



Qu'est-ce que tu fais pour les vacances ? « je bénévole »

Grâce à toi des vacanciers en situation de handicap peuvent partir en vacances.

Grâce à eux tu vas vivre une expérience humaine inoubliable et terriblement enrichissante !

Impression : APF Entreprises 31 concept / Tel. : 02 98 59 58 09 / Imprim'Verte®



Je bénévole
"mon temps
ce n'est pas
que de l'argent !"
...et toi ?

DOSSIER DE PRESSE - Avril 2011

Contact: Evelyne Weymann
evelyne.weymann@apf.asso.fr
01 40 78 56 59 - 06 89 74 97 37



APF Évasion
Association
des Paralysés
de France

Sommaire

« Qu'est-ce que vous faites pour les vacances ? »	3
L'édition 2011 : plus de 150 séjours !	5
APF Evasion à portée de clic !	7
Témoignages : des accompagnateurs conquis !	8
Témoignages : des vacanciers ravis !	10
Qu'est-ce que l'Association des Paralysés de France ?	11

**« Qu'est-ce que vous faites pour les vacances ? »
APF Évasion recherche 2 000 accompagnateurs bénévoles !**

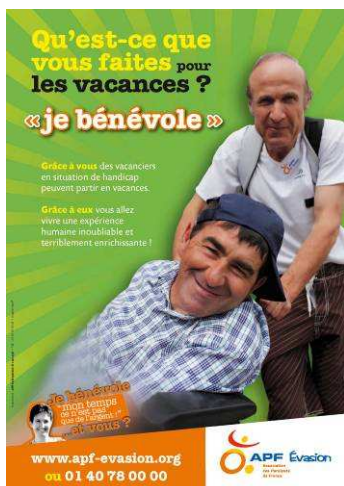
APF Évasion, le service vacances de l'Association des paralysés de France, recherche, comme chaque année, des accompagnateurs bénévoles pour apporter une aide personnalisée à des vacanciers en situation de handicap. Toute personne de plus de 18 ans, dynamique et prête à donner de son temps 2 à 3 semaines cet été peut devenir accompagnateur bénévole !

En 2010, APF Évasion a permis à 1765 personnes, enfants, adolescents et adultes en situation de handicap moteur et de polyhandicap de partir en vacances en France ou à l'étranger. Cette année, ce sont 157 séjours qui auront lieu de juin à septembre, permettant à plus de 1800 personnes en situation de handicap de partir en vacances, autant d'occasions de devenir accompagnateur bénévole !

> Un accompagnateur = un vacancier !

Les accompagnateurs aident les vacanciers dans tous leurs gestes quotidiens (manger, se laver, se déplacer, aller aux toilettes, etc.) et les accompagnent pour les visites et les activités du séjour.

Véritable soutien pour la personne en situation de handicap, **il faut un accompagnateur pour chaque vacancier**. Aucune compétence particulière n'est demandée aux bénévoles, il suffit d'être majeur avec une bonne résistance physique et l'envie de partager des moments forts et inoubliables durant 2 à 3 semaines cet été. « Beaucoup de bénévoles sont accros à APF Évasion, ils reviennent tous les étés depuis des années ! » confie Céline Lorenzi, responsable de l'activité accompagnateurs au sein d'APF Évasion.



> « Une expérience humaine inoubliable ! » : paroles d'accompagnateurs !

« La proximité avec les vacanciers se transforme très rapidement en complicité ! J'ai vécu mes plus belles rencontres pendant les séjours APF. Je me souviens de fous rires et d'instant magiques », Nicolas, accompagnateur depuis 4 ans.

« On gagne énormément à se confronter à la différence... C'est un des grands enseignements d'APF Évasion », Sébastien, accompagnateur depuis plus de 10 ans !

