



Association Cerebral Vaud



CONTACT COMMUNIC

3/2023
SEPTEMBRE
N° 152

SOMMAIRE

Edito	3
Camp d'été Country	4-5
Camp d'été Salsa	6
Camp d'été Tango	7
Camp d'été Valse	8-9
Camp d'été Hip-Hop	10-11
Camp d'été French Cancan	14-15
Préparation à la majorité de mon enfant	16
Aborder le thème de la sexualité et du handicap	17
Soyons formés par les personnes concernées	18-19

BIENVENUE À NOS NOUVEAUX MEMBRES

- ABIDARA Zewdi à Lausanne

ASSOCIATION CEREBRAL VAUD

Route de Berne 8
1081 Montpreveyres
CH36 0900 0000 1002 0515 4

021 691 96 83
info@cerebralvaud.ch

SECRETARIAT

Mme Delphine Volluz
Chloé Restauri
Mouna Abbad

secrétaire générale
responsable des activités
assistante de bureau

d.volluz@cerebralvaud.ch
c.restauri@cerebralvaud.ch
m.abbad@cerebralvaud.ch

COMITÉ

Janine Rod
Claude Villommet
Michel Gilgen
André Jomini
Catherine Keller
Sarino Vitale
Anouk Tschanz

Co-présidente
Co-président

janine.rod@bluewin.ch
claudevillommet@bluewin.ch



VOTRE DON AVEC TWINT

Scannez le code QR avec l'appli Twint
Confirmez le montant et le don



Delphine Volluz,
secrétaire générale

EDITO

Il y a 65 ans, plusieurs parents d'enfants vivant avec une paralysie cérébrale, prenaient **CONTACT** les uns avec les autres pour se réunir, et partager leurs préoccupations. En 1958, pas d'écoles, pas de centres d'accueil, pas d'internat, pas de vacances pour ces enfants. C'est ainsi que la Ligue Vaudoise en faveur des infirmes moteurs cérébraux, ancêtre de l'Association Cerebral Vaud, est née.

J'avoue ne pas connaître l'année de parution du tout 1^{er} exemplaire du journal CONTACT. Toutefois, sa mission est restée la même : **garder le CONTACT**, les uns avec les autres, membres ou partenaires, concernés ou proches, amis de près ou de loin.

Depuis sa 1^{ère} mouture en vert clair, le bulletin a profité de plusieurs relookings. Pour la 1^{ère} fois, il passe en format A4, avec une conception graphique et une mise en page de **Jelena Milenkovic** et **Henrique Da Silva**, de l'atelier **87Design** à Lausanne. Par leur nouvelle proposition, ils ont voulu insuffler un élan dynamique mais élégant. La variation des formes et des couleurs comme porte-drapeau des différences.

La version sera amenée à évoluer et à s'affiner au fil des numéros, n'hésitez pas à nous **CONTACTER** pour commenter et apporter votre vision.

CAMP COUNTRY

du 03.07.23-08.07.23

«Ah ce camp, c'était une sacrée aventure! Le premier jour, l'ascenseur fonctionnait. Puis le jour d'après, paf il tombe en panne ! On a vite fait venir le réparateur et le pauvre n'a rien pu faire. Une pièce était défectueuse. Alors il l'a commandée. Mais une fois la pièce installée, ce n'était toujours pas bon. Alors on a opté pour le système D et on s'est adapté.

Pour la première fois durant un camp, on a dormi sur des matelas, par terre. C'était une première expérience que je découvre. C'était bien, mais je préfère un bon lit quand même !

