AMH

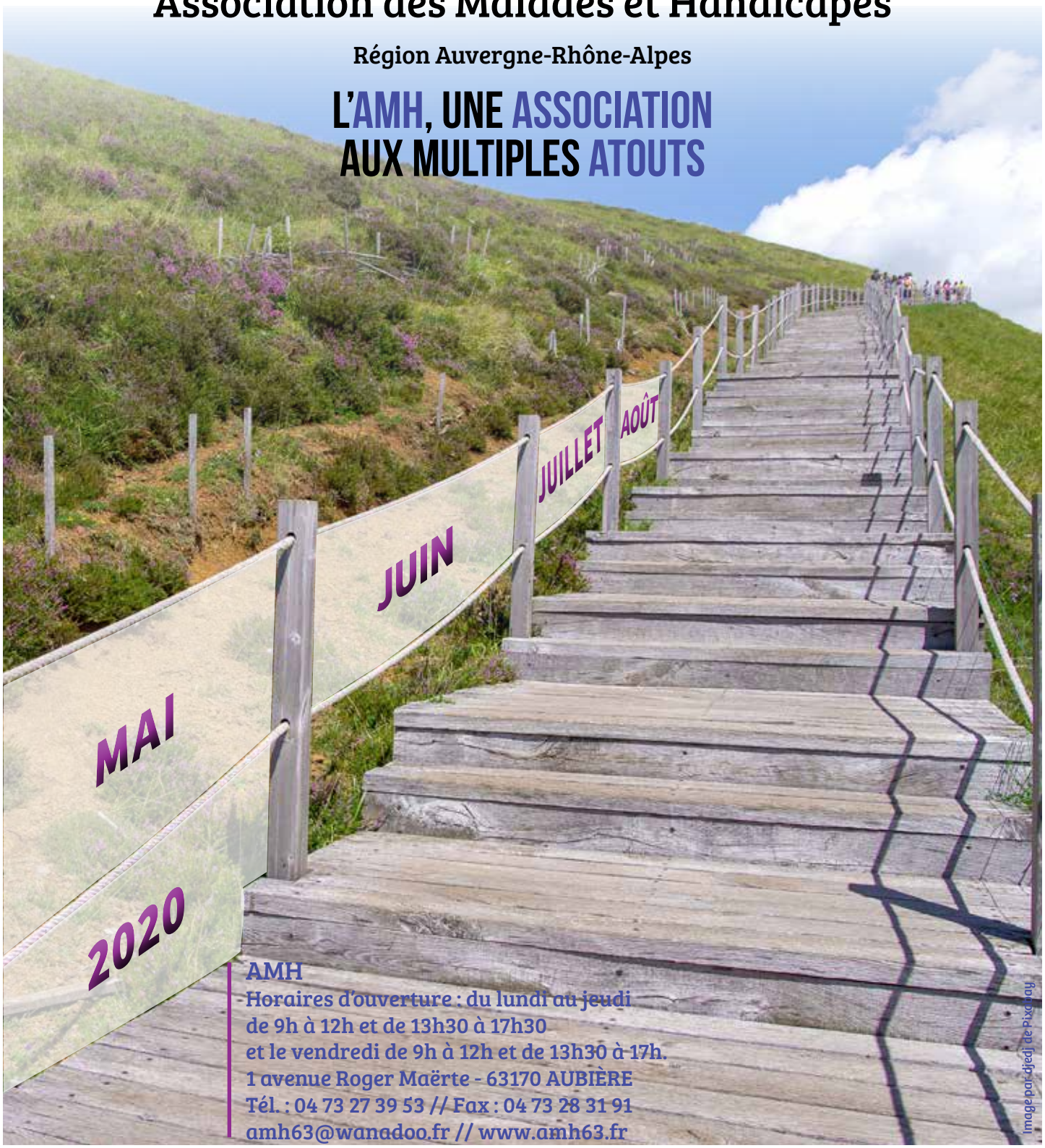
Maladie, Handicap et Solidarité

S'UNIR *pour vivre*

Association des Malades et Handicapés

Région Auvergne-Rhône-Alpes

L'AMH, UNE ASSOCIATION AUX MULTIPLES ATOUTS



AMH
Horaires d'ouverture : du lundi au jeudi
de 9h à 12h et de 13h30 à 17h30
et le vendredi de 9h à 12h et de 13h30 à 17h.
1 avenue Roger Maërte - 63170 AUBIÈRE
Tél. : 04 73 27 39 53 // Fax : 04 73 28 31 91
amh63@wanadoo.fr // www.amh63.fr