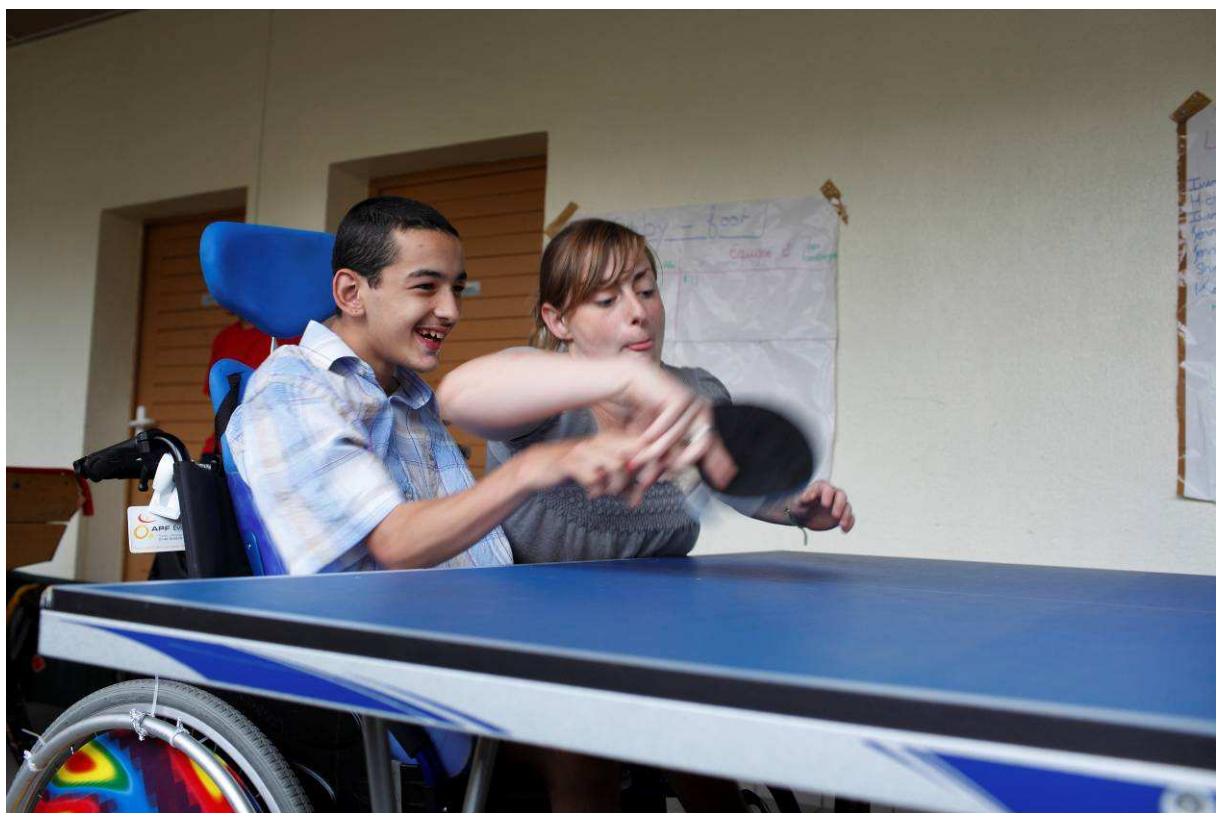
« Accompagner un séjour APF c'est partir à l'aventure ! A chaque fois on découvre des lieux différents, des activités originales et des gens de tous les horizons. Les rencontres avec les vacanciers sont particulièrement riches, ils ont une telle énergie ! », Claire, accompagnatrice depuis 3 ans.

« Je me souviens de larmes de joies après un baptême d'hélicoptère, de journées extraordinaires en parapentes ou de soirées magiques aux Francofolies de La Rochelle... Vous comprenez pourquoi cet été encore, j'encadre quatre séjours. », Pierre, responsable de séjours.

