



Solidarité > Réhabilitation
Pour sortir du labyrinthe

Page 6

mai 2008

n° 8



SCOOP

Vivre seul chez soi, c'est possible !

Sommaire

Le mot du comité de rédaction.	2
Vivre seul chez soi, c'est possible.	2
Aide au logement : le PACT-ARIM.	4
La vie associative.	5
Activité du club loisirs.	6
Cinéma et jeux.	7
Poèmes et recette.	8

Que du nouveau !

Avec le printemps «Le lien» assure quelques changements : un peu plus d'images, des titres accrocheurs; tels sont les conseils que l'équipe du comité de rédaction a adopté suite à la formation «Publisher» dont elle a pu bénéficier.

L'atelier informatique aussi rénove son parc de machines !... 4 nouveaux ordinateurs ce qui porte à 6 l'équipement de l'atelier. Nous remercions l'association «Solidarité-Réhabilitation» qui a généreusement doté l'atelier de ce nouveau matériel.

Quoi de neuf encore !... Le comité de rédaction avec la présence de parents et de soignants travaille à la construction d'une charte éditoriale.

Pourquoi une charte éditori -

ale direz-vous!... par souci de définir un cadre à l'intérieur duquel chacun puisse s'exprimer.

Si vous le souhaitez vous pouvez participer à cette réflexion en nous joignant au 04 91 22 83 53.

Et enfin un grand merci à Gilles qui tous les vendredis après-midi de 14h à 16h veille sur les internautes de cet Atelier. Un grand bravo encore à Jean, Aurélien, Naïma, Jean-Marie, Xavier, Denis, Carole qui « assurent » !

Nos rédacteurs ont besoin d'aide... nous lançons donc un appel à vous tous lecteurs, usagers, parents, soignants... vous pouvez nous soumettre vos idées, vos avis à l'adresse e-mail: lelienjournal@yahoo.fr ou encore en nous téléphonant au 04 91 22 83 53 ou mieux, en nous rejoignant le jeudi matin au 7 rue Esquiros, à la Capelette entre 10h et 12h.

A découvrir absolument!

Le site de l'association :

www.association-solidarite-rehabilitation.org



Vivre seul c'est possible ...

L'expérience de Pierre nous le prouve.

Après avoir vécu en appartement associatif, Pierre s'est senti motivé pour faire des recherches de logement afin d'obtenir son propre appartement où il puisse vivre seul . Ayant été orienté vers l'association Pact-Arim par une assistante sociale, il a pu bénéficier d'une assistance administrative et législative dans sa recherche personnelle.

Nous vous proposons son témoignage grâce à l'interview de Jean, un rappel sur l'appartement associatif et une présentation du fonctionnement du Pact-Arim qui nous a aimablement accueilli dans ses locaux

Thierry

Interview de Pierre sur sa vie dans son nouvel appartement

D'abord les démarches pour trouver ton appartement ont-elles été compliquées ?

Oui, cela a pris plusieurs mois de recherche de logement avec le Pact-Arim (Association pour aider à la recherche d'un logement)..

Avec ton revenu faible as-tu eu droit à des aides ?

J'ai juste droit à l'allocation logement, en plus de mon allocation adulte handicapé.

En ce qui concerne le déménagement pour ton appartement, qui t'a aidé ?

Cela s'est déroulé en famille, avec l'utilisation d'un fourgon d'un ami.

Comment organises tu tes journées dans ton nouvel appartement ?

Par des rendez-vous divers, le C.M.P , les courses alimentaires, des sorties entre amis, etc...

Rencontres-tu des difficultés financières

pour vivre seul dans ton studio ?

C'est le problème de l'indépendance financière. Il faut constamment savoir gérer son argent d'où une prise de conscience de l'autonomie pour une bonne réhabilitation.

As-tu planifié des jours pour faire le ménage, tes courses alimentaires, tes rendez-vous ?

Régulièrement, il n'y a pas de jours fixes. Les choses sont faites quand elles doivent être faites.

Ton nouveau quartier est-il bien desservi ?

Oui, le métro Baille est à côté de chez moi et les arrêts de bus près de la Timone .

As-tu des commerces de proximité ?

Le supermarché Casino, la librairie, la presse, le tabac, la laverie.

Est-ce que tu te sens bien dans ton nouvel appartement ?

Oui, je me sens bien, j'ai un studio calme.

Est-ce que tu as de nouveaux amis ou relations ?

Pas plus qu'avant.

As-tu mis en valeur des touches personnelles pour ton appartement ?

Non. Rien de spécial, le stricte minimum.

Depuis que tu es dans ton appartement, qu'est-ce qui a changé pour toi dans ta vie ?

Le confort de vie est plus agréable et je me sens plus libre.

As-tu acquis une autonomie particulière dans ton nouvel appartement ?