Image par djedj de Pixabay

Sommaire

Edito 3
Recettes de saison 4
La vie de l'Association 5
Planning d 'animation 6

FENÊTRE SUR..
Les événements qui rassemblent 7
Tourisme et handicap 8
Tous en vacances 9
L'AMH une association ouverte à tous 10
Conférence/Débat 11
Journée/Événement 11

La vie des Antennes 12
Les prestations sociales 13
Actualités Sociales 14
Détente & Jeux 16
Matériel médical 17
Forfaits et Annonces 18
Cotisations et Solutions des jeux 19

S'UNIR pour vivre
Région Auvergne Rhône Alpes
Quadrimestre de l'Association des Malades et Handicapés

Rédaction-Administration-AMH
1 avenue Roger Maërte-63170 AUBIÈRE
Téléphone : 04-73-27-39-53 / Fax : 04-73-28-31-91
Email : amh63@wanadoo.fr
Site internet : www.amh63.fr

CCP A.M.H. CLERMONT-FERRAND 486 76 R

Directeur de la publication : Daniel ROULET

Mise en Page/Impression :
Print Conseil- 28 avenue Jean Moulin- 63540 ROMAGNAT

ISSN 2100-1499

BÉNÉVOLE, UN INVESTISSEMENT MAJEUR

La France est un pays d'une grande richesse au niveau du bénévolat. Selon une étude du Centre de Recherches de Nantes, en 2019, 22 millions de bénévoles soit 42% de la population sont impliqués, dans notre pays, au sein de 1 100 000 Associations.

Le bénévole exerce, au sein d'une structure à but non lucratif, une activité militante, non rétribuée, librement choisie (Associations, ONG, Partis politiques, Syndicats...). Les champs d'intervention sont divers : culture, loisirs, éducation, santé, action sanitaire, sociale ou humanitaire, environnement... Le bénévolat est tout naturellement une action de solidarité envers autrui. C'est une force majeure enrichissant la société. Il contribue à l'épanouissement personnel, au développement des compétences individuelles et collectives, à la prise de responsabilités, à l'affirmation du lien social et de la cohésion de notre société, notamment en direction des personnes en situation délicate ou précaire. Le bénévolat a aussi une valeur économique marquée, en raison des ressources dégagées par les activités. L'AMH a le plaisir et la chance d'avoir une forte équipe de bénévoles motivé(e)s, efficaces et disponibles tant au siège de l'Association qu'au sein des deux antennes de Cournon et d'Issoire. Les bénévoles prennent toute leur place dans nos instances de responsabilité (Conseil d'Administration, Bureau, Commissions), dans l'animation, comme participant(e)s ou comme accompagnant(e)s, dans la représentation de l'AMH dans toutes instances communales, intercommunales, départementales (Commissions d'accessibilité, CCAS, Tourisme et Handicap, MDPH, CDCA...) Pensons aux rôles importants assurés par les 4 salarié(e)s : Orlane, Sophie, Franck, Joaquim. Qu'ils soient chaleureusement remerciés pour leur implication, leurs compétences, leur esprit d'équipe et leur cohésion. C'est encore plus vrai dans la période sanitaire difficile que traverse notre pays. Si des adhérent(e)s veulent rejoindre l'équipe des bénévoles, ils sont les bienvenus. Ils adressent leur demande au siège de l'AMH. Notre volonté collective est ferme. Mieux affirmer encore l'AMH dans tous les champs de ses compétences. Nous comptons sur chacune et chacun.

Cournon, le 18 mars 2020
Jean-Claude MONTAGNE

RECETTES *de saison*

LE BONHEUR EST DANS LA CUISINE - PAUL BOCUSE

Mai

TAPENADE D'ASPERGES

Laver les asperges, et les peler à l'aide d'un économe pour enlever les fibres dures. Dans une casserole d'eau portée à ébullition, plonger les asperges pendant 20 minutes. Les égoutter et les mettre dans un mixer avec l'huile d'olive ainsi que le sel et le poivre. Mixer jusqu'à obtenir la consistance souhaitée et réserver au frais avant de servir.

