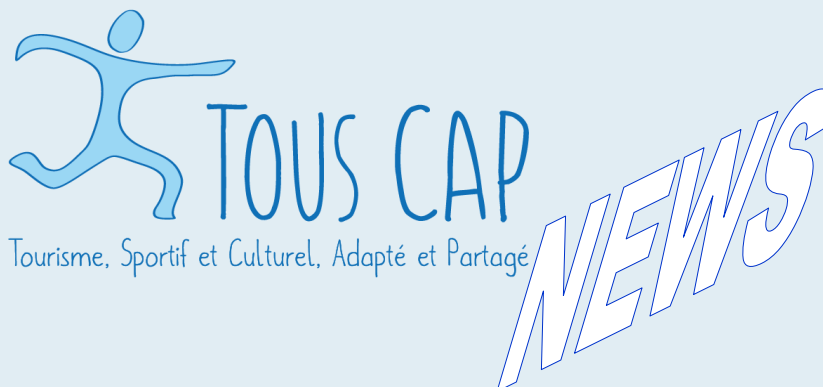


OCTOBRE 2022
N° 5



SITE INTERNET TOUS CAP

Retrouvez toute
l'actualité de l'as-
sociation sur notre
site.

-Sorties - Activités

-WE et Séjours

-Spectacles

-Événements

-Photos et Vidéos

Sans oublier



Association Tous Cap
408 rue des remparts
69400 Villefranche-sur-Saône
Contacts : 0616459873 / 0612956992
mail : touscap69@gmail.com
www.associationtouscap.com



C'EST LA RENTREE

Une nouvelle saison d'activités vient de s'achever, notamment marquée par la reprise presque « normale » des activités après une période de pandémie compliquée, LA Fête inoubliable des 10 ans de Tous Cap ainsi que les séjours d'été très réussis ayant regroupé pas moins de 76 adhérents !!

Nous voilà donc lancés dans la douzième saison d'activités de notre association.

Et, comme les années précédentes, les adhésions continuent d'augmenter avec 140 personnes en situation de handicap mental, de 15 à 73 ans, inscrites aux différentes activités/WE/séjours proposés en 2022-23.

Cette année encore, nous avons attaché une attention particulière à la proposition d'activités nouvelles, ludiques en lien avec les demandes de nos adhérents et l'engouement est une fois de plus au rendez-vous !

Nous sommes particulièrement heureux d'avoir pu proposer, après 2 ans d'absence et grâce à l'arrivée de Valérie, l'activité DANSE. Ce qui fait déjà le bonheur de 14 adhérents !

Une nouvelle activité hebdomadaire, en partenariat avec le FCVB, a vu le jour : le FOOT ADAPTE. Treize adhérents de Tous Cap ont déjà chaussé les crampons avec joie.

Pour clôturer l'année 2022, une belle fête de Noël est en préparation avec déjà plus de 100 adhérents inscrits et une trentaine de salariés/bénévoles. Au programme : repas et après-midi dansante !

Toutes ces activités et leur organisation ne seraient pas possible sans le professionnalisme et la motivation des salariés de l'association mais également grâce à l'investissement sans faille d'une vingtaine de bénévoles : un immense merci à eux !!!

Depuis sa création, notre association se veut un lieu d'échanges, de rencontre, de partage, de défis et de joie... la fidélité ainsi que l'engouement de nos adhérents, familles, bénévoles nous prouvent que ce pari est plus que réussi !

Que de beaux souvenirs depuis juillet 2011 et ceci est loin d'être fini.... Je vous souhaite à tous une excellente saison d'activités, de découvertes, de vacances, de culture, de sports, de rencontres...

Marie-Hermione DESSALLE

Directrice



Rentrée des Bénévoles

Sans nos bénévoles, maillons essentiels pour l'accueil et l'accompagnement de nos adhérents, nous ne pourrions pas proposer toutes ces activités. Nous les consultons très régulièrement et essayons de leur apporter les meilleures réponses.

Cette année, nous avons une forte demande concernant les gestes de 1er secours. Toujours apporter la meilleure réponse donc, Tous Cap a organisé la « Rentrée des Bénévoles », une journée dense mais conviviale en deux temps qui a réuni 20 bénévoles. Le matin, accueil de nos bénévoles autour d'un petit déjeuner et remise d'un cadeau de bienvenue composé d'un petit sac à dos souple Tous Cap, d'un carnet et stylo offerts par notre partenaire Caisse Epargne.

