer, de se revoir. Cela fait vraiment un bien fou à tout le monde de sortir de l'institution, de sortir des règles du quotidien. Ils sont vraiment super heureux de faire du sport, mais surtout

des rencontres. Cette année, ça devrait être encore mieux, on a beaucoup d'activités proposées, ça va être une belle année », conclut la présidente de la SPAC.

Toute personne désirant faire partie de la SPAC est la bienvenue : n'hésitez pas à demander des informations à Jean-Paul Guillon au foyer d'hébergement de Guéret ou Emilie Marot au foyer de vie de Châtain, ou par mail : lassociationspac@gmail.com

Un partenaire privilégié : l'UFOLEP



Un partenariat avec l'UFOLEP pour les foyers permet de favoriser la pratique sportive pour les résidents (randonnée, gym douce ...). Les professionnels recherchent ensuite à accompagner les résidents vers une pratique sportive en club. A ce jour plusieurs résidents pratiquent l'escalade, l'équitation, le tir à l'arc, la pétanque en club.

L'UFOLEP est la première fédération sportive affinitaire et multisports de France, avec plus de 100 000 licenciés. Le comité creusois est l'un des plus gros en termes de ratio licences/population.

Le comité départemental gère 80 activités sportives différentes dans leur totalité, soit 144 associations réparties sur l'ensemble du département, et plus de 5700 pratiquants en 2021-2022.

« On a un maillage territorial important », confirme Véronique Michnowsky, déléguée départementale. Le comité est scindé en deux pôles. Le pôle sport éducation s'occupe de la vie associative et fédérale (les licences, certificats, contrôles de la réglementation, gestion des compétitions, ...), « c'est notre cœur de métier, la vie sportive telle que tout le monde peut la connaître ». Le pôle sport

santé développe plusieurs thématiques : le handicap, la petite enfance, senior, insertion professionnelle et sociale, et femme. « On entre par une thématique autre que celle du sport, ce dernier reste un outil, pour aller capter un public qu'on ne peut pas avoir en temps normal, un public différent que celui qui entre par les associations », explique la directrice du comité creusois. Ainsi, l'UFOLEP intervient dans les EHPAD, les crèches, les Relais Assistantes Maternelles, ou encore les FAM, MAS et les foyers de vie et d'hébergement.

« On a cinq éducateurs sportifs pour rendre les gens accros à la pratique pour une activité régulière, ce qui fait une centaine d'heures par semaine pour tous les publics creusois. On est l'un des rares comités de France à gérer les deux pôles de façon équitable », souligne Véronique Michnowsky.

Trois éducateurs sportifs (Jean-Christophe Coudreau, Jeanne Marcillaud et Benoit Brissaud) interviennent à l'APA JH de la Creuse, dans sept établissements (les foyers de vie des Champs-Blancs et de Châtain, le FAM de Gentioux, les foyers d'hébergement de Guéret et Bagnat, l'IME de Grancher



et depuis peu l'IME de La Ribe). Le partenariat dure depuis dix ans, et monte en puissance. « Quand on a besoin de matériel comme des fauteuils roulants on fait appel à l'APAJH, et quand l'APAJH a des besoins on prête notre matériel, c'est donnant-donnant ».

Des séances ont lieu toutes les semaines tout au long de l'année, pour leur faire découvrir des sports qu'ils ne connaissent pas ou peu, plutôt innovants, et si possible en pleine nature. Les éducateurs sportifs de l'UFOLEP travaillent en partenariat avec les éducateurs des foyers. « Notre politique, c'est de ne leur interdire aucun sport, de tout essayer, il n'y a pas de sport dangereux », assure Jean-Christophe Coudreau, éducateur sportif à l'UFOLEP. Ainsi, les jeunes de l'IME de Grancher ont adoré passer le diplôme "savoir rouler à vélo" avec Benoit, tout comme ils apprécient le tir à l'arc ou le curling sans glace.