Pour devenir accompagnateur, rien de plus simple ! L'inscription peut se faire :

- **en ligne** sur le site d'APF Evasion : www.apf-evasion.org,
- en demandant **un exemplaire papier du dossier d'inscription** à APF Evasion 17, boulevard Auguste Blanqui 75013 Paris.
- **par téléphone** au 01.40.78.00.00
- **par courriel** : evasion.accompagnateurs@apf.asso.fr

APF Evasion prend en charge les frais de transport, de nourriture, d'assurances et d'hébergement des accompagnateurs, et dispense une formation d'1 à 2 jours sur site avant l'arrivée des vacanciers.



APF Evasion en 2010 c'est :

- **1765 vacanciers** partis en séjours (adaptés ou en intégration)
- **1860 accompagnateurs bénévoles**
- **125 séjours** en France
- **24 séjours** à l'étranger

L'édition 2011 : plus de 150 séjours !

En 2011, APF Evasion propose encore plus de séjours, de destinations et d'activités différentes ! Plus de **14 nouvelles destinations en France** pour des séjours où vont se mêler excursions, activités culturelles et sportives, temps de partage, repos, fête et découvertes touristiques.

Voici un petit aperçu des endroits à découvrir et des activités à réaliser cet été !

OU : A **Idaux-Mendy** dans les Pyrénées Atlantiques

QUAND : 13 jours du 4 au 16 juillet

QUI : 7 vacanciers de plus de 30 ans

QUOI : Nouveauté de l'année 2011 pour ce séjour **découverte du pays basque** ! Logés dans un gîte avec vue sur la chaîne des Pyrénées, c'est l'occasion rêvée pour découvrir le patrimoine culturel de la région.

ACTIVITES POSSIBLES : Visites de villages basques, feria, dégustation de produits locaux, visite de Lourdes, baignade à Hendaye.

OU : A La **Chappelle d'Abondance** en Haute Savoie

QUAND : 15 jours du 15 au 29 juillet

QUI : 11 vacanciers de 18 à 50 ans

QUOI : Ce **séjour montagne** a lieu dans un paysage magnifique, niché au cœur de la vallée d'Abondance, entouré de **majestueuses montagnes**, de rivières et de pâturages.

ACTIVITES POSSIBLES : Balade au bord du Lac Léman, visite de Thonon-les-Bains, visite de Fromagerie, luge d'été.

OU : A **Soustons** dans les Landes

QUAND : 15 jours du 2 au 16 septembre

QUI : 8 vacanciers de 18 à 50 ans

QUOI : **Séjour découverte de la voile** ! En bordure d'océan entre Biarritz et Hossegor, les vacanciers découvriront les joies de la voile dans un cadre idyllique.

ACTIVITES POSSIBLES : Voile, escapade en Espagne, visite de Biarritz et St Jean de Luz, visite d'une fabrique de jambon à Bayonne.

OU : A **Tauxigny** en Indre et Loire

QUAND : 15 jours du 2 au 16 juillet

QUI : 4 vacanciers de plus de 50 ans

QUOI : **Séjour découverte des châteaux de la Loire** : au cœur de la Touraine, les vacanciers découvriront les châteaux de la Loire, de la féodalité à la renaissance.

ACTIVITES POSSIBLES : Visites des châteaux de la Loire, promenades, spectacle son et lumière.

OU : A **Silfiac** dans le Morbihan

QUAND : 13 jours du 1^{er} au 13 août

QUI : 8 vacanciers de 18 à 50 ans

QUOI : **Séjour nature** en Bretagne ! Parc arboré, étangs, zone naturelle de baignade accessible et logement dans un éco-village.

ACTIVITES POSSIBLES : Ile-aux-Moines en bateau, visite de Vannes, balade dans les Landes de Liscuis, visite des sites mégalithiques



OU : A **Ajaccio** en Corse

QUAND : 15 jours du 12 au 26 aout

QUI : 8 vacanciers de 18 à 50 ans

QUOI : **Séjour mer** sur l'île de beauté : logés dans un établissement spécialisé APF, les vacanciers profiteront du patrimoine historique et culturel de la Corse, des ses plages et de sa gastronomie.