Oui, je m'organise comme je le veux.

Te sens-tu plus responsable depuis que tu vis seul ?

Oui, beaucoup moins assisté, même si l'indépendance n'est pas totale et dans l'ensemble j'arrive à gérer ma vie.

Jean



L'appartement associatif

C'est un T3 situé dans le quartier de la Capelette (10^{ème}) les résidents sont sous locataires de l'association solidarité réhabilitation. Les personnes susceptibles d'investir l'apparte-

ment associatif s'inscrivent dans un processus de réhabilitation psychosociale, ce qui implique un suivi par une équipe de soins pluridisciplinaire tout au long de la durée de la résidence.

L'objectif principal est qu'à la sortie de ce lieu, les personnes possèdent des habiletés sociales leur permettant de vivre en appartement indépendant.

Le Pact-Arim

Interview faite au **Pact-Arim (Protection Amélioration Conservation Transformation de L'Habitat-Association de Restauration Immobilière)** avec Jean et Aurélien.

Nos deux interlocutrices Mlle Wierre et Mlle Santoro nous ont gentiment reçues dans leurs locaux pour nous parler de leur association.

Les deux conseillères en économie sociale et familiale nous expliquent les services qu'elles rendent. Leur organisation s'occupe de l'amélioration de l'habitat, la sous location, l'intervention dans les cités pour l'accompagnement à l'accès au logement. Elles nous ont parlé de l'ASELL (Accompagnement Socio-éducatif Lié au Logement) qui est une aide à l'accès au logement, pour acquérir plus d'autonomie.

Elles reçoivent des personnes qui touchent le RMI

(Revenu Minimum d'Insertion), l'AAH (Allocation Adultes Handicapés), l'API (Allocation Parents Isolés), des personnes en dettes locatives ou en rupture familiale.

Elles effectuent un accompagnement dans les démarches administratives et dans le montage de dossiers. L'organisme peut apporter une aide d'urgence en faisant une demande directe à la préfecture.

Elles interviennent aussi sur l'accompagnement budgétaire (une aide à la constitution d'un dossier d'endettement), lorsqu'il y a des problèmes de prise de crédits à répétition et par conséquent une situation financière qui se dégrade lentement. Les travailleurs sociaux mettent en avant les dossiers d'APL (Allocation aide Pour le Logement), pour des logements en HLM. Elles renseignent et conseillent pour l'AL (Aide au Logement), le FSL (Fond Spécial au Logement), l'AJ (Aide

Juridictionnelle) et aussi en cas de problèmes familiaux.

Certains propriétaires confient leur logement au Pact-arim pour les aider dans une gestion locative adaptée.

Elles poussent les personnes à s'investir et acquérir leur propre autonomie.

Le Pact-Arim peut jouer le rôle de médiateur au niveau du paiement des loyers. Il peut proposer une aide pour pallier à une dette locative.

Pour bénéficier des services du Pact-Arim, il faut être adressé par des travailleurs sociaux (assistante sociale).

Il faut en retenir que *vivre en appartement : c'est possible*, que l'on peut trouver de l'aide auprès d'organismes compétents, avec l'accompagnement de travailleurs sociaux et de sa famille, primordiale pour un soutien moral et autres.

Jean



ASSEMBLEE GENERALE DU MARDI 29 JANVIER 2008

Les membres de l'association solidarité réhabilitation se sont réunis en assemblée générale, à la maison pour tous « la Pauline ». La séance a été suivie d'un gâteau des rois, qui a permis un temps de convivialité entre les adhérents..

Points abordés :

Le site, est en construction, il est constitué d'une partie interactive avec l'Agenda du Club Loisirs.

Une réunion est à prévoir au 7, rue Esquiros, afin de définir la « Charte Editoriale » : c'est-à-dire l'objectif du Journal « LE LIEN », l'éthique du Journal. Projet de mettre en place des permanences sur la Ciotat.

Il a été effectué une demande de financement pour la création d'un GEM.

.Le dossier MSD son en instance de clôture (fabrication du biscuit du Frioul)

La gestion de l'appartement associatif sera assurée à partir des prochains locataires par Mr Grimal.

.Les ordinateurs sont obsolètes

et vont être remplacés. Ce sera fait dans les prochains mois.

L'ordre du jour étant épuisé la séance est levé à 18h00.



PERMANENCES DE L'ASSOCIATION SOLIDARITE REHABILITATION

Pour tous renseignements complémentaires concernant la vie de l'association une permanence téléphonique est assurée :

☎ : 04 91 22 83 53

Mardi : de 9h00 à 12h00 et de 14h00 à 17h00

Mercredi : de 9h00 à 12h00 et de 14h00 à 17h00

Jeudi : de 9h00 à 12h00 et de 14h00 à 17h00

Possibilité de rencontrer des parents membres de l'association lors de la permanence au C.M.P. 50-52 Boulevard Michelet 13008 Marseille

le vendredi : de 10h00 à 12h00 au C.M.P.

