



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

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

DOSSIER DE PRESSE - Avril 2010

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 2010 : plus de 150 séjours !	5
APF Evasion en 2009, retour sur une saison réussie	7
Témoignages : les accompagnateurs se confient	8
Témoignages : les vacanciers se livrent	10
Qu'est-ce que l'Association des Paralysés de France ?	11

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

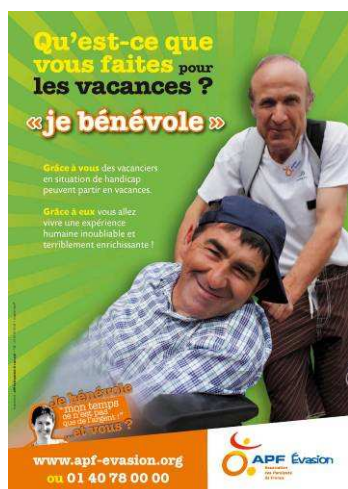
Depuis près de 75 ans, APF Evasion, le service vacances de l'Association des Paralysés de France, permet à plus de 1 600 personnes en situation de handicap moteur de partir en vacances. Comme chaque année, toute personne de plus de 18 ans, dynamique et prête à donner de son temps l'été, peut devenir accompagnateur bénévole !

Le but : apporter une aide personnalisée à 1 600 vacanciers, de juin à fin septembre, lors des séjours – près de 160 – organisés par l'association.

### > Un accompagnateur = un vacancier !

L'accompagnateur doit à la fois aider la personne en situation de handicap dans tous ses gestes quotidiens (toilettes, repas...) mais aussi lui apporter toute autre aide nécessaire pour lui permettre un agréable dépaysement, de l'animation la plus imaginative au simple accompagnement pour une journée de shopping (par exemple), et ce, tout en respectant son rythme et sa liberté. Il s'agit également de participer à toutes les tâches collectives.

Véritable soutien pour la personne en situation de handicap, il faut **un accompagnateur pour chaque vacancier**. Aucune compétence particulière n'est demandé aux bénévoles, il suffit d'être majeur avec une bonne résistance physique, d'avoir envie de partager des moments forts et inoubliables durant 2 à 3 semaines cet été et d'avoir le sens des relations humaines ! « *Beaucoup de bénévoles sont accros à APF Evasion, ils reviennent tous les étés depuis des années !* » confie Céline Lorenzi, chargée du recrutement des accompagnateurs.



### > « 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 Evasion* », 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 Francfolies 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](http://www.apf-evasion.org) ;  
en **téléchargeant le dossier** ou en **demandant un exemplaire papier** à APF Evasion –  
17, boulevard Auguste Blanqui – 75013 Paris ;  
**par téléphone** au 01.40.78.00.00 ;  
ou **par courriel** à [evasion.accompagnateurs@apf.asso.fr](mailto: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.



## L'édition 2010 : plus de 150 séjours !

En 2010, APF Evasion propose encore plus de séjours, de destinations et d'activités différentes ! Plus de **16 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 **Anduze** dans le Gard

**QUAND** : 14 jours du 3 au 16 août ou du 17 au 30 août

**QUI** : 22 vacanciers de 18 à 50 ans

**QUOI** : Séjour **nature au cœur des Cévennes**, les vacanciers seront logés dans une maison de vacances avec terrains de sport (pétanque, basket-ball, volley-ball et handball), le tout à proximité **d'une plage de rivière**.

**ACTIVITES POSSIBLES** : Zoo, musée, piscine, baptême en planeur à moteur, train à vapeur des Cévennes, bambouseraie

**OU** : Aux « **Eurockéennes** » de Belfort

**QUAND** : 6 jours du 2 au 7 juillet

**QUI** : 15 vacanciers de 18 à 50 ans

**QUOI** : **Séjour musique**, logés dans un établissement spécialisé APF, les vacanciers vont pouvoir assister à l'un des plus grands festivals de France : les Eurockéennes ! Le séjour se poursuivra par des visites culturelles.

**ACTIVITES POSSIBLES** : Visite de la Cité de Belfort, station thermale en Allemagne, visite de la Forge Musée, le jardin médiéval

**OU** : A **Goméné** dans les Côtes d'Armor

**QUAND** : 15 jours du 2 au 16 août ou du 18 au 31 août

**QUI** : 8 vacanciers de 30 à 50 ans

**QUOI** : **Séjour découverte de la Bretagne** : ses légendes, ses cités de caractère, ses musées et ses produits locaux. Logés dans une maison de vacances proche d'un sous-bois, un coin animalier, un verger, un four à pain, un puits et un ruisseau viennent compléter ce cadre idyllique.

**ACTIVITES POSSIBLES** : Croisière sur le lac de Guerlédan, cité médiévale de Dinan, visite de la cidrerie, musée de la soie, aquarium de Saint-Malo, vélorail, piscine adaptée





**OU** : La **Chapelle d'Abondance** en Haute Savoie

**QUAND** : 15 jours du 11 au 25 août

**QUI** : 12 vacanciers de + de 30 ans

**QUOI** : Nouveauté de l'année 2010, 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, tous les éléments sont réunis pour un séjour réussi !

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

**OU** : **Logonna-Daoulas** dans le Finistère

**QUAND** : 14 jours du 3 au 16 août ou du 16 au 28 août

**QUI** : 8 vacanciers de 18 à 50 ans

**QUOI** : **Séjour mer** sur une presqu'île. Logés dans un centre nautique, les vacanciers découvriront les **côtes bretonnes** : châteaux médiévaux, villages, gastronomie, falaises et criques sableuses.

