



Vivre Ensemble Le Handicap Psychique

Chers adhérents, Chers amis,

Le dernier numéro des Nou'VELHP, le N°8, est paru à l'automne 2019. Trois ans déjà, la Covid est passée par là !

En ce début 2023 nous pensons que la publication d'un nouveau numéro de notre bulletin de liaison est un bon moyen de marquer symboliquement la fin de cette période si difficile.

Vous le savez, nous ne sommes pourtant pas restés inactifs durant ces trois dernières années, l'essentiel de nos activités avec les bénéficiaires s'est maintenu du mieux possible en fonction des aléas et des rebonds de la pandémie.

Les grands évènements annuels ont été maintenus autant que possible, sorties « découverte », repas au jardin partagé et d'autres moments encore.

Les activités régulières ont été adaptées à plusieurs reprises pour respecter les règles sanitaires du moment mais nous avons réussi à les maintenir presque toutes sans interruption pour le plus grand bonheur des bénéficiaires.

En résumé, les bénévoles, les bénéficiaires, les soignants, tous les adhérents ont fait de leur mieux et je vous en remercie toutes et tous.

Avec ce Nou'VELHP N° 9 vous pourrez prendre connaissance en détail de ce qui a été réalisé en 2022.

Vous constaterez que l'engagement de chacun est intact et que nos amis bénéficiaires sont toujours heureux de se retrouver ensemble, les photos le prouvent, les sourires sont bien là.

Nous allons continuer, avec l'espoir que cette fois les difficultés soient derrière nous, avec la volonté de faire encore mieux d'année en année.

Vivre Ensemble, c'est ce que nous faisons de mieux, c'est ce que je vous souhaite à toutes et à tous.

Le président, Albert Lemaire

CINEMA

Depuis la réouverture des cinémas, cette activité est florissante, très souvent une moyenne de 10 participants par séance, parfois jusqu'à 13 inscriptions !

En complément des séances à la Vence Scène, plusieurs séances ont eu lieu à Grenoble, de façon à trouver un horaire et un choix de film plus adaptés à tous. En moyenne 3 sorties par mois.

Le coût du ticket à la Vence Scène, au Rex et à la Nef est très attractif : 4 euros/séance.

En 2022, 33 séances se sont déroulées, les gros coups de cœur ont été : « La panthère des neiges », « Le lynx », Kompromat », « L'innocent » !

L'activité a même pu démarrer sur St-Marcellin, à raison d'une séance par mois.

ATELIER « PETITES MAINS »

L'activité s'est déroulée toutes les 3 semaines le vendredi après-midi au cours du premier semestre 2022 soit au jardin partagé l'été, soit à la MDU, et à compter de septembre le jeudi après-midi 2 fois par mois. 3 à 5 participantes qui se sont avec grand plaisir initiées au tricot, à la couture, à la réalisation de mandalas ; à compter du 2^e semestre les créations ont été communes et faites à l'aide de matériel récupéré ou recyclé : peinture sur bois et confection de décorations de Noël.

Activité animée par Danielle, Isabelle et Andrée.



SORTIES DECOUVERTE

Au printemps 2 sorties découverte ont eu lieu : une au Parc des Oiseaux de Villars les Dombes, avec 26 participants tous CMP confondus, excepté le CMP de St-Marcellin pour lequel une sortie moins éloignée a été programmée.

Le magnifique spectacle des oiseaux les a tous enchantés !

Les 11 bénéficiaires de St-Marcellin ont bénéficié d'une promenade ludique en tracteur-remorque au Clos Fougères à Châteauneuf/Isère, exploitation agricole qui produit fruits et légumes.

Ces 2 sorties ont été très appréciées, d'autant plus qu'elles se sont précédées d'un succulent repas au restaurant.

A l'automne, une seule sortie a regroupé 40 participants de tous les CMP pour une visite guidée du Château du Touvet (intérieur du château et jardins). Cette visite a été précédée d'un repas à l'Auberge de St-Vincent-de-Mercuze, très apprécié.