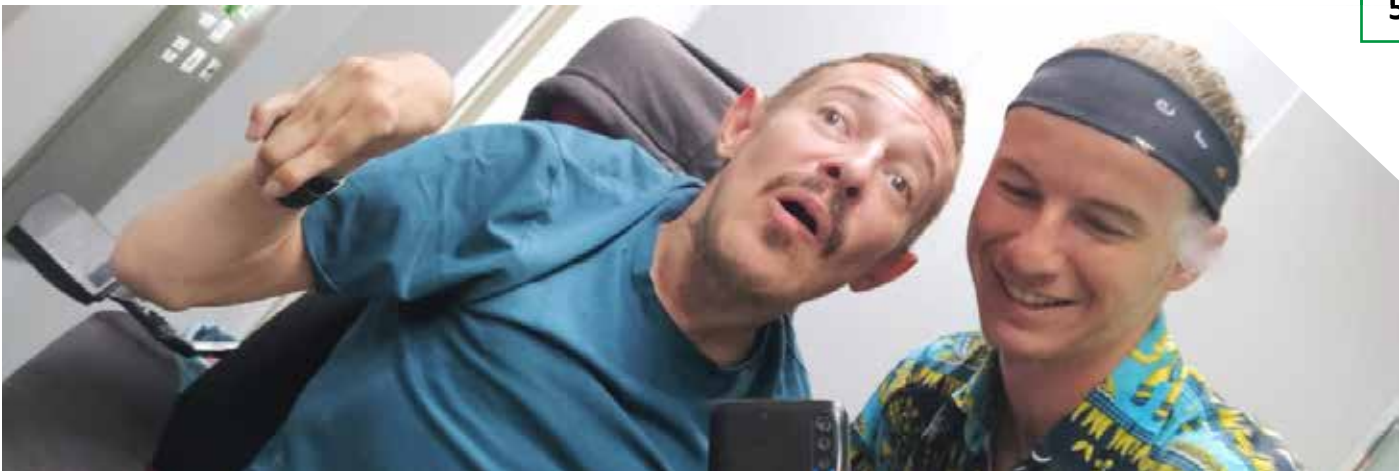
Autrement, les activités proposées étaient très bien. J'ai surtout préféré le vélo. Bon malgré tout cela, on s'amuse bien à Cerebral Vaud. C'était un chouette camp et j'espère que Mr l'ascenseur ne nous jouera plus de tour à l'avenir. »

Cédric SCHNEIDER, participant

«J'ai tout aimé ! Mais j'ai particulièrement aimé aller me baigner au lac à Vidy. Ces vacances étaient bénéfiques pour moi. Je me suis sentie relaxée. C'est le but des vacances !»

Marie-Noëlle MATO, participante





CAMP SALSA

du 10.07.23-15.07.23



CAMP TANGO

du 17.07.23-20.07.23

Le premier jour, nous sommes arrivés et nous nous sommes installés confortablement dans nos belles chambres toutes neuves. Après le repas de midi nous avons fait un jeu de pistes aux Balances sur le thème de la danse. Le soir c'était grillades sur la terrasse.

Mardi après le déjeuner, Atelier créatif ! Nous avons personnalisé des cartes postales que nous avons envoyé à nos proches. Ensuite direction Genève pour visiter le jardin botanique. La route a été longue mais une fois arrivé sur place, nous avons pris un bon goûter. Après on s'est baladé dans les jolis jardins et on s'est rafraîchi à la fontaine.

Mercredi était une journée détente au bord du Lac Léman à Vidy. Le restaurant le « Carrousel » nous a servi un délicieux petit encas. L'accueil était chaleureux et les moelleux au chocolat étaient excellents !

Le dernier jour du camp, nous sommes allés au concert off du Montreux Jazz festival. Nous avons eu la chance de danser sur nos chaises en écoutant le superbe concert des Chris Chris. On a chanté avec eux et tapé des mains, c'était le feu !

Mais ce que j'ai préféré avant tout, ce sont les délicieux samossas de Francis. Hmm à chaque fois je me régale, merci Francis.

Adrien DEMIERRE, participant
Léo Néo CHRISTEN, accompagnant





CAMP VALSE

du 24.07.23-28.07.23

Pendant ce camp j'ai bien aimé les animaux de la ferme, et surtout que j'ai pu les caresser. Le plus doux était la lapine. Celui que j'ai préféré était la chèvre parce que j'aime bien les animaux en général.

Nous sommes allés nous promener à Vevey où je me suis régalée avec une glace à la pistache accompagnée d'Avdo et Malika en terrasse. Puis on est allés faire du shop-

ping dans les magasins. Je me suis acheté des chouchous pour la boom du soir.

Pour finir nous avons passé la journée au lac où on a pique-niqué. Mon moment préféré était d'être avec tous les autres vacanciers.