ACTIVITES POSSIBLES : visite des Iles Sanguinaires, découverte de Bonifacio en bateau, musée Napoléon, lac de Tolla, pédalo, baignades.



Carte des séjours adultes pour l'été 2011

APF Évasion à portée de clic !

> www.apf-evasion.org : devenez accompagnateur bénévole en un clic !



Le site d'APF Évasion fait peau neuve ! Relooké et enrichi, il regroupe désormais toutes les informations utiles pour les vacanciers et les accompagnateurs bénévoles. Grande nouveauté en 2011 : un formulaire d'inscription en ligne simplifié pour les accompagnateurs, afin qu'ils puissent s'inscrire par internet plus facilement. Les catalogues des séjours adultes et enfants et le carnet de l'accompagnateur sont également consultables en ligne. Les

différents blogs des séjours passés permettent également aux futurs accompagnateurs de se faire une idée du quotidien d'un séjour.

> Les blogs de séjours :

Chaque année, de plus en plus de blogs de séjours sont ouverts ! Rédigés quotidiennement pendant le séjour, les notes permettent de suivre le déroulement du séjour, les activités réalisés et de découvrir les vacanciers et les accompagnateurs.

Catamaran à Gruissan !

De retour de notre dégustation et après avoir fini nos achats, nous avons décidé d'aller prendre une glace sur le port de Gruissan.

C'est là que nous avons improvisé une sortie en catamaran : la mer était calme, le temps idéal pour une balade en mer et tous les vacanciers hyper motivés à vivre cette expérience.

La croisière fut très intéressante, bien commentée et les pêcheurs ont même nourri des goélands qui venaient chercher directement le poisson dans leurs mains !

Tout le monde a apprécié ce moment de détente...

Extrait du blog <http://narbonne-evasion.blogs.apf.asso.fr/>

Cheval

Le rêve de monter à cheval de certains est aujourd'hui devenu réalité...!

Kelly et Bryan, confiants, se sont élancés et ont pris plaisir à monter sur deux des chevaux du centre équestre. Quentin, après quelques hésitations a finalement grimpé sur sa monture... "C'est mon rêve de monter à cheval" déclare Charlotte avant d'enfourcher Kenzo !

Sortie réussie pour nos quatre cavaliers d'un jour, qui sont repartis le sourire aux lèvres, ravis de cette expérience équestre !

Extrait du blog <http://claquette3-evasion.blogs.apf.asso.fr/>

Cannes: le marché de Forville et la plage

Mercredi c'est jour de marché pour notre petit groupe!

Nous décidons de nous rendre au marché de Forville à Cannes, réputé pour son grand choix et son abondance de produits. Les étalages débordent de fleurs multicolores, de fruits parfumés, de légumes frais, de poissons, fromages, charcuteries sans oublier bien sûr les olives! Un régal pour la vue comme pour l'odorat. Nous effectuons un premier tour de "repérage" puis effectuons les achats pour notre pique-nique de midi: pain frais au noix, aux raisins et olives-tomates, fromages frais, coppa, tomates, melons, pastèques, abricots... Quel repas de roi nous allons faire!!

Extrait du blog <http://lecannet-evasion.blogs.apf.asso.fr/>

Témoignages : des accompagnateurs conquis !

Pascale, 43 ans, 10 séjours depuis 1999

« J'ai fait mon premier séjour avec APF Evasion en 1999, à côté de Lorient. C'était mon premier Festival Interceltique intégralement sous la pluie, avec des vacanciers en fauteuil, hilares sous leurs cirés jaunes. **Le rire a été le premier souvenir marquant de ma rencontre avec APF Evasion !**

J'étais déjà, à titre personnel, sensibilisée au handicap et je souhaitais tout simplement donner de mon temps pour contribuer à ce que des personnes dont le handicap limite l'autonomie puissent, elles aussi, accéder à un temps de vraies vacances, à une vraie pause. Puis d'autres séjours ont suivi, comme accompagnatrice, responsable d'animation, directrice adjointe et, depuis quelques années : directrice.

