


Séjour d'été dans les Alpes-de-Haute-Provence

25 août -
1^{er} septembre
2018






Action phare de l'association Pélagie, cette 9^{ème} édition du séjour d'été dans les Alpes-de-Haute-Provence a bénéficié de l'expérience des acteurs habituellement impliqués (artistes, accompagnants professionnels et bénévoles, animateurs pairs-aidants*, organisateurs) et des améliorations pensées à partir des constats des séjours précédents.

Les nouveaux intervenants, tout comme les nouveaux participants, y ont facilement trouvé leur place.

La bienveillance préside à cette action comme à toutes celles engagées par Pélagie : le résultat est à la mesure des efforts et de l'investissement de chacun.



Rappelons brièvement le principe qui régit ce temps de vacances : Pélagie, association de parents de personnes (adultes, adolescents, enfants) avec Troubles du Spectre Autistique, organise un stage artistique d'une semaine à Thorame-Basse, village de la haute vallée du Verdon, pour une douzaine de jeunes adultes avec TSA. La cohésion du groupe, à laquelle nous sommes particulièrement attentifs, crée dès le premier jour un climat de partage et de confiance propice à la réussite du séjour.

Les ateliers du matin (théâtre, arts plastiques ou musique, au choix) sont animés par des artistes.

Pour tenir compte de la fatigabilité de ces jeunes gens, l'après-midi est consacré à des activités –sportives ou de loisirs– organisées en partenariat avec des associations locales.

L'un des objectifs du séjour étant de privilégier l'insertion en milieu ordinaire, nous louons des gîtes de tourisme dans le village.

Les vacanciers sont logés par deux dans des appartements où chacun dispose d'une chambre individuelle, ou sous la tente au camping.

La nourriture, élaborée à partir de produits frais locaux, essentiellement d'origine biologique, est confectionnée sur place chaque jour. Ce temps de stage se termine par une présentation publique des travaux réalisés dans les ateliers artistiques, en présence du Maire et des habitants du village.

**Pairs-aidants : adultes avec Troubles du Spectre Autistique ayant une autonomie et des compétences qui leur permettent d'aider leurs semblables. Dans le cadre du séjour, ils exercent une fonction d'animateurs. Ils sont soutenus par le reste de l'équipe accompagnante.*



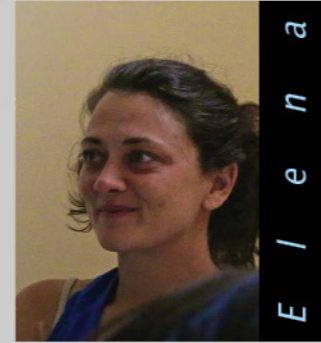
Samedi 25 août à midi, l'équipe accompagnante se réunit à Thorame-Basse autour d'un déjeuner. L'objectif est de faire mieux connaissance, de partager les principes généraux de l'accompagnement et les particularités des vacanciers, de préciser le rôle de chacun et de finaliser l'emploi du temps.



Antoine



Benoît



Elena



Florence



Héliène



Jacques



Jeanne-Marie



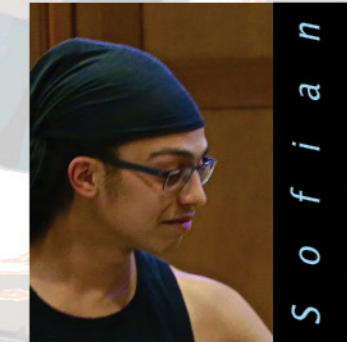
Marina



Roberte



Robin



Sofian



Sylvie



Rica & Serge



Les vacanciers arrivent entre 14h et 15h. Ils prennent immédiatement possession de leurs logements. La répartition dans les appartements loués et dans la tente installée au camping pour le temps du séjour est faite par les organisateurs, validée par Antoine, l'éducateur spécialisé, et par Elena et Sylvie qui occupent les deux chambres du gîte. Chaque nouveau vacancier partage l'appartement d'un ancien afin de profiter immédiatement de son expérience des lieux et de ses savoir-faire.

Cette année, afin d'abrégé les au revoir à la famille, le choix des activités artistiques se fait dès le samedi. Ce premier acte de vie commune contribue à une socialisation rapide des participants.