JARDIN PARTAGE

Ouvert de mars à novembre 2 fois par semaine, le jardin a cette année encore permis la production des légumes d'été et pommes de terre, cucurbitacées, ... malgré une année sécheresse ! Un pique-nique début septembre a permis aux adhérents de Velhp de se retrouver pour partager leurs spécialités culinaires !

Et les jardiniers se sont retrouvés pour fêter la mise au repos du jardin pour l'hiver, en cuisinant et déjeunant ensemble à la Maison des Solidarités et Familles, qui nous avait prêté cuisine et salle à manger.

Seul regret le peu de bénéficiaires jardiniers ... Rendez-vous en mars pour une belle saison !



SORTIES PEDESTRES

24 sorties étaient programmées, très peu d'annulations, une autre activité étant proposée en cas de mauvais temps (musée, récemment une initiation au billard français qui a été très appréciée).

Les sorties sont organisées à tour de rôle par un bénévole selon un planning semestriel, il est accompagné par 2 autres bénévoles ce qui permet d'emmener jusqu'à 9 bénéficiaires.

Il a été fait le choix d'un dénivelé maximal de 300 m, pour 3-4 h de marche avec un arrêt pique-nique.

Ces balades « tranquilles » permettent d'échanger tout en marchant dans la nature.

Nous évitons des trajets longs en voiture, les environs de Grenoble étant riches en itinéraires.

La balade se termine toujours par un pot ensemble, offert à présent par VELHP.

SOIREES SPECTACLES

Huit bénévoles (Marie-Christine, Annie, Marie-Hélène, Christine, Jeannine, Marité, Josette et Albert) accompagnent les sorties culturelles à La Vence Scène, le Théâtre en Rond, le Grand Angle de Voiron, et aussi à la MC2 et La Rampe où des concerts de musique classique de grande qualité sont proposés.

Pour la saison 2022-2023 : 87 places ont été achetées pour un coût total de 901 €. 22 représentations ont été programmées et 18 participants ont pu en bénéficier.

Le coût à charge des bénéficiaires est de 5 € pour un coût moyen par billet de 10,35 €.

En raison de la grande qualité de certains spectacles et du goût des bénéficiaires, une sortie peut être accompagnée par 2 bénévoles avec une moyenne de 3 bénéficiaires par bénévole.

En conclusion de beaux spectacles pour un prix modique !

PETANQUE

Cette nouvelle activité a démarré début juillet et s'est achevée début septembre, le vendredi soir, à raison de 2 séances par mois. Malgré la canicule elle a remporté un vif succès, car le lieu choisi à Rochepleine était idéal : terrain ombragé, au bord d'un ruisseau. Pas moins de 8 à 9 participants à chaque séance, enchantés de cette nouvelle initiative de Velhp !

PISCINE

Annie et Andrée ont accompagné tous les lundis après-midis de juillet et août de 2 à 5 nageurs à la nouvelle piscine de Saint-Egrève.

Lors de ces séances, tout le monde nage, certains sans s'arrêter pendant 1 heure d'affilée, d'autres avec des pauses pour profiter des bains à remous ou du soleil.

Ce sont toujours des moments agréables et sympathiques, les séances se terminant par le pot offert par VELHP au nouveau snack de la piscine.

Comme à l'habitude, la saison s'est terminée par un repas convivial toujours au snack de la piscine.

JEUX DE SOCIETE

En 2022 l'activité jeux de société s'est déroulée régulièrement toutes les trois semaines, le jeudi après-midi.

5 bénéficiaires participent avec beaucoup de fidélité : Muriel, Blandine, Nasser, Franck et Yoann.

Les séances durent environ 2 h, l'activité demande de la concentration, de l'attention et de la mémoire.

L'ambiance y est agréable et conviviale.

Et bien sûr, toutes les autres activités continuent : bowling, et billard français.

Et un grand merci à toutes les personnes ayant participé à la rédaction et l'élaboration de ce Nou'VELHP n° 9 :

Marie-Christine, Jeannine, Isabelle, Annie, Andrée !