Le plus difficile pour évoquer les séjours APF, c'est presque d'en parler. Parce que ce qu'on y vit dépasse toujours de loin ce que les mots peuvent porter... A chaque séjour, je suis toujours aussi heureuse de donner de mon temps aux vacanciers, mais **je leur suis surtout reconnaissante de la joie de vivre qu'ils savent communiquer et partager avec les accompagnateurs**, malgré la maladie ou le handicap. Chaque séjour est toujours pour moi une belle leçon de vie, un vrai beau moment d'humanité et de bonheur. »



Joeffrey, 21 ans, 4 séjours depuis 2006

« Pour moi les séjours APF représentent des moments de partage, de rires et de bonne humeur. C'est aussi offrir l'opportunité aux personnes en situation de handicap de passer des vacances inoubliables en leur proposant des activités hors du commun, des journées à thème et des moments de complicité.

Accompagner des personnes en situation de handicap, c'est devenir un citoyen attentif et à l'écoute des autres ; **ça change les points de vue, ça change les personnes**

et leurs projets. Avant l'APF, je voulais être professeur d'anglais... aujourd'hui, je suis en formation d'éducateur spécialisé ! Pour moi, être accompagnateur, c'est un engagement auprès des personnes en situation de handicap ; à la fois pour passer de bons moments ensemble ; mais aussi pour faire changer les mentalités.

Pourquoi j'ai l'intention de partir une 4^e fois en séjour ? Car en tant qu'accompagnateur j'aime proposer et animer des activités, et aussi car **les moments de vie quotidienne avec les vacanciers sont des moments particuliers et privilégiés**, qu'on ne retrouve pas lors de séjours classiques ! A chaque fin de séjour, j'ai une boule au ventre. »

Magali, 32 ans, une dizaine de séjours depuis 2000

« J'avais déjà fait beaucoup de colonies en tant qu'animatrice, mais j'ai eu envie de passer à autre chose, de **faire du bénévolat**. Je suis tombée par hasard sur une annonce pour APF Evasion dans la presse, ça correspondait exactement à ce que je recherchais ! Les premiers jours du séjour, je regardais les autres accompagnateurs pour voir comment ils faisaient et je les imitais. Mais rapidement tous les gestes sont devenus naturels ! J'ai tout de suite accroché avec ce type de séjour, ça me plaisait beaucoup. J'avais envie de sortir de ma petite personne et d'aider les autres. Après 6 ou 7 séjours, j'ai eu envie de m'investir plus et de devenir responsable de séjours.

Ce que je préfère lors des séjours c'est l'échange ! Je m'amuse beaucoup et je m'enrichis énormément au contact des gens que je rencontre. Je ne suis plus la même dans ma tête

depuis ces séjours, j'ai évolué, je pense différemment. Aujourd'hui **je ne me vois pas passer un été sans faire de séjour !** »

Jean, 28 ans, 4 séjours depuis 2006

« Ce 16 juillet 2006 je ne suis pas fier... Après deux jours de formation avec les autres accompagnateurs du séjour APF Evasion de St Alban, me voici sur le quai de la gare de Lyon à Paris, venu chercher les vacanciers avec qui nous allons passer 18 jours ; je n'ai jamais adressé la parole à une personne en fauteuil !

Tout de suite, dans le bain : Frédéric a besoin d'aller aux toilettes, il faut traverser toute la gare dans la cohue, négocier avec la « dame pipi » pour faire entrer un fauteuil, trouver le système très compliqué pour défaire la ceinture du fauteuil... et ça presse !