**ACTIVITES POSSIBLES** : Sorties en mer, presqu'île de Crozon, cathédrale de Quimper, Océanopolis, cinéma

**OU** : **Saint-Paul-les-Dax**

**QUAND** : 15 jours du 2 au 16 août

**QUI** : 4 vacanciers de + de 50 ans

**QUOI** : **Séjour forêt** dans les Landes et proche de l'océan Atlantique. Logés dans une ancienne bergerie rénovée au cœur d'une forêt de chênes centenaires, ce séjour s'adresse aux amoureux de la nature !

**ACTIVITES POSSIBLES** : Visites des forêts et des plages landaises, ferias, voile, ping-pong



Carte des séjours adultes pour l'été 2010

## APF Evasion en 2009, retour sur une saison réussie

Les **130 séjours** organisés par APF Evasion en 2009 ont permis à **1 318 personnes en situation de handicap** de s'évader le temps d'un séjour ! De l'Alsace à l'Equateur, de l'initiation au quad à la participation à un festival musical, les vacanciers ont eu la possibilité de choisir leurs vacances parmi une multitude de destinations et d'activités.

Cette saison, riche en rencontre et en moments forts a aussi vu l'éclosion de nombreux **blogs de séjours** ! Rédigés quotidiennement pendant le séjour, les notes permettent de se tenir informé des activités réalisées dans la journée, de découvrir les vacanciers et les accompagnateurs et de suivre en direct le déroulement du séjour !

### > Extraits des blogs de séjours :

*« Aujourd'hui les vacanciers ont pu aller visiter Grenoble; certains sont allés à la Mine Image, d'autres encore se sont baladés dans deux petits villages (Chichiliane et Trezannes). Cet après-midi, pour ceux qui sont restés sur le centre, nous nous sommes détendus avec des **massages donnés par les élèves infirmières** Solilas et Mélanie! Très sympa, très agréable, très relaxant! »*

Extrait du blog du Séjour à St Maurice en Trièves <http://stmauriceevasion.blogs.apf.asso.fr/>

*« Neuvième jour du séjour à Etueffont et nous sommes déjà allés dans la belle cité fortifiée de Belfort, au lac de Malsaucy, au spectaculaire **parc d'attraction** Europa Park, à l'immense musée national de l'automobile de Mulhouse, au Ballon d'Alsace, et bien sûr à la piscine d'Etueffont couverte et habilitée pour nous accueillir. Nous veillons aussi par petits groupes en proposant des soirées festives, des **films en plein air**, du karaoké, ou encore sortie-restaurant mais aussi des parties inoubliables de UNO, de cartes... »*

Extrait du blog du Séjour à Etueffont <http://etueffont2evasion.blogs.apf.asso.fr/>

*« Alors aujourd'hui, ceux qui ne sont pas allés à la pêche à pied hier, y vont à leur tour. Les autres en ont profité pour se reposer... Hé oui, ce soir nous étions de sortie ! C'était les **Francofolies** ! Nous avons vu Ayo, Benabar, et en plus, nous avons mangé ... des kebabs, n'est-ce pas Benjamin ?*

*On s'est tous très bien amusé !!! »*

Extrait du séjour à Angoulins <http://angoulins1evasion.blogs.apf.asso.fr/>

### > Les chiffres de 2009 :

**130 séjours de vacances** (dont 25 à l'étranger)

- 105 pour adultes
- 12 pour enfants et adolescents
- 13 pour personnes polyhandicapées (enfant et adulte)

**1 601 vacanciers partis**

- 1 318 vacanciers
- 283 vacanciers en séjours en intégration (séjours en centre de vacances ordinaires pour enfants et adolescents valides qui accueillent au sein du groupe un ou plusieurs jeunes handicapés)

**1 767 accompagnateurs bénévoles**

APF Evasion gère une dotation de l'Agence nationale des Chèques vacances (ANCV), en 2009 ce sont **1261 Aides aux Projets Vacances** (APV) qui ont permis à autant de vacanciers en situation de handicap de partir en vacances.

## Témoignages : les accompagnateurs se confient



### 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, sensibilisé 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 accompagnateur, 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<sup>e</sup> 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 en 2007.»

#### **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 : les vacanciers se livrent



### 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. Malgré mon handicap, je suis autonome et je peux aider d'autres personnes en situation de handicap. Ça me fait plaisir de pouvoir le faire.

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 ! »

## 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  
**113** structures médico-associatives  
**240** structures au service des personnes adultes  
**29** structures de travail adapté  
**1** structure d'insertion en milieu ordinaire de travail  
**32** structures Handas (handicaps associés)  
**130** séjours de vacances organisés par APF Evasion  
**770** actions de formation réalisées par APF Formation  
**530 663** donateurs (ayant fait au moins un don en 2009)  
**27 483** adhérents à jour de cotisation  
**25 000** bénévoles (dont 4000 bénévoles réguliers)

### > Les sites Internet de l'APF

Le site d'APF Evasion [www.apf-evasion.org](http://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](http://www.apf.asso.fr)

Le blog politique de l'APF : [www.reflexe-handicap.org](http://www.reflexe-handicap.org)

Le portail d'information sur les situations de handicaps moteurs : [www.moteurline.apf.asso.fr](http://www.moteurline.apf.asso.fr)

La plateforme de blogs APF : [www.blogs.apf.asso.fr](http://www.blogs.apf.asso.fr)

Le blog du magazine *Faire Face* : [www.faire-face.fr](http://www.faire-face.fr)

L'APF est également

Sur Facebook : <http://www.facebook.com/group.php?gid=2389383340>

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