Juin

MELON

Couper le melon en 8 parts. Passer le couteau le long de la tranche, puis la découper. Servir le melon frais avec une tranche de jambon cru.

Juillet

AUBERGINE À LA PARMESANE

Couper les aubergines en tranches assez fines. Les faire dégorger 30 minutes (les saupoudrer de sel). Dans une poêle, faire chauffer de l'huile d'olive et y dorer les tranches d'aubergines de chaque côté. Baisser le feu et laisser-les s'attendrir. Dans un plat allant au four, étaler la sauce bolognaise sur le fond, saupoudrer de parmesan et étaler une couche d'aubergine. Recommencer l'opération autant de fois que nécessaire, terminer par la sauce bolognaise.

Août

La vie de l'ASSOCIATION

RENDEZ-VOUS DE L'ASSOCIATION

- **SECRÉTARIAT**
  Du lundi au jeudi de 9h à 12h
  et de 13h30 à 17h30
  Le vendredi de 9h à 12h et de 13h30 à 17h
  secretariat.amh63@orange.fr
- **SERVICE MATÉRIEL MÉDICAL**
  Du lundi au jeudi de 9h à 12h
  et de 13h30 à 17h30
  Le vendredi de 9h à 12h et de 13h30 à 17h
  materiel.amh@orange.fr
- **SERVICE SOCIAL**
  servicesocial.amh@orange.fr
  Permanences sociales les vendredis matins uniquement sur RDV
- **SERVICE ANIMATION**
  Du lundi au jeudi de 9h30 à 12h
  et de 13h30 à 17h30
  Le vendredi de 9h à 12h et de 13h30 à 17h
  animation.amh@orange.fr

  Le service animation vous propose :
  Atelier Informatique, les mardis de 14h à 17h
  Ateliers Gym Douce et Gym Ludique
  Atelier Création
  Atelier Jeux
  Atelier Mémoire
  Atelier Cuisine (sur inscription uniquement)
  Sorties

INFORMATIONS

ACCESSIBILITE/CCAS

Les Conseils d'Administration des Centres Communaux d'Action Sociale ainsi que les Commissions Communales et Intercommunales d'Accessibilité (plus de 5 000 habitants dans les 2 cas) vont être renouvelés après les élections. Merci aux adhérentes et adhérents qui souhaitent représenter l'AMH, au sein de ces instances, de transmettre, par écrit, leur proposition de candidature au siège de l'Association.

CONSEIL D'ADMINISTRATION

Le Conseil d'Administration de l'AMH propose aux adhérent(e)s, non élu(e)s , qui le souhaitent de participer aux travaux du CA, à titre consultatif, jusqu'à la prochaine Assemblée Générale élective. Pour cela, ils adressent par écrit leur candidature au secrétariat de l'AMH. Elles seront examinées par le CA avant d'être soumise à l'Assemblée Générale.

AGENDA

Reportés à une date ultérieure

- **SAMEDI 16 MAI**
  Assemblée Générale 10h à l'AMH
- **MARDI 2 JUIN**
  Conférence sur le climat
  par Jean-François MEZEIX à l'AMH

Événements soumis aux directives gouvernementales

- **JEUDI 25 JUIN**
  Repas d'été Barbecue party
- **JEUDI 9 JUILLET**
  Handilud
- **MERCREDI 15 JUILLET**
  Journée évasion à St Nectaire, Les Baladins et Les fontaines Pétrifiantes
- **MARDI 4 AOÛT**
  H Park/ Bowling
- **JEUDI 6 AOÛT**
  Journée évasion à Chambon s/ Lac, Ferme de l'oiseau, pique-nique au lac et baignade

Retrouvez toutes nos informations et activités sur notre site internet **www.amh63.fr**

PLANNING *d'animation*

MAI

Par mesure de précaution,
toutes les animations du mois sont annulées.