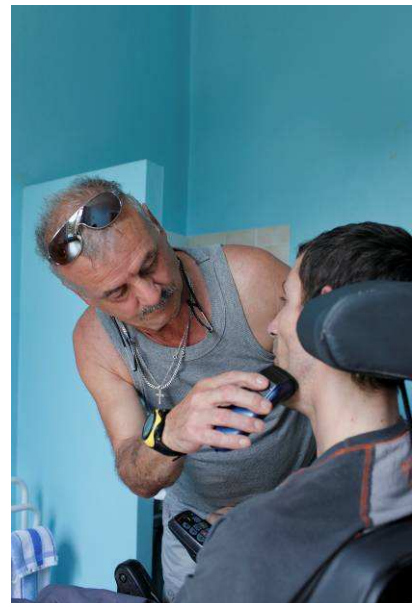
Après les douches et le repas du lendemain, toute appréhension a disparu, **mon vacancier m'a expliqué comment l'aider au mieux dans tous les actes de sa vie quotidienne et en avant pour deux semaines de folles aventures !**

A la fin du séjour, au moment des adieux, je suis surpris de voir des vacanciers et des accompagnateurs pleurer à cause de la séparation. Moi, bien sûr, je ne montre pas mes sentiments... mais le gros picotement que j'ai au fond de la gorge me persuade que je serai de nouveau là les années suivantes. »

Pierre-Albert, 49 ans, une vingtaine de séjours depuis 1980

« Mon premier séjour c'était il y a 30 ans ! Mon frère étant directeur de séjours APF Evasion, il m'a proposé d'en faire un en tant qu'accompagnateur. Au début je n'étais pas convaincu, mais dès le premier jour, **mes préjugés sur les personnes handicapées ont volé en éclat !** J'étais avec des ados pour un séjour d'un mois près de Grenoble et j'ai découvert la multitude d'activités et d'animations qu'on peut faire avec des personnes en situation de handicap. J'ai continué à être accompagnateur les étés suivants, puis j'ai été responsable de séjour. Je ne peux pas me passer de ces rencontres avec les vacanciers. **Les relations entre les vacanciers et les accompagnateurs sont très fortes**, les vacanciers se livrent à nous, c'est une belle marque de confiance.

Quand je fais un séjour, **je n'y vais pas pour faire une « bonne action », j'y vais pour m'enrichir.** Je donne de mon temps, mais c'est un échange, les vacanciers me donnent leur courage, leur joie de vivre et leur force ! J'ai d'ailleurs hâte d'y être cette année. Je sais que je serai fatigué à l'issue du séjour, mais la fatigue physique est passagère, la richesse humaine et la qualité de relation restent gravées dans ma mémoire pour longtemps ! »



Témoignages : des vacanciers ravis !



Claude, 31 ans, 5 séjours depuis 2005

« J'aime l'ambiance familiale des séjours APF. Ce sont des espaces de liberté : les vacanciers, comme les bénévoles, se confient beaucoup pendant les séjours. **La proximité entre les participants se transforme vite en amitié !** Je pars depuis cinq ans pour retrouver cette atmosphère conviviale et une infrastructure adaptée à mon handicap.

Ma maladie a évolué et depuis que je suis dans un fauteuil, les vacances se sont compliquées. Avec APF Evasion, je peux à nouveau en profiter ! Le rythme très actif des vacances me convient parfaitement.

J'ai vécu des moments exceptionnels durant ces séjours ! Je me souviens notamment d'une partie de danse improvisée pendant les fêtes de Bayonne. Je garde un souvenir extraordinaire du Pays basque. **Nous avons fait de l'hélicoptère, visité une ville espagnole, profité de l'océan**, etc.

Avec tout ce que nous partageons, les fins de séjours arrivent toujours trop vite. Heureusement, on essaye de rester en contact avec les autres vacanciers et les accompagnateurs ! »

Marie-Paule, 42 ans, une vingtaine de séjours depuis 1988

« Les séjours APF sont avant tout de belles expériences humaines. Ils rassemblent des gens d'univers complètement différents et provoquent des rencontres extrêmement riches ! **Je pars (presque) tous les étés depuis 20 ans et je n'ai jamais été déçue !**

Dans une société, on s'en sort que lorsqu'on est en groupe. Je le constate au quotidien durant les séjours APF. De plus, ces séjours me permettent aussi de me détacher de l'aspect logistique très lourd des vacances pour me reposer et en profiter vraiment ! Sans APF Evasion, je perdrais énormément d'énergie et je resterais limitée dans mes activités.