Ensuite, initiation aux gestes de secours et l'après midi, mieux connaître le handicap mental et ses spécificités. Toute cette journée, dédiée, a permis aux anciens et nouveaux bénévoles de faire connaissance et d'échanger notamment lors du repas de midi pris en commun dans le jardin de Valbeaugiraud.

Pour terminer en beauté cette journée, la traditionnelle remise des diplômes « Initiation aux gestes de 1er Secours » par Mr Caseiro, président de l'Amicale des Secouristes de Villefranche (FFSS).

Une très belle journée qui lance merveilleusement bien cette nouvelle année.

Merci à Mr Caseiro et à l'AGIVR pour la mise à disposition du Foyer Valbeaugiraud

Tous Cap ne pourrait pas proposer toutes ces activités sans l'aide de bénévoles, personnes centrales et incontournables pour le bon fonctionnement de l'association. Nous avons besoin de VOUS....

DEVENEZ

ACCOMPAGNATEUR - BENEVOLE

- **Donner** un peu de son temps, de ses compétences...
- **Aider, Améliorer** l'accompagnement des personnes en situation de handicap mental dans leur activité.
- **Contribuer** à l'épanouissement et au bien-être des adhérents de Tous Cap.
- **Partager**, faire découvrir une passion.
- **Disponible** ponctuellement ou régulièrement.
- **Être le maillon** essentiel pour le bon fonctionnement de l'association...

CONTACTEZ-NOUS

Nouvelles Activités



Football

Tous Cap a été sollicitée par le FCVB afin de créer une équipe de foot adapté. Nous savions qu'il y avait des passionnés et beaucoup de supporters lyonnais ou caladois mais des joueurs...

En juin, quelques séances « découverte du foot » avaient été proposées à nos adhérents. Après la mise en place de nouvelles séances en septembre, un groupe de 13 joueuses et joueurs (4 filles et 9 garçons) a confirmé sa volonté d'intégrer cette activité.

Donc, une équipe de foot adapté FCVB-TOUS CAP a été officialisée. Une convention de partenariat entre l'association FCVB et Tous Cap sera signée prochainement. L'équipe intègre le club. Tenues officielles pour les matches et les entraînements, séance hebdomadaire animée par Guillaume Trouillet (entraîneur FCVB) et Aymeric Briois (Tous Cap).

La volonté et l'envie d'apprendre du groupe fait espérer des possibilités de matches amicaux au printemps.

Merci à Daniel Triquet, président de l'association FCVB, à l'origine et qui soutient fortement ce projet. Merci à Guillaume Trouillet, éducateur FCVB, qui s'implique énormément pour un apprentissage adapté du football.

Danse

Après l'arrêt de l'activité suite au départ de notre chère Laura, un test « Hip-Hop » avait été proposé en fin d'année dernière car il y avait une demande des adhérents ainsi qu'une volonté de l'association de relancer cette activité très appréciée.

Pour la saison 2022-23, la Danse fait son retour. Après la recherche d'un.e intervenant.e et la rencontre de Valérie Thilinguirian, professeure de danse et danseuse professionnelle, qui a été très motivée pour animer cette activité, Tous Cap a relancé les séances hebdomadaires.

Belle réussite puisque 14 adhérents sont présents tous les lundis soirs pour pratiquer et partager la passion de Valérie.

« Tous Cap News » vous présentera Valérie et sa passion pour la danse dans son prochain numéro.

Assemblée Générale

Comme chaque année, l'association a organisé son Assemblée Générale pour revenir sur l'exercice passé et faire valider les projets à venir lors de cette nouvelle saison. Salle comble, pour ce bilan annuel, composée de nos adhérents, bénévoles, familles, représentants institutionnels et sympathisants.



Après le rapport moral présenté par notre président, Christophe Vivier, le rapport d'activités par notre directrice, Marie-Hermione Dessalle et le bilan financier par notre trésorière, Andrée Leprêtre, les représentants institutionnels sont revenus sur l'engagement et le travail des professionnels et bénévoles de Tous Cap pour la reconnaissance, l'inclusion et le bien-être des personnes en situation de handicap mental. Mais aussi pour confirmer leur soutien dans nos futurs projets.



Ensuite, la réélection à l'unanimité des membres sortants de notre CA a montré la confiance de tous pour leur travail suivie par les traditionnelles remises de récompenses à nos sportifs médaillés au championnat de France d'Athlétisme Adaptée. Cette année a été exceptionnelle avec 13 athlètes récompensés dont 3 titres nationaux individuels et 2 par équipe. Bravo aux athlètes ainsi qu'à Romain le coach et à tous les bénévoles-accompagnateurs.