JUIN

LUNDI 14h-17h	MERCREDI 14h-17h	JEUDI
1 GYM DOUCE	3	4 CUISINE/CCAS 9h30 JEUX
8 GYM LUDIQUE	10 SORTIE MEMPHIS/BOWLING	11 ATELIER MEMOIRE 14h
15 GYM DOUCE	17 PÂTISSERIE avec ALSH	18 PIQUE NIQUE AU JARDIN/CCAS
22 GYM LUDIQUE	24 CREATION	25 REPAS D'ÉTÉ 12h

JUILLET

LUNDI	1	CINÉ DÔME : Film SOUL 2,50 € la place (10 places maxi sur réservation)
JEUDI	9	HANDILUD (voir article dans le journal)
MERCREDI	15	SAINT-NECTAIRE Restaurant Les Baladins et les Fontaines Pétrifiantes
JEUDI	16	JARDIN avec le CCAS Horaires à confirmer
LUNDI	27	GYM DOUCE 14h - 17h
JEUDI	30	CUISINE ET JEUX 9h30 - 17h

AOÛT

MARDI	4	SORTIE H PARK/BOWLING
JEUDI	6	CHAMBON S/ LAC : Ferme de l'oiseau + Pique-nique au lac et Baignade
LUNDI	10	GYM LUDIQUE 14h - 17h
JEUDI	13	CUISINE/CCAS 9h30 - 14h

Juin - Juillet - Août :
sous réserve des directives gouvernementales.

TOUTES LES SORTIES SONT SUR RÉSERVATION AUPRÈS D'ORLANE

LES ÉVÉNEMENTS QUI RASSEMBLENT

Le repas de Noël du 19 décembre a réuni 52 personnes autour d'un repas cuisiné et servi par Les Jardins de Saulzet.

« Quoi de plus agréable que de se retrouver autour d'une bonne table, encore un bon moment de convivialité à l'occasion du repas de fin d'année. Et pour clôturer ce bon moment, nous avons le droit à un super spectacle orchestré par Orlane » Michel

« Très bien nous avons bien mangé, l'ambiance était bonne » Adrien
« La réaction des gens à la fin du spectacle m'a émue » Angéline
« Il y avait une bonne ambiance, j'ai aimé participer au spectacle » Julien

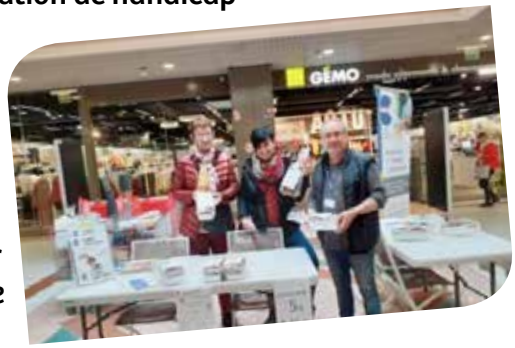
Le Goûter des Bénévoles a rassemblé le 14 janvier dernier, plus de 55 personnes. Ce rendez-vous autour de la traditionnelle galette est l'occasion de faire le point sur les évènements organisés par l'AMH.

« C'est une belle occasion de tous se retrouver » Andrée

« C'est la première année que je participais. J'ai beaucoup aimé l'organisation et l'ambiance même si je n'ai pas tout compris au niveau du bilan des manifestations. Cela m'a permis de rencontrer tous les bénévoles et de faire connaissance avec ceux que je ne connaissais pas » Angéline

« Pour moi aussi c'était mon 1er Goûter, je trouve que c'est une très belle démarche de la part de l'Association, cela permet de non seulement fédérer les bénévoles entre eux mais aussi et surtout de valoriser leur implication au sein de l'AMH. Sans eux l'Association n'existerait tout simplement pas »

Du 9 au 15 mars, **la Semaine Nationale** des personnes en situation de handicap physique et sa traditionnelle vente de brioches, a très bien fonctionnée. Depuis plusieurs décennies, les bénévoles, les adhérents et les salariés de l'AMH arpentent les marchés et font fonctionner leurs contacts pour vendre des brioches au profit de l'Association.



1777 brioches ont été vendues ! Félicitations à tous...

Retrouvez toutes nos informations et activités sur notre site internet **www.amh63.fr**

FENÊTRE *sur...*

TOURISME & HANDICAP

Créée en 2001, **la Marque Nationale Tourisme & Handicap**, marque de l'Etat Français, a pour objectif d'apporter une information fiable, descriptive et objective de l'accessibilité des sites et équipements touristiques en tenant compte des 4 types de déficiences : auditive, mentale, moteur, visuelle et de développer une offre touristique adaptée.