Durant les séjours, j'ai fait des choses extraordinaires : du parapente, de l'hélicoptère, du rafting, de l'hydravion et de l'ULM !

Pour les bénévoles aussi ces séjours sont magiques. Souvent les accompagnateurs ressentent de l'appréhension à leur arrivée mais une fois qu'ils sont lancés, ils se rendent compte qu'ils sont tout à fait capables et ne regrettent pas leur engagement. **La découverte de la différence est une expérience extrêmement riche.** D'ailleurs des vocations professionnelles sont nées suite à des séjours. Des histoires d'amour aussi... Non, vraiment, on ne sort pas indemne d'un séjour APF ! »

Christophe, 42 ans, 20 séjours depuis 1995

« J'ai fait 20 séjours APF Evasion, principalement à l'étranger, ce qui m'a permis de découvrir de magnifiques endroits qui m'étaient inaccessibles sans APF Evasion. J'ai ainsi découvert l'Equateur, la Colombie, le Chili, l'Australie, l'Inde, l'Ouest américain, l'île Maurice et la Thaïlande. Cette année, je pars à Cuba !

Ce que je préfère avec APF Evasion c'est qu'on est une équipe. Tout le monde est solidaire et les accompagnateurs prennent leur rôle très à cœur. Ils nous servent de tremplin pour passer les obstacles qui se présentent à nous.

Il est certain que **je n'aurai jamais pu vivre les mêmes expériences en partant avec un tour opérateur classique !** Ces vacances me permettent d'oublier, pendant quelques semaines, les tracas du quotidien. Je pense que ces séjours sont tout aussi enrichissants pour les vacanciers que pour les accompagnateurs. »

Qu'est-ce que l'Association des Paralysés de France ?

L'APF, créée en 1933 et reconnue d'utilité publique, est un mouvement national de défense et de représentation des personnes avec un handicap moteur et de leur famille qui rassemble près de 28 000 adhérents, 25 000 bénévoles et 12 000 salariés.

L'APF milite activement au niveau national et dans tous les départements pour permettre aux personnes en situation de handicap d'accéder à une égalité des droits et à l'exercice de leur citoyenneté.

L'APF gère des services et des établissements médico-sociaux ainsi que des entreprises adaptées. 30 000 personnes en situation de handicap et leur famille bénéficient de ces services et de ces lieux d'accueil qui les accompagnent dans le choix de leur mode de vie : scolarité, formation professionnelle, emploi, vie à domicile ou en structure de vie collective, accès aux loisirs et à la culture...

L'APF en chiffres :

1 siège national
97 délégations départementales
135 structures médico-éducatives
212 structures pour adultes
25 établissements et services d'aide par le travail (ESAT)
29 entreprises de travail adapté
149 séjours de vacances organisés par APF Evasion
712 dispositifs réalisés par APF Formation
415 910 donateurs (ayant fait au moins un don en 2010)
27 790 adhérents à jour de cotisation
25 000 bénévoles (dont 4 000 bénévoles réguliers)

> Les sites Internet de l'APF

Le site d'APF Evasion www.apf-evasion.org

La page Facebook d'APF Evasion : <http://www.facebook.com/pages/APF-Evasion/113393811623>

Le site de l'Association des Paralysés de France : www.apf.asso.fr

Le blog politique de l'APF : www.reflexe-handicap.org

Le portail d'information sur les situations de handicaps moteurs : www.moteurline.apf.asso.fr

La plateforme de blogs APF : www.blogs.apf.asso.fr

Le blog du magazine *Faire Face* : www.faire-face.fr

L'APF est également

Sur Facebook : <http://www.facebook.com/associationdesparalysesdefrance>

Et Twitter : <http://twitter.com/apfhandicap>