Anne Lise MEYER, participante
Flavie FROIDEVAUX, accompagnante



CAMP HIP-HOP

du 31.07.23-05.08.23

Nous avons passé un superbe camp aux Balances. Le premier jour nous avons tous pu montrer notre incroyable talent, c'était un bon moment convivial pour faire connaissance. Le deuxième jour la pluie était au rendez-vous, donc un groupe est parti au cinéma voir le film Barbie et un autre groupe est allé faire une visite sportive au musée Olympique. Mercredi c'était journée CIMGO à Champéry, nous avons dévalé la piste tout terrain à toute vitesse avec les cheveux dans le vent !

Le jour d'après nous avons profité d'un bon pic-nic au bord du lac à Vevey avec

des gauffres et nous avons le choix entre Alimentarium, shopping, balade, foot ou encore boire un verre en terrasse. Vendredi nous nous sommes rendu à la ferme et nous avons eu la chance de caresser les animaux surtout les petites chèvres toutes douces. Le soir on a mis la musique à fond pour la boum et on a danser tous ensemble, quelle ambiance! Le dernier jour nous avons préparé des pizzas maisons, elles étaient délicieuses, on s'est régalé comme tout le reste de la semaine !

*Elisa VOELKENING, participante
Alessia DUBUIS, accompagnante*





*Cinéma, musée, sport, balade, apéro
et câlins: quel beau programme!*



«J'adore notre nouvelle voiture!
Je suis enfin plus proche des
autres dans mon fauteuil roulant.»

paraplegie.ch/vehicules



*Les
experts
en lifts*

LAUSANNE

☎ 021 800 06 91

ST.GALLEN

☎ 071 987 66 80

BERN

☎ 033 439 41 41

MONTE-ESCALIERS

LIFTS À PLATE-FORME

LIFTS À SIÈGE

HOMELIFTS



HOGG
LIFTSYSTEME

www.hoegglift.ch

5 ANS DE GARANTIE

Biotechnologies et nettoyage: un duo efficace et écologique au service des privés et des professionnels

Expert en biotechnologies environnementales, HTS Bio fabrique des solutions de nettoyage uniques, performantes et respectueuses de la santé de leurs utilisateurs et de l'environnement.



VÉHICULES SUR MESURE



Votre spécialiste romand en transformation de véhicule

KIRCHHOFF Mobility Yverdon
Tél: 021 311 58 57
mail@kirchhoff-mobility.ch
Bâle-Bellinzona - Berne - Lucerne - Yverdon - Zurich
www.kirchhoff-mobility.ch



CAMP FRENCH CANCAN

du 07.08.23-12.08.23





PRÉPARER LE PASSAGE À LA MAJORITÉ DE MON ENFANT

Le Bureau d'aide aux curateurs privés (BAC) et Pro Infirmis proposent une nouvelle session de la formation

«Passage à la majorité de jeunes en situation de handicap : curatelle, prestations sociales et rôle des parents»

Cette formation est destinée spécifiquement aux parents d'enfants en situation de handicap qui vont devenir majeurs ou qui le sont depuis peu.

Elle propose une réflexion autour de la représentation légale et l'accompagnement des jeunes en situation de handicap au moment du passage à la majorité.

- Une curatelle est-elle forcément nécessaire ?
- Quels sont les différents types de curatelle et leur étendue ?
- Et le rôle des parents ?
- Qui peut devenir curateur ? Quels sont les droits des jeunes concernés ?
Quelles sont les prestations sociales (assurances sociales) à solliciter ?

MARDI 14 NOVEMBRE 2023 - 8H30-12H

Maison du Peuple - Place Chauderon 5, Lausanne

Bulletin d'inscription auprès de info.curateur@vd.ch



UN SITE INTERNET ET UN FORUM POUR ABORDER LE THÈME DE LA SEXUALITÉ ET DU HANDICAP

L' **Association Cerebral Suisse** propose désormais un site internet consacré à la vie de couple et à la sexualité des personnes vivant avec une paralysie cérébrale.

Créé par des personnes en situation de handicap pour les personnes en situation de handicap, ce site internet se concentre sur les relations affectives et la sexualité des personnes avec une infirmité motrice cérébrale. Il propose des informations sur le corps et la santé, la sexualité, les relations affectives, les droits et les devoirs, tout comme les services accessibles aux personnes en situation de handicap dans le domaine de la sexualité.