Les Sites Touristiques
Ouverts à tous

Désormais, dans les brochures touristiques et les sites internet des structures en charge de la promotion, ce symbole indique que le professionnel du tourisme concerné a entrepris une démarche **VOLONTAIRE** d'accueil des publics ayant des attentes particulières liées à une déficience.

Tout ce qui a été mis en œuvre pour accueillir le vacancier ou le visiteur en situation de handicap s'avère très utile à tous... Les familles avec de jeunes enfants apprécieront l'espace et le confort des hébergements accessibles aux personnes à mobilité réduite, les personnes âgées seront séduites par la qualité de l'éclairage, de l'acoustique et tous les éléments déployés pour les personnes ayant une spécificité visuelle ou auditive.

Les sites touristiques et les prestations qui ont obtenu la Marque Nationale Tourisme & Handicap sont des sites touristiques **OUVERTS À TOUS** où tout est fait pour que chacun trouve sa place, vive de bonnes vacances, apprécie visites et activités, animations et festivités, confort de l'hébergement et qualité de la restauration.

En préparant vos vacances, ayez le réflexe, recherchez ce symbole :

LIENS UTILES POUR CONNAÎTRE LES SITES TOURISME ET HANDICAP :

- **Dans le Puy-de-Dôme :**

Conseil Départemental du Puy-de-Dôme **www.planetepuydedome.com**

- **En Auvergne Rhône-Alpes :**

Auvergne Rhône-Alpes Tourisme **www.auvergnerhonealpes-tourisme.com**

Sophie GIORDANO

TOUS EN VACANCES, VACANCES POUR TOUS ?

Pour ce numéro, plusieurs adhérents ont accepté de partager leur ressenti au travers de leurs expériences de séjours afin de mettre en lumière la réalité de l'accès aux loisirs lorsque l'on est en situation de handicap.

Nous avons pu constater ensemble que dès lors que le handicap n'engendre pas de problèmes moteurs il est plus aisé d'avoir accès aux loisirs de son choix. Ainsi Adrien et Chloé, qui partent régulièrement en vacances en famille, gardent de très bons souvenirs de leurs différents séjours. Chloé nous rapporte : *« l'été dernier, je suis partie dans le Cantal avec ma maman et un ami. J'ai toujours de bons souvenirs de mes vacances »*. Quant à Adrien, il assume pleinement son plaisir de liberté et d'évasion : *« J'aime bien bouger, mais pas en camping. Je vais souvent voir les marchés de Noël en décembre. »* Et lorsqu'on lui demande ses meilleurs souvenirs, il évoque des voyages en Turquie, en Tunisie et au Maroc.

Nous profitons de cette évocation au voyage pour chercher tous ensemble les conditions pour prendre l'avion avec un fauteuil roulant. Nous avons trouvé les conseils d'une handivoyageuse sur le site skyscanner.fr qui prodigue 10 conseils parmi lesquels : éviter les correspondances ou encore prendre son fauteuil en photo avant l'embarquement. Il est également précisé que le transport des équipements médicaux est toujours gratuit même chez les compagnies lowcaost. Bref, voyager avec un fauteuil est possible mais cela nécessite une organisation non négligeable. Marie-Anne nous rapporte qu'elle-même a déjà pris l'avion jusqu'en Grèce avec son fauteuil et que tout s'est toujours bien passé. Elle précise tout de même l'importance de l'anticipation et cela n'est pas valable qu'en avion. *« Nous on anticipe tout. Mon mari regarde sur internet les sorties que je peux faire avec le fauteuil. Cependant il faut souvent téléphoner parce que tout n'est pas indiqué sur internet. »*

L'anticipation est le maître mot des vacances lorsque l'on est en situation de handicap. Isabelle, la maman de Mandy, nous évoque son souvenir du Mont St Michel *« On pensait que depuis le temps, tout était accessible, mais pas du tout, rien n'est adapté. Nous avons fait 300 mètres et puis c'est tout. Nous avons dû monter les escaliers en portant Mandy et le fauteuil. On se rend compte que l'on n'anticipe pas assez. »* Et quelquefois, même en étant prévoyant, on peut être déçu. C'est le cas d'Angéline qui est partie en séjour adapté à Argelès s/ Mer : *« j'étais très déçue parce que je n'ai pas pu tout faire, les moniteurs ont refusé de m'emmener en kayak, je n'ai pas profité du bivouac. »*