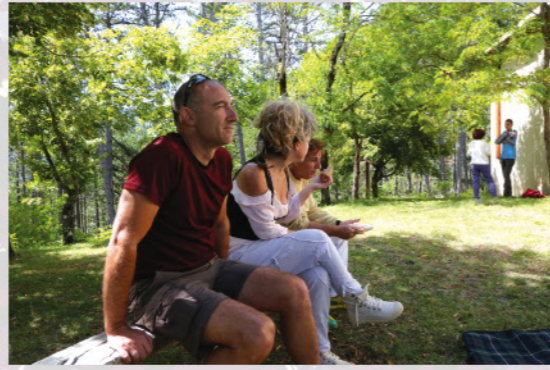


Après avoir déposé leurs affaires dans leur chambre, les vacanciers, divisés en 3 groupes encadrés par les éducateurs, les animateurs et les bénévoles, expérimentent successivement les trois ateliers artistiques.



En fin de journée, ils sont réunis à la Mairie dans la salle du Conseil Municipal. La Présidente leur donne lecture des règles de vie applicables pendant le séjour, les explicite et les commente. Les vacanciers et les animateurs pairs-aidants choisissent ensuite l'activité artistique qu'ils pratiqueront chaque matin de 10h à 12h. Les autres accompagnants sont répartis en fonction des besoins de soutien.





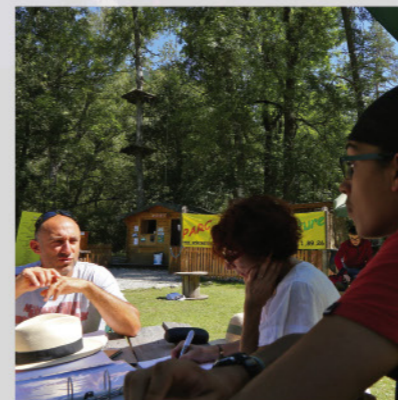
La réunion de l'équipe accompagnante, qui avait lieu après le repas du soir les années précédentes, est désormais programmée après le déjeuner, pendant le temps de repos des vacanciers.



Du fait du choix réalisé le samedi soir, les activités artistiques commencent le dimanche matin, ajoutant ainsi une journée au déroulement des ateliers. Dès ce premier jour, le repas de midi se prend sous forme de pique-nique sur le lieu de l'activité de l'après-midi (dimanche, à la chapelle de Piégut qui domine Thorame-Basse).



Ces échanges permettent de poser des questions, de prévoir finement l'organisation du lendemain et d'ajuster le cadre aux besoins particuliers de jeunes vacanciers. Chacun des accompagnants y contribue à sa mesure : artistes, éducateur spécialisé, aide médico-psychologique, infirmières, animateurs et pairs-aidants, parents bénévoles.



La vallée de Thorame, très ouverte, offre de superbes paysages. Le calme qui y règne contribue à l'équilibre émotionnel des vacanciers.



Karen a profité des conseils de Serge, qui réalise chaque année bénévolement les photos du séjour, pour photographier des sujets qui serviront de modèle pour ses tableaux (elle étudie pour devenir peintre).




Le rythme des promenades s'adapte aux plus lents. L'accompagnement se fait individuel chaque fois que nécessaire pour favoriser des actions autonomes ou faire face à une difficulté. L'objectif visé n'est pas l'exploit mais le bien-être.



Les ateliers de respiration du yoga ont lieu tous les matins avant le départ pour les ateliers. 30 minutes en extérieur, avec la vue sur les montagnes et les pieds dans l'herbe fraîche. Mon objectif est de permettre à chacun, sans obligation de participation assidue de s'approprier un temps d'accord entre sa propre perception et la nature ambiante. La respiration consciente procure des sensations internes et externes dans l'esprit du yoga. Chacun à sa manière. Dans la lenteur des choses : mais n'est ce pas aussi le rythme du vivant...? Un autre temps, en attendant l'arrivée du pique-nique, est dédié à l'écoute du silence en haut de la colline, pendant 1 minute timer en main ! Quelle expérience !

Hélène, ergothérapeute et bénévole.





L'accrobranche est sans conteste l'activité favorite de la majorité de vacanciers. Deux après-midis y sont consacrées cette année, avec une alternative piscine ou découverte de Colmars-les-Alpes. Mardi et jeudi, le déjeuner et la réunion d'équipe ont donc lieu dans l'enceinte de « Arbres et Aventure » à Beauvezer. Après le repas, l'ombre des grands arbres est propice au repos. Les jeunes vacanciers et les animateurs pairs-aidants forment un groupe homogène, amical et solidaire.



En haut des arbres comme au bord de la piscine, la présence d'accompagnants est apaisante et autorise une plus grande autonomie sans générer de stress. Benoit, animateur pair-aidant pour la deuxième année, a pris suffisamment d'assurance pour aider avec patience une adolescente inconnue à monter sur le chariot. Pour Antoine, éducateur spécialisé et sportif, référent des animateurs pairs-aidants, le sérieux de la fonction n'exclut pas la bonne humeur ni le sens du jeu.



Les liens d'amitié noués pendant le séjour ont persisté. Les vacanciers et pairs-aidants géographiquement proches ont, depuis, organisé eux-mêmes des activités de loisirs partagées.



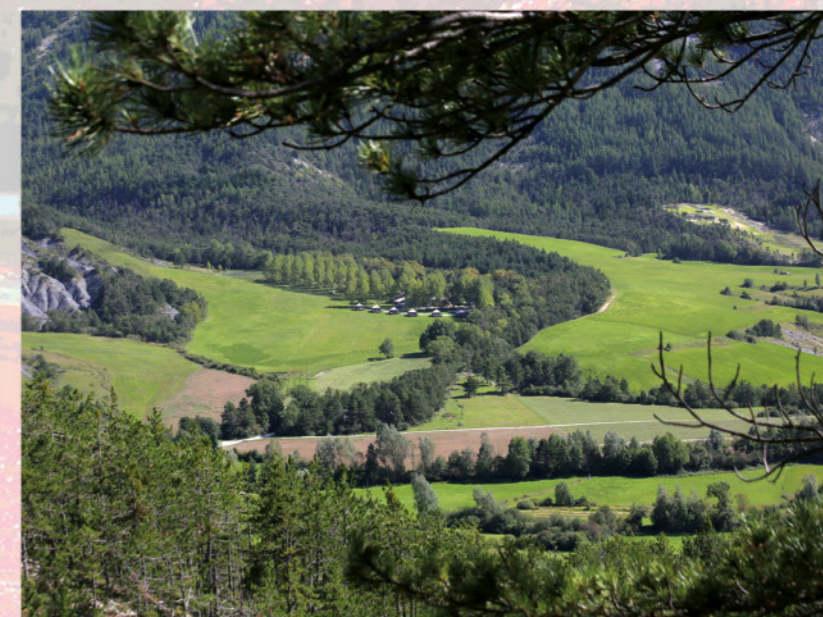
Les ateliers artistiques du matin (théâtre, musique, peinture) demandent attention, concentration et engagement. Depuis les premières séances, chacun des vacanciers et des accompagnants s'implique avec un grand sérieux, ce qui permet des réalisations spectaculaires en moins d'une semaine.



Les temps d'échanges entre membres de l'équipe accompagnante sont parfois informels et joyeux, tout en restant sérieux dans leur objet.



Le site du camping, en pleine nature à 800m du village, est attrayant pour les jeunes vacanciers. Cette année, trois jeunes gens, dont deux animateurs pairs-aidants, logent sous une grande tente apportée par Antoine, de l'association EDUCAL, Salon.



Une convention signée avec cette association permet de profiter des compétences d'Antoine, éducateur spécialisé et éducateur sportif, ainsi que de matériel technique.

Parmi les qualités des personnes avec TSA, la persévérance, l'attention aux détails, la minutie s'expriment avec bonheur dans l'atelier bricolage de Florence. A la fin de l'après-midi, les jeunes gens sont fiers de leurs réalisations.



Les participants à l'atelier théâtre travaillent leurs textes sur la place de la Mairie. (Jacques n'était pas content d'eux et les a envoyés se calmer dehors.)



Un peu en retrait du groupe, aparté d'Hélène, parent et bénévole, avec un vacancier.



Deuxième journée d'accrobranche : les vacanciers sont plus détendus et très à l'aise dans ce lieu maintenant connu de tous.



un temps de repos avant les activités.



Echanges professionnels entre les deux infirmières.

Après le repas et le temps de repos, un groupe part visiter Colmars avec Antoine, Sylvie, Roberte, Jacques et Rica. C'est l'occasion de s'arrêter ensuite dans un café pour partager un goûter.

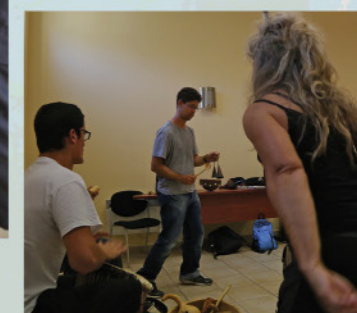


Achats personnels à la Maison des Produits de Pays à Beauvezer où Marie-Pierre, habitante de Beauvezer et membre de soutien de Pélagie, sert chacun avec patience et bienveillance.





Jacques sait choisir des textes – modernes, contemporains ou classiques – qui parlent à la sensibilité des jeunes adultes avec TSA. Il obtient d’eux, en quelques jours à peine, des résultats dignes d’acteurs amateurs.



Sylvie, infirmière et animatrice de l’atelier « musique », intervient pour la première fois dans le cadre du séjour de Pélagie. Intuitive, humaine et enthousiaste, elle a abordé les jeunes gens sans a priori. Elle a su leur communiquer sa joie de vivre et assez d’assurance pour qu’ils restituent l’intensité des chants primitifs aussi bien que le rythme de « Take five ». Les instruments qu’elle a mis à leur disposition, étranges et souvent uniques, sont remarquablement choisis et utilisés.



Finalisation des travaux de peinture. Cette année, Roberte, intervenante en arts plastiques, a choisi le thème du portrait. Les participants ont travaillé à partir de photographies et de reproductions de tableaux. Le projet, qui semblait ardu au premier abord, les a tellement intéressés qu’ils ont demandé à peindre aussi certains après-midis. Des accompagnants se sont joints à eux au gré de la disponibilité de chacun.

La qualité de leurs peintures étonne les spectateurs... et plus d’un parent !





Françoise Martin, qui a généreusement constitué un fond de dotation pour faciliter la participation de plusieurs jeunes vacanciers et Pierre Martel-Reison, administrateur de Pélagie, ont fait le déplacement afin de se rendre compte, sur place, de l'importance de cette action.

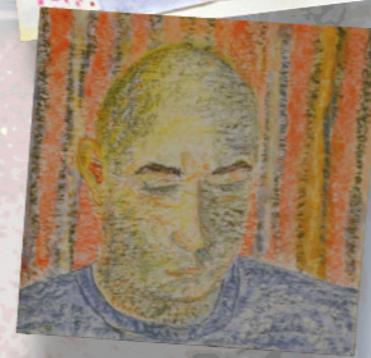
N'oublions pas que la distance entre Salon de Provence, siège de Pélagie, et Thorame-Basse est d'environ 200km, soit plus de 2h30 de route.



Gôter surprise pour l'anniversaire d'Ingrid, née un 31 août. Gâteaux maison cuisinés par Hélène et Marina. Remise d'un cadeau et d'un cahier où, à l'initiative de Marina, chacun a déposé un écrit ou un dessin pour Ingrid. Beaucoup de joies et d'émotions partagées.



Présentation des travaux des ateliers artistiques à la Mairie dans la salle du Conseil Municipal. Quelques parents sont venus y assister, mêlés aux habitants du village, présents en grand nombre cette année. Il ne reste pas une place libre.



Avant le début du spectacle, Rica Levy, Présidente de Pélagie, décrit brièvement les buts de l'Association et ce séjour. Elle remercie tous les spectateurs pour leur présence et particulièrement Mr. le Maire de Thorame Basse et le Conseil Municipal pour leur soutien sans faille à cette action.



Roberte présente l'exposition des dessins de l'atelier peinture qui ont été préalablement affichés sur les murs de la salle, de part et d'autre de la scène.

Ensuite, le spectacle proprement dit commence par le concert de l'atelier musique. Un chant primitif, tous ensemble, dos au public ; puis musique instrumentale, ensemble encore. Chacun des musiciens donne, enfin, une brillante prestation individuelle. Le public est enthousiaste.



Présentation
de Jacques.



« Zadig »



« Antigone »



« Après 30 ans »



« Le petit homme »



Comme chaque année, l'atelier théâtre a rassemblé le plus grand nombre de participants. Ces jeunes gens, malgré l'autisme qui entrave leur comportement habituel, arrivent à s'exprimer là presque au même niveau que toute autre personne, grâce à la présence et à la complicité des accompagnants (Elena, Benoit, Sofian). Ainsi, la lecture théâtralisée des textes choisis par Jacques est étonnante de justesse, et néanmoins de spontanéité.



« La Soupe »



« La lettre du Soldat »



Le public est émerveillé par tous ces talents.



Après le spectacle, des échanges spontanés s'engagent avec le public.



Et pour finir cette belle journée, nous partageons tous ensemble le dîner.



Antoine et Elena ont organisé les tables dans les quatre appartements du gîte afin de mélanger harmonieusement vacanciers, parents, invités et accompagnants.





La soirée, joyeuse et chaleureuse, se termine par une « boum » improvisée dans un des appartements du rez-de-chaussée.



Le lendemain, samedi, les vacanciers repartent avec leurs familles.

Depuis leur arrivée sept jours seulement se sont écoulés. Combien riche et intense a été cette semaine vécu ensemble !

Cette plaquette se veut le modeste reflet de ces journées inoubliables pour chacun.



Pélagie et les Troubles du Spectre Autistique (type Asperger)

Sans le savoir, vous avez déjà rencontré des personnes de type Asperger : bien que toujours un peu décalées et isolées, elles passent facilement inaperçues parmi les autres.

Cependant certains détails essentiels les en différencient.

Les enfants avec TSA sont parfois brillants sur certains sujets favorisés très limités. Ils consacrent tous leurs efforts à accumuler des connaissances dans ces domaines très restreints.

À partir de cette érudition rassurante, ils développent des stratégies qui leur permettent de maîtriser de grandes angoisses et d'afficher une apparente adaptation sociale.

C'est ainsi qu'ils font illusion. Mais ces efforts mobilisent toute leur énergie, qui fait alors défaut pour les actes ordinaires de la vie.

Le peu de visibilité du handicap les pénalise doublement : s'ils sont épuisés, on les croit paresseux ou de mauvaise volonté ; s'ils n'arrivent pas à comprendre ou à apprendre, on s'imagine qu'ils le font exprès.

En outre, la vie en société suit des règles qui varient en fonction du contexte. Ce mode est à l'opposé du besoin de constance des personnes atteintes de Troubles du Spectre Autistique.

Il génère chez elles échecs, frustration et souffrance.

Mais sans diagnostic précoce, sans informations sur le syndrome dont ils souffrent, sans aides spécifiques, les autistes Asperger ne savent pas décrypter les codes sociaux et s'y conformer.

Ils ne peuvent donc pas avoir de place sociale.

L'association Pélagie rassemble des parents de grands adolescents et de jeunes adultes avec Troubles du Spectre Autistique (de type Asperger), souvent tardivement diagnostiqués.

Elle favorise l'accès à l'information, organise des réunions mensuelles de parents, développe la solidarité afin de soutenir les familles dans leur lutte quotidienne contre les effets désocialisant de l'autisme.

Pour stimuler le désir d'autonomie des personnes avec TSA, l'association met en place des activités qui répondent aux besoins qu'elles expriment au sein des groupes de discussion trimestriels entre pairs.

En outre, Pélagie propose chaque été un séjour de vacances d'une semaine qui s'appuie en partie sur la pair-aidance entre animateurs et vacanciers porteurs de TSA.

Séjour d'été à Thorame-Basse du 24 au 31 août 2019

Fiche d'inscription

Nom : Prénom : Date de naissance :

Adresse :
.....

Téléphone personnel : Téléphone de la famille :

Adresse de messagerie personnelle :

Adresse de messagerie de la famille :

Choix du vacanciers (cochez la ligne qui vous convient) :

- logement en gîte (chambre individuelle dans un appartement pour deux personnes)
ou
 logement sous la tente (tente pour plusieurs personnes dont un accompagnant)

Tarif du séjour : 350€

Ce prix comprend le logement en appartement ou sous la tente, la nourriture, l'accompagnement éducatif, les fournitures, le prêt de matériel, les stages artistiques, l'assurance, les déplacements et les activités de loisirs.

La MDPH peut prendre en charge une partie du surcoût lié au handicap. Pour cela il faut déposer au plus tôt un dossier de demande d'aide spécifique pour séjour de vacances et y joindre le devis que je vous enverrai à réception de votre inscription.

Joindre un chèque d'acompte de 150€ à la présente fiche d'inscription et les adresser **avant le 1^{er} mars 2019** à Rica LEVY, Association Pélagie - 321, Place Général de Gaulle - 13300 Salon-de-Provence.

L'inscription au séjour implique l'adhésion préalable à l'association Pélagie

Les participants sont attendus à Thorame-Basse le samedi 24 août 2019 entre 14h30 et 15h.
Les participants repartent le samedi 1^{er} septembre 2019 avant 15h.

Ce séjour bénéficie du soutien des communes de Salon-de-Provence et Thorame-Basse, de la Région PACA, du Département des Bouches-du-Rhône, d'AG2R LA MONDIALE et de plusieurs mécènes privés.



une association affiliée



FEDERATION



Association Pélagie
Soutien aux familles touchées par l'autisme Asperger
321, Place Général de Gaulle - 13300 Salon-de-Provence

<http://www.pelagie-asso.fr>

Présidente : Rica Levy - ricalevy@hotmail.fr - 06 17 82 08 06

Ce séjour a bénéficié d'une aide financière de la Région PACA, du Conseil Départemental des Bouches-du-Rhône, de AG2R LA MONDIALE, du soutien des communes de Thorame-Basse et de Salon-de-Provence, du mécénat de : Daniel Egéa, agriculteur biologique à Salon-de-Provence, la savonnerie Rampal Latour à Salon-de-Provence et François Simon, apiculteur à Thorame-Basse.