Le site est enrichi de témoignages de personnes concernées qui partagent leur expérience et leurs connaissances, ainsi que d'articles spécialisés sur différents thèmes.

www.cerebral-love.ch

Un forum pour poser toutes ses questions en lien avec la sexualité

Cerebral organise un forum sur le thème de la sexualité, du partenariat et du handicap. Animée par une spécialiste, ce forum vise à lever les inhibitions et à

permettre de poser toutes ses questions. En collaboration avec des experts en matière de handicap, l'animatrice et les participants, un cadre sera créé pour aborder le sujet de manière respectueuse, intéressée, sensible et ouverte.

- **Quand?** Samedi 9 décembre 2023, de 11h à 13h et de 14h30 à 17h avec le repas de midi en commun
- **Où?** Cité Radieuse, Route de Saint-Saphorin 23, Echichens

Inscriptions

jusqu'au 5 novembre au **032 622 22 21** ou à info@association-cerebral.ch



SOYONS FORMÉS PAR LES PERSONNES CONCERNÉES

Le 24 juin 2023, Jesse Furblur et Jean-François Marmy, tous deux en situation de handicap sont intervenus à la formation de base pour les accompagnateurs de Cerebral Vaud. Jesse est une jeune femme de 23 ans. Elle nous partage ici son vécu et son témoignage en tant que participante à des camps :

« Je participe régulièrement à des camps organisés par Cerebral Genève. À Cerebral Genève, mon vécu est d'être une des seules participantes à me débrouiller seule. Enfin avec un peu d'aide... Par conséquent je suis dépendante pour peu de choses, mais je suis quand même dépendante.

Parmi les monitrices qui m'ont accompagné jusqu'à présent, certaines, dans leur volonté de vouloir bien faire, voulaient absolument m'aider. Bien que je sois totalement capable de le faire seule.

Par exemple, j'insistais pour me laver les cheveux toute seule, mais la personne continuait d'insister à vouloir m'aider.

Pour finir, la personne finissait par le faire à ma place, car je capitulais.

Dans ces moments, je me rends compte que l'accompagnatrice croit bien faire, et donc j'abandonne. Mais au fond de moi, cela m'agace. Parce que cela m'a pris beaucoup de temps à acquérir ces actes ordinaires du quotidien.

*Je m'adresse donc à tous les accompagnants et aux proches : Lorsque vous accompagnez une personne qui a la possibilité de faire ces choses seule, laissez-la faire ses choses seule et surtout **donnez-lui du temps**. D'autant plus si la personne l'exprime clairement, il faut en tenir compte et ne l'aider que si la demande provient d'elle ! **N'imposez jamais votre aide**.*

*Et si vous avez l'impression ou que vous observez que la personne peine un peu ou galère, **osez lui proposer votre aide**. Parfois si l'environnement change, c'est difficile pour la personne.*



Et paradoxalement si la personne vous demande de l'aide pour quelque chose qu'elle sait, ne rejetez pas son aide !

De plus il faut que vous vous rendiez compte qu'il est difficile d'oser dire ce qui nous dérange aux accompagnants, par peur de blesser ou de déranger et finalement mettre à mal la relation avec l'accompagnant.

J'espère que ce témoignage vous parlera et que vous resterez toujours sensible au fait que nous, les personnes en situation de handicap, sommes bien plus heureux quand nos forces et capacités sont valorisées ».

Jesse FURBLUR, formatrice à Cerebral Vaud

P.P.

1018 Lausanne

Poste CH SA



Association Cerebral Vaud

Horaires du Secrétariat : lun - ven de 9h à 15h

Route de Berne 8

1081 Montpreveyres

021 691 96 83

info@cerebralvaud.ch

www.cerebralvaud.ch

Dons au CH36 0900 0000 1002 0515 4



IMPRESSUM

Bulletin de l'Association Cerebral Vaud
Paraît trimestriellement

Rédaction :
Secrétariat Association Cerebral Vaud

Réalisation et impression :
87Design - Route Aloys-Fauquez 87 - 1018 Lausanne

Ce journal est tiré à 550 exemplaires, il est transmis à 369 de nos membres et à 169 professionnels
Prochaine parution : Décembre 2023

Membre de l'Association Cerebral Suisse à Soleure
En étroite collaboration avec la Fondation suisse en faveur de l'enfant infirme moteur cérébral à Berne