☎ : 04 91 22 28 20

adresse e-mail : rehabilitation.solidarite@wanadoo.fr

Site: www.association-solidarite-rehabilitation.org

A découvrir absolument donc!...

le site de l'association:

Il vous permet d'accéder à un certain nombre d'informations... ..à savoir, une présentation de l'association, du concept : la réhabilitation psychosociale et des troubles psychiques.

Il vous permet encore de prendre connaissance du fonctionnement des groupes : Profamille,

le club loisirs et de l'espace internaute.

Une galerie a été créée pour que vous puissiez découvrir la production artistique de certains usagers qui sont autant de parcours personnels....et enfin un bouton « adhérer » donne accès au bulletin d'adhésion.

Mais aussi !une mise à jour régulière, sur la droite de l'écran d'accueil, vous permet:

1- d'être informé des dates des sorties organisées dans le cadre du club loisirs par « l'agenda »

2- de consulter l'ensemble des parutions du journal « le lien »

3- de découvrir un certain nombre d'articles et conférences notamment la dernière réalisée par le Pr Lançon sur la schizophrénie.

Un site donc à consulter régulièrement!

BELLE BALADE EN CAMARGUE

Le souffle du printemps nous susurrerait des jolies choses. Neuf compagnons dans ce vieux delta du Rhône en quête d'aventure ou plutôt de dépaysement. Gagné ! au domaine de la Capelière, proche de l'étang du Vaccares, classé dans le parc régional de Camargue, un écrin de nature, avec des des paysages si originaux : la Rose-lière (constituée de roseaux), la sansouire (genre de Toundra à Salicorne, une plante adaptée au sel), les étendues d'eau où les fameux canards venaient se poser.

Les observations étaient placées judicieusement pour pouvoir observer des oiseaux sans les déranger.



Ont répondu présents, les canards d'hiver, en l'occurrence des Sarcelles d'hiver, et les Fuligules morillon (superbes oiseaux au plumage chatoyant. L'histoire c'est que comme il fait très froid en Scandinavie les volatiles viennent migrer vers la chaleur c'est-à-dire le sud de la France. Au prin-

temps les oiseaux repartent se nourrir dans les Fjords qui se sont réchauffés et sont riches en nourriture.

Equipés de lunettes d'observation et de jumelles nous observions les oiseaux s'ébrouer, se nettoyer le plumage, plonger.

Après ce régal des yeux : les plaisirs de la table avec tout le confort d'un vrai pique-nique. Imaginez : du soleil, de la chaleur, du mobilier et des victuailles.

Pour digérer, nous avons fait un parcours de 1,5 km dans le domaine avec des paysages somptueux. Tous repartirent enchantés.

Xavier

Les vacances s'organisent dans le cadre du club loisirs qui se déroule tous les mercredi au CMP de 13h30 à 17h.

Denis est ainsi allé passer un séjour à Jausiers, il nous fait part de son expérience.

La maison des Gueyniers

J'ai participé dans les Alpes de Haute-Provence à un séjour de vacances à Jausiers où se trouve la maison familiale des Gueyniers.

Les chambres sont prévues pour 2 ou 3 personnes.

Le matin nous prenions un petit déjeuner agréable puis j'allais chercher à Jausiers le journal.

Je prenais un petit café

puis je remontais à pieds.

L'après-midi, nous faisons des promenades en regardant la végétation, des fleurs typiques des Alpes.

Nous voyions avec des jumelles des mouflons sautant de rocher en rocher dans des sentiers escarpés.

Le soir après le repas, nous participions au jeu de Rami ou Tarot.

Nous buvions une tisane puis nous nous couchions.

Denis



Lac de Jausiers

Rubrique cinéma –DVD

Western

Le bon la brute et le truand

Pendant la guerre de sécession trois hommes préférant s'intéresser à leur profit personnel se lancent à la recherche d'un coffre contenant 200 000 dollar

où peut-on le voir ?

en pièces d'or volées à l'armée sudiste. Tuco sait que le trésor se trouve dans un cimetière, tan

dis que Joe connaît le nom inscrit sur la pierre tombale qui sert de cache. Chacun a besoin de l'autre mais un troisième homme entre dans la course.



Mars Attacks !

Film américain:

Avec Jack Nicholson, Annette Bening, Pierice Brosnan, Danny DeVito, Glenn Close.

l'histoire

Des milliers de soucoupes volantes venues de la planète Mars, se dirigent vers la Terre. Tandis que certains prônent une réaction musclée, d'autres suggèrent une attitude pacifiste. Le président des USA hésite avant cette première rencontre historique.