« On développe de plus en plus les rencontres inter-foyers, le sport cohésion, ils apprécient de découvrir des sports à travers la cohésion, c'est important pour le lien », note Jean-Christophe Coudreau. Des journées sportives toujours appréciées, entre les différents foyers de Guéret, sur la journée, mais aussi entre le foyer de Châtain et l'Ehpad d'Auzances-Evaux-Chambon. Depuis un an, des randonnées sont organisées pour les résidents retraités, « ils ont besoin de bouger, de se retrouver, on découvre la nature, les bases de l'orientation, le lien social se développe, ils racontent des histoires, se motivent entre eux : ils sont demandeurs, reviennent de plus en plus régulièrement, et il y a de l'interaction dans le choix des sorties », explique Jean-Christophe Coudreau.

Au fil des années, les liens se sont tissés entre éducateurs sportifs et résidents, tant et si bien que désormais, « quand



on se croise en ville, on discute, ils nous ont bien identifiés et c'est de plus en plus sympa », sourit Jean-Christophe Coudreau.

L'objectif reste tout de même de sortir de l'institution. « Le gros point fort de l'UFOLEP, c'est qu'il n'y a pas de compétition haut niveau, c'est bien pour la mixité valide-handicapé, c'est ce qu'on recherche. On aimerait les amener vers les structures, pour aller sur une activité en club. Pour le moment on fait de l'insertion, on veut aller vers de l'intégration. Ça commence, en basket ou en tennis de table », se satisfait l'éducateur sportif.



Partage et inclusion

Les jeunes de l'IME de Grancher ont un programme sportif chargé, fait de partenariats avec les associations, clubs et écoles alentour.

Ainsi, des rencontres multisports avec les écoles de Guéret, Sainte-Feyre, Saint-Vaury et Saint-Sulpice-le-Guérotois ont lieu le jeudi après-midi avant chaque vacances scolaires. Les adolescents profitent quant à eux de l'UNSS Sport Partagé un mercredi après-midi sur deux avec le collège Jules-Marouzeau et les lycées Pierre-Bourdan et Jean-Favard de Guéret.

L'USEP anime des ateliers pendant les journées multisports, et l'IME participe aux manifestations organisées par cette dernière. Du sport adapté est proposé les mercredis, suivant le calendrier de la Fédération du Sport Adapté. Certains jeunes vont à la salle de sport Elancia, d'autres profitent du Basket Santé avec le comité départemental de basket de la Creuse, d'autres enfin profitent des animations de la station sport nature des Monts de Guéret. L'UFOLEP est un partenaire privilégié, offrant la possibilité de faire différentes activités, comme la zumba ou encore la joëlette.

Enfin, des partenariats avec des clubs sportifs locaux (Creuse Oxygène, Union du Rugby Creusois, Tennis Club Guérétois, Entente Sportive Guérétoise) permettent aux jeunes de découvrir différents sports, avec un objectif d'intégration dans les clubs.

Sport Santé avec le comité de basket creusois

Julien Dubois est conseiller territorial au comité de basket de la Creuse. Il anime des ateliers "sport santé" à l'IME de Grancher et au Foyer de vie des Champs-Blancs. Rencontre.

Pouvez-vous présenter le comité de basket de la Creuse ?

Le comité œuvre au développement du basket sur le département, sous toutes ses formes : en 5x5, en 3x3, mais aussi, depuis quelques années, l'axe santé. Je suis là pour développer cet axe, qu'on pourrait aussi appeler "vivre ensemble", qui regroupe toutes les pratiques non compétitives. Le basket santé est développé en établissements, c'est en quelque sorte du basket inclusif, car il intègre dans la pratique les personnes en situation de handicap et les personnes valides. C'est quelque chose de plus tonique, un peu comme le fitness. En Creuse, on le développe aussi bien dans les établissements pour personnes en situation de handicap que dans les hôpitaux et les EHPAD. L'objectif, c'est d'élargir l'accès à la pratique au plus grand nombre possible, en compétition ou hors compétition.

Quelle est votre action dans les établissements de l'APA JH de la Creuse ?

L'an passé, on avait une séance hebdomadaire au foyer de vie des Champs-Blancs, qui est reconduite cette année, et je suis intervenu de façon ponctuelle à l'IME de Grancher. Cette année, j'interviendrai chaque semaine, on a commencé aujourd'hui (le 13 septembre, ndlr). Une séance de basket santé fonctionne sous forme d'ateliers, avec des parcours moteurs qui reprennent les mouvements de la vie de tous les jours, l'équilibre, le lever de jambes et de bras, le passage de ballon autour de la taille... On fait des mouvements de travail avec des ballons, et on a le côté ludique du basket. Le concept d'équipe, de collectif, est important. Et puis il y a les paniers... On essaye au maximum de mettre les personnes en réussite,

pour ne pas décourager. L'adaptation est différente selon le type de handicap. On a du matériel adapté aux différentes difficultés des pratiquants, comme des ballons en mousse ou en plastique, plus légers. On a également différents types de cibles, des gros paniers réglables en hauteur, qui permettent le tir assis, mais aussi des cibles horizontales, pour varier les types de lancer et éviter la redondance.

Quelle est la réaction des résidents lors des ateliers ?

Depuis le début, ils sont contents d'essayer, et de me voir revenir pour pratiquer. J'ai toujours un bon accueil, ça m'encourage à continuer. Et puis, on voit la progression au fil de la saison, au niveau des gestes, ils sont plus à l'aise dans les déplacements... La pratique crée du lien, comme je les aide et que je leur présente les ateliers, ils me reconnaissent hors pratique... J'ai croisé le groupe des Champs-Blancs au forum des associations à Guéret, ils m'ont dit qu'ils avaient hâte de reprendre, ça fait plaisir !



Quel avenir pour le basket santé en Creuse, selon vous ?

On aimerait développer plus la pratique, notamment au niveau des clubs. L'objectif final, c'est de réussir à intégrer les clubs, que la pratique se déroule dans les clubs des villes des différentes résidences. C'est toujours intéressant de pouvoir s'identifier à un club. On a prévu de faire de petites licences pour développer ce sentiment d'appartenance, que les résidents puissent dire "j'ai ma licence, je fais du basket ! Je joue à Guéret dans un club !".

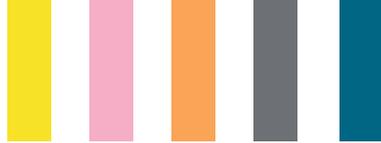
Siel bleu pour les plus fragiles

Les résidents de la MAS de Sauzet sont pour beaucoup vieillissants et/ou en fauteuil roulant, un grand nombre fait peu voire pas du tout d'activité physique. Aussi pour pallier ce besoin, depuis quelques années l'association Siel Bleu, qui a pour objectif la prévention santé des personnes fragilisées, intervient dans l'établissement.



Ces temps d'interventions se font sous la forme de proposition d'activités motrices adaptées aux besoins, aux capacités de chacun. Un animateur se rend donc à Sauzet les vendredis matin de 10 à 12 heures, il intervient auprès de 4 groupes de 3 ou 4 résidents. Ce dernier, en fonction des profils, propose des contenus différents : attraper un ballon, le lancer, déplier son bras pour attraper un objet, marcher entre des plots... Les résidents, tous autant qu'ils sont, apprécient ce moment : en témoignent les sourires pendant les séances et les cris de joie à l'annonce de l'arrivée de l'animateur !

Cécile Ramet, coordinatrice à la MAS de Sauzet



QUAND LES CARRIÈRES S'OUVRENT

Pôle Travail et Emploi Accompagné

Nadège Robert et Camille Picaud, monitrices d'atelier à l'ESAT du Masgerot, ont toutes deux profité des offres de recrutement internes pour faire évoluer leur carrière. Aujourd'hui, elles témoignent.



Nadège Robert

Cheffe de service remplaçante sur les services techniques du pôle Education et Apprentissages

Nadège a rejoint l'association en 2003.

Nadège, une histoire de confiance réciproque

« J'ai commencé ma carrière professionnelle sur le pôle Travail et Emploi Accompagné de l'APA JH de la Creuse en 2003. J'ai eu la chance de rencontrer et d'accompagner des personnes en situation de handicap dans l'ESAT et vers d'autres perspectives. Forte de mes expériences professionnelles, j'avais le souhait de reprendre mes études pour pouvoir accéder à des postes à responsabilités. En 2021, ma Direction m'a soutenue dans mon projet. Je me suis positionnée sur une formation de « cheffe de service des établissements médico-sociaux » à l'Espace Sentein (niveau Master). J'ai bénéficié d'un co-financement : CPF (Compte Personnel de Formation) et OPCO (Opérateur de Compétences). Il était important pour moi d'utiliser mon CPF pour prouver mon engagement per-

sonnel et limiter l'impact financier sur les dotations globales. Je suis entrée en formation en janvier 2022. J'ai eu une opportunité professionnelle, en interne, en juillet 2022 pour un remplacement en tant que cheffe des services administratifs et logistiques du pôle Education et Apprentissages. Cette expérience me permet de gagner en compétences et va de pair avec ma formation. Aujourd'hui, je suis reconnaissante de la confiance qui m'a été accordée et je tiens à témoigner pour expliquer que l'APA JH réfléchit aux souhaits d'évolution des personnels. En cette période de tension des ressources humaines, l'APA JH fait le choix de privilégier ses forces vives internes espérant fidéliser les troupes ! Pour ma part, c'est une perspective qui correspond tout à fait à mes aspirations. »



Camille Picaud

Coordnatrice du GEM Autisme, ancienne monitrice blanchisserie

Camille a rejoint le GEM Autisme porté par l'association Atypiques 23.

Camille, une motivation qui grandit

« Monitrice d'atelier depuis 2014, j'ai intégré le secteur du médico-social par le biais d'un contrat aidé, me permettant ainsi de passer la certification de monitrice d'atelier en 2016. Passionnée par mon métier avec l'envie de progresser sur ma technicité, j'ai rejoint l'équipe de l'ESAT du Masgerot en 2018 en qualité de monitrice d'atelier polyvalente. Jeune dans ma pratique, ce poste m'a permis de grandir et d'évoluer professionnellement. En appui de ma direction et de mes collègues, j'ai adapté ma posture professionnelle en fonction des ateliers, des ouvriers, du contexte... afin de mieux accompagner les ouvriers dans leurs projets personnalisés. C'est, après une année mouvementée en 2020 et des responsabilités croissantes que j'ai souhaité m'engager dans une formation diplômante (formation de management d'équipe et gestion d'activi-

tés des structures de l'économie sociale (dispensée par l'espace Sentein). Alexis Piquet (directeur du pôle travail et emploi accompagné) soutient mon projet et a validé son financement. En parallèle de ma formation, j'intègre le GEM (groupement d'entraide mutuelle) Autisme de l'association Atypiques 23 en qualité de coordinatrice. Cette jeune structure créée par des personnes autistes et soutenue par l'APA JH de la Creuse, comme association gestionnaire, me permet d'être toujours salariée de l'APA JH de la Creuse et de mettre en pratique mes acquis. Mon témoignage montre ma reconnaissance envers la direction de l'ESAT et l'APA JH de la Creuse. Epaulée et soutenue, j'ai l'impression de découvrir un nouveau secteur du champ médico-social, et ma motivation ne cesse de grandir ! »

DES OUVRIERS BIEN CHAPEAUTÉS

Pôle Travail et Emploi Accompagné



La cérémonie a eu lieu à Lubersac en Corrèze.

Mardi 28 juin 2022 a eu lieu la 9^{ème} cérémonie de remise des attestations de compétences à Lubersac animée par le réseau Différent et Compétent.

Après une période de crise sanitaire, les lauréats des douze établissements partenaires ont pu, cette année, être réunis de nouveau pour recevoir leurs attestations. L'ESAT du Masgerot est adhérent depuis 2014, ce qui a permis à 42 ouvriers d'obtenir la Reconnaissance des Acquis de l'Expérience.

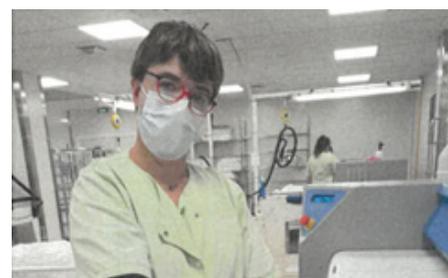
En janvier 2022, Franck Parbaile, ouvrier en hôtellerie, Nicolas Vroman, ouvrier en élevage et Nathalie Leboeuf, ouvrière en blanchisserie sont passés devant un jury externe afin de présenter leurs dossiers de preuve. Ils ont réussi cette épreuve avec brio et l'ont validée.

Le 28 juin, ils se sont rendus à la cérémonie en présence de leur famille, de leurs amis, du directeur de l'ESAT du Masgerot, d'un moniteur référent et d'une conseillère du service Dispositif d'Accompagnement Socio-Professionnel, où leur a été remis leur attestation. Ils ont également reçu un béret en cadeau, confectionné par les ouvriers de l'atelier couture de l'ESAT du Masgerot.

Malgré le stress, Franck Parbaile a pris plaisir à passer cette épreuve. Pour Nicolas Vroman, le stress a été plus présent lors de la remise des attestations que pendant le passage devant le jury, qu'il a vu comme une transmission de ses savoir-faire. Nathalie LeBoeuf a quant à elle apprécié la prise en charge individualisée par sa monitrice lors de la construction du dossier de preuve. Tous les trois voient cela comme une reconnaissance et une valorisation de leurs postes de travail.

Afin de permettre à un plus grand nombre d'ouvriers de s'inscrire dans la démarche, de nouveaux moniteurs vont se lancer dans l'aventure prochainement afin de devenir référent RAE.

Nadine Schatz,
Directrice adjointe de Pôle



Nathalie Leboeuf
Agent d'entretien des articles textiles.



Nicolas Vroman
Ouvrier polyculture élevage.

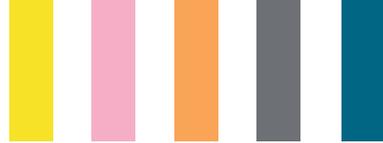


Franck Parbaile
Agent de propreté et d'hygiène.

L'expérience des jeunes de l'IME de La Ribe bientôt reconnue !

L'IME de la Ribe a adhéré au réseau Différent et Compétent à la fin du mois de mai, afin de mettre en valeur les compétences des jeunes pendant leurs ateliers et stages de pré-professionnalisation. C'est le premier IME de l'ex-région Limousin à intégrer le dispositif, qui possède une charte adaptée aux IME.

Afin d'accompagner au mieux les jeunes dans cette démarche de valorisation et de reconnaissance de leurs expériences, un éducateur technique spécialisé et le chef de service éducatif ont débuté en octobre le programme de formation « Accompagner la RAE », pour le premier sur le module « Accompagnement de parcours RAE » et pour le second « Manager la RAE ».



DEUX DÉPARTS COUSUS MAIN

Pôle Travail et Emploi Accompagné



Bonne retraite à Sylvie et Chantal !

Le 17 juin 2022, les ateliers couture et blanchisserie étaient en fête pour souhaiter un bon départ à la retraite à deux de leurs ouvrières : Sylvie Chaussat et Chantal Durand.

Sylvie et Chantal ont une longue histoire commune. Elles ont toutes les deux été admises au CAT (Centre d'Aide par le Travail, aujourd'hui ESAT) APAJH de

Saint-Sulpice-Le-Guérétois alors qu'elles étaient de toutes jeunes adultes de 19 et 20 ans.

Sylvie venait de l'IME de Felletin et a commencé son activité professionnelle en septembre 1982. Elle a fait toute sa carrière à l'atelier couture et a également connu quelques expériences professionnelles en milieu ordinaire : la plonge à l'IME de

Grancher, du ménage chez des particuliers et une mise à disposition d'un an dans une jardinerie de Bonnat.

Chantal venait de l'IME de Grancher et a intégré l'atelier couture en août 1983, puis en 1989, elle a rejoint l'atelier blanchisserie. Après plusieurs réductions de leur temps de travail, elles ont fait valoir leurs droits à la retraite.

La direction de l'ESAT était bien entendu présente et retraçait leurs parcours professionnels respectifs. Tous les collègues ainsi que les monitrices des ateliers ont tenu à être là également pour les aider à tourner la page. Ils avaient préparé des discours émaillés d'anecdotes drôles ou émouvantes et choisi avec soin des cadeaux qui leur feraient plaisir. Nous ne pouvons que saluer ces deux carrières professionnelles de près de 40 ans !

Evelyne Caudoux,
Conseillère en Economie Sociale et Familiale de l'ESAT du Masgerot

BAPTÊME DU FEU

Pôle Habitat - Vie sociale



Le 24 août 2022, les résidents du Foyer de Bagnat et les professionnels ont célébré en musique la fin de l'été autour d'un feu de camp.

Si les étoiles filantes se sont fait désirer, tous ont apprécié ce moment de convivialité et les chamallows grillés. Pour certains d'entre eux, c'était une première. Ce n'était pas évident. « Il a fallu parfois s'y reprendre à plusieurs

reprises », mais tous ont fini par trouver la technique. Accompagnés d'une guitare, c'est tout naturellement qu'ils ont fredonné les paroles des chansons, parfois en se les appropriant. Sans nul doute, le bonheur était à Bagnat ce soir-là !

Magalie GARCIA
Directrice adjointe des Foyers d'hébergement et du SAJ



JE VOTE DONC JE SUIS

Pôle Habitat - Vie sociale



A voté !

Le concept de citoyenneté implique la « pleine et effective participation des personnes handicapées à la société sur la base de l'égalité avec les autres » (Préambule de la Convention sur les droits des personnes handicapées).

Depuis le 23 mars 2019, l'article 11 de la loi de réforme pour la justice a abrogé l'article L.5 du code électoral. Les majeurs en tutelle qui étaient privés de leur droit de vote par une décision de justice ont donc recouvré ce droit. Pour voter, il leur suffit d'effectuer une demande d'inscription sur les listes électorales de leur commune selon la même procédure que les autres électeurs (la seule nuance est le choix du vote par procuration qui ne peut être exercé par la personne chargée de la mesure de protection. Son mandataire ne peut pas voter à sa place (art. L. 72-1)).

Cette réforme a été saluée, jugée indispensable et essentielle par les représentants des personnes en situation de handicap. Elle n'a malheureusement pas levé tous les obstacles pour rendre ce droit pleinement accessible. Cela concerne près de 400 000 personnes en France, qui peuvent aujourd'hui accéder à une citoyenneté pleine et entière (mettant par ailleurs enfin la France en conformité avec la convention internationale sur les droits des personnes handicapées).

Depuis 2019, quatre élections ont eu lieu :

- Les élections européennes de 2019 ;
- Les élections municipales de 2020 (mais en pleine crise COVID avec les peurs et les réserves de l'époque) ;
- Les élections présidentielles de 2022 ;
- Les élections législatives de 2022.

L'équipe éducative du foyer de vie des Champs-Blancs s'est naturellement mobilisée pour rendre ce droit effectif et accompagner les résidents dans la compréhension à la fois du mode opératoire du scrutin (comment cela va se passer concrètement) et la compréhension des différents programmes.

L'accès à l'actualité (journaux, journaux télévisés) fait partie du quotidien de chacun dans la vie aux Champs-Blancs. Ces élections ne pouvaient donc pas être ignorées. La sensibilisation au vote a été abordée de plusieurs façons :

- Travail avec des documents en FALC (Facile à Lire et à Comprendre) : affiches pour informer de manière globale sur les

élections et fiches pratiques sur la démarche pour l'inscription et les étapes le jour du vote ;

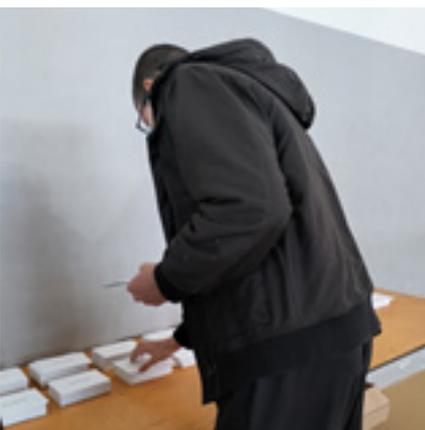
- Visionnage de vidéos ;
- Présentation des différents programmes des candidats ;
- Mise en situation d'un vote.

Les usagers avaient au préalable une bonne connaissance des candidats. Ils en connaissaient 6 sur 12, ainsi que sur leurs programmes respectifs. Néanmoins, le jour de l'élection, le fait de ne pas avoir les photos pour qu'ils puissent reconnaître les candidats pour ceux qui ne sont pas lecteurs a compliqué la situation.

Ces accompagnements de l'équipe s'inscrivent complètement dans l'accès à la citoyenneté et au « pouvoir d'agir » des personnes en situation de handicap. Elle est un pas supplémentaire dans la participation des personnes aux décisions qui les concernent. Celle-ci est parfois limitée en établissement par la structuration des fonctionnements : « Comment concrètement, lorsqu'on est en foyer, nous laissons-on décider de nos horaires, de nos sorties, de nos intervenants. »

Citons en conclusion Hélène Artaud, anthropologue, dans une tribune du journal *Le Monde* du 11 août dernier : « *Le manque de flexibilité des institutions n'est-il que le reflet de notre propre inertie face au handicap* » ?

Thierry Hoestlandt
Directeur adjoint des foyers de vie



Les résidents témoignent

Propos recueillis par Annabelle Malardier, Educatrice Spécialisée

LA PAROLE À JÉRÔME RAYET

Voter, est-ce que c'est la première fois pour toi ? Non.

Pourquoi est-ce important de voter ?
C'est un droit civique, pour apprendre à faire des choix personnels et à se responsabiliser.

LA PAROLE À AURÉLIEN DOSSI

Voter, est-ce que c'est la première fois pour toi ? Non.

Pourquoi est-ce important de voter ?
C'est important pour moi d'aller voter. C'est le président qui décide pour tout le monde.

Découvrez vite le nouveau site de l'APAJH de la Creuse



www.apajhcreuse.fr

ADHÉSION

INDIVIDUELLE 2022

Plus d'infos : siege.asso@apajh23.com / 05 55 52 49 88

> Nom, prénom :

> Adresse :

.....

.....

>Téléphone :

> Courriel :

> Profession :

Déclare : Adhérer Réadhérer

à l'APAJH et aux principes qu'elle défend ⁽¹⁾

Verse ci-joint par chèque à l'ordre de l'APAJH de la

Creuse un montant de :€

Le versement est à envoyer à :

APAJH de la Creuse
23, rue Sylvain Blanchet
23000 GUERET

Je souhaite adhérer à l'APAJH et recevoir la revue de la Fédération Nationale pendant 1 an ⁽²⁾ et ⁽³⁾ : 36 € (ou 26€ si usager, famille d'utilisateur ou enfant recensé au fichier handicap MGEN)

+ Pour toute autre personne résidant à la même adresse ⁽²⁾ : 26.50 €

+ Pour une troisième personne résidant à la même adresse : 18 €

DONATEURS ET BIENFAITEURS

Je souhaite effectuer un don à l'APAJH et recevoir la revue de la Fédération Nationale pendant 1 an ⁽³⁾ : 85 € ⁽⁴⁾ ou plus

Je souhaite être un membre bienfaiteur et recevoir la revue de la Fédération Nationale pendant 1 an ⁽³⁾ : 316 € ⁽⁴⁾ ou plus

(1) L'adhésion implique l'acceptation des principes de l'association et le versement de la cotisation prévue à l'article 4 des statuts

(2) Une seule revue par famille à la même adresse

(3) Dont 8 € inclus pour l'abonnement à la revue obligatoire et non déductibles des impôts.

(4) L'APAJH de la Creuse percevra tout montant versé au-delà de la somme indiquée ci-dessus, correspondant au minimum à reverser à la Fédération Nationale.

RESTEZ A LA PAGE !

Suivez-nous sur les réseaux sociaux !



@apajhdelacreuse



@esatdumasgerot



@apajhdelacreuse



MIXTE
Papier | Pour une gestion
forestière responsable
FSC® C174460