Enfin, moment solennel avec une remise « spéciale » car l'association a 10 ans et nous souhaitons mettre à l'honneur les adhérents de la première heure et qui le sont sans discontinu. 10 adhérents ont ainsi reçu une photo prise lors de cette première année. Belle surprise et belle ovation pour ses fidèles adhérents.

Remerciements pour leur présence et leur soutien à Mr Portier - député, Mr Perrut - conseiller régional et Mr Jambon - adjoint au maire en charge des sports et conseiller délégué Agglo. Merci à la mairie de Villefranche pour la mise à disposition de la salle.



Athlétisme

Après 2 séances d'entraînements et comme tous les ans, une première compétition était au programme de notre reprise. Les 8 et 9 octobre, 18 athlètes et 6 accompagnateurs sont partis à Marseille pour participer à la 38ème course de l'intégration Algernon.

Quelle joie de participer à nouveau à cette belle manifestation sportive !!

Arrivés dès le samedi pour profiter à fond des festivités proposées, tout le monde a pu profiter des animations gratuites : basket, parcours pompiers, pédaler pour fabriquer son smoothie, tir à l'arc les yeux bandés, etc....

Après un diner pas très....sportif, une nuit reposante à l'hôtel et un petit déjeuner bien copieux, nos sportifs étaient prêts à parcourir les 5km le long de la corniche; chacun à son rythme en marchant ou en courant. Pas moins de 6000 personnes étaient réunies pour participer à cette événement !

Bravo à tous nos coureurs qui ont réussi leur pari et ont passé la ligne d'arrivée avec un immense sourire aux lèvres, des étoiles pleins les yeux mais également quelques courbatures....

Une mention spéciale à Romain pour sa course sur 5km. Notre athlète a fini 8ème sur 1365 inscrits valides et handicaps confondus. 17'20 à 35 secondes du podium. Très belle performance.



Théâtre

Tous Cap sur les planches



Quelle belle rentrée pour notre troupe « Les Youkalis ». Après une année de découverte, d'échanges et de répétitions, nos comédiens ont été conviés à une représentation, le 30 octobre, en clôture du Festival Terre de Scènes qui se déroulait au théâtre de Villefranche. Que d'émotions de se produire sur une vraie scène, devant un large public et toutes les troupes qui ont participé au festival. Carine, notre metteuse en scène accompagnée de Marie, Corentin et Jean-Christophe ont préparé et joué une création écrite par Carine et « revisitée » par les comédiens.. Il manquait juste sur scène Odile, bénévoles, qui a secondé Carine toute l'année dernière et à qui l'on souhaite un bon rétablissement. Merci à toute la troupe Les Youkalis



Charente

Du 30 juillet au 19 août, 15 adhérents et 3 accompagnateurs sont partis à Eymouthiers en Charente pour 3 semaines de vacances sportives.

Au programme, activités sportives telles qu'escalade, paddle, tir à l'arc encadrées par des moniteurs diplômés et bienveillants envers nos adhérents. De bons moments de découverte et de dépassement de soi en toute sécurité !

Mais également de nombreuses autres activités telles que visite d'une miellerie, d'un moulin, d'un musée gallo-romain, randonnée, baignade...sans oublier les incontournables bals de l'été !



Un super séjour dans un lieu magnifique en pleine campagne !!

Val Do Ré

Bowling, ferme pédagogique, croisière, visite d'un moulin... furent quelques-unes des activités proposées lors de notre séjour de trois semaines au cœur de la Loire. C'est avec beaucoup d'enthousiasme que nous avons pu profiter de la piscine du Gîte VALDORE pour reposer nos pieds après les promenades ou tout simplement s'amuser.



Mezenc

C'est avec un magnifique soleil que nous avons passé quinze jours au sein des Chalets du Mezenc. Nous avons profité des montagnes pour observer les marmottes, faire de la cani-rando et de la luge d'été. Ce séjour fut propice au dépaysement notamment grâce aux activités relaxation et danse proposées par nos animateurs. Nous remercions l'accueil des professionnels du chalet ainsi que nos bénévoles et animateurs qui ont fait rayonner le sourire de nos adhérents.



Entre le 27 juin et le 25 juillet, 22 adhérents et 8 accompagnateurs ont pu profiter d'un séjour au calme dans le village de Sainte Marie La Blanche en Côte d'Or.

Au programme : visite de Beaune et ses vignobles à bord du visiotrain, visite d'un parc animalier, pétanque, balade, bowling, restaurant, cuisine....



Beaune