Mais les extraterrestres dévastent tout sur leur passage sans se soucier des dégâts qu'ils font. D'humour dévastatrice, ces extraterrestres peu ordinaires dévorent

Play boy, flashent sur les Rolex et prennent de l'uranium, mais ils détestent plus que tout la musique country.

Une comédie délirante et jubilatoire signée **Tim Burton**.

On peut le trouver sous forme de cassette ou de DVD dans les **bibliothèques**: Alcazar, Cinq Avenues, Saint André, Bonneveine et la Grognarde.

On peut le trouver en DVD - Pour rappel :

La carte de prêt : pour les bibliothèques municipale de Marseille:

La carte de prêt est nominative et personnelle. Elle est indispensable pour emprunter

des documents (livres, CD musique, vidéo) . Elle est valable dans toutes les bibliothèques municipales de Marseille.

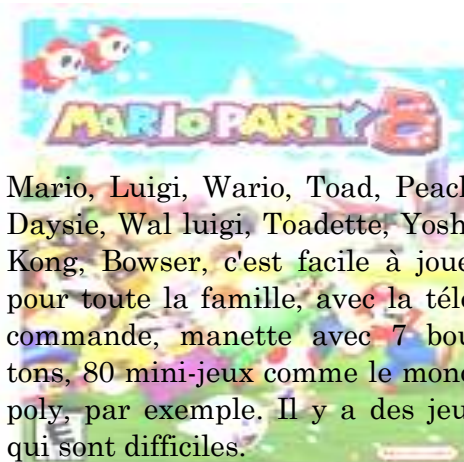
Elle est délivrée sur présentation des documents originaux suivants :

- Un justificatif d'état civil.
- Un justificatif de domicile de moins de trois mois.

L'abonnement est **gratuit** jusqu'à 18ans et pour les personnes non imposables: des bénéficiaires du RMI et les chômeurs sur présentation d'un justificatif en cours de validité.

Aurélien

Jeux vidéo



Mario, Luigi, Wario, Toad, Peach, Daisy, Wal Luigi, Toadette, Yoshi, Kong, Bowser, c'est facile à jouer pour toute la famille, avec la télécommande, manette avec 7 boutons, 80 mini-jeux comme le monopoly, par exemple. Il y a des jeux qui sont difficiles.



Il est difficile à jouer, long mais c'est un bon jeu. Catégorie aventure. Au début, on voit Link dans sa maison, il vit à l'entrée du village, il est berger (son cheval Epona est blessé). Link voit la fille du chef du village qui les

hospille, puis il va dans la forêt. Longtemps après, il se transforme en loup, va dans le village la nuit récupérer son épée et son bouclier pour combattre les méchants et les Boss, et délivrer la Princesse Zelda, puis c'est la fin du jeu.

Jean-Marie

LES QUATRE SAISONS de Carole



AUTOMNE

Ecole et marrons
Senteurs boisées du matin
Tombent les fruits mûrs.

PRINTEMPS

Printemps généreux
Clarté couleurs et parfums
Gaieté retrouvé



Recette de NAIMA :

Génoise

Quantités : 4 personnes.

2 œufs,
50g sucre (semoule),
50g de farine,
30g de beurre,
une pincée de sel .
Parfum: sucre vanillé; zeste
de citron (peau jaune) facultatifs.

1° Allumer le four et beurrer le moule à manqué.
2° Battre au fouet les œufs entiers avec le sucre, le parfum et le sel au bain-marie (c'est-à-dire en interposant entre la source de chaleur une casserole d'eau chaude à 40°

maximum).
3° Quand le mélange est devenu mousseux et qu'il a doublé de volume, le retirer du bain-marie et continuer à fouetter jusqu'à refroidissement.
4° Ajouter la farine en pluie , le beurre fondu tiède et mélanger avec douceur pour que la pâte reste mousseuse.
5° Verser la pâte dans un moule à manqué beurré.
6° Au bout de 30min, vérifier la cuisson avec un couteau . S'il revient net, démouler immédiatement sur une grille.

Utilisations:

La génoise peut être servie nature pour accompagner des fruits au sirop ou de la crème.

Elle peut être fourrée et glacée comme le gâteau de Savoie.

Recommandations pour réussir la génoise:

La pâte à génoise est plus délicate à réussir que la pâte à Savoie.

Il faut donc bien suivre les conseils suivants:

1° Le bain-marie ne doit pas bouillir (40° maximum).
2° Il faut continuer à fouetter le mélange après l'avoir retiré du bain-marie jusqu'à refroidissement complet (10min environ).
3° Quand le beurre tiède a été ajouté à la pâte, il ne faut pas continuer à mélanger car la pâte verdit et devient lourde.



HIVER

Etoiles diamant
Féerie reflets d'argent,
Robe de cristal.

ÉTÉ

Belles fleurs fanées
Foin en bottes empilées
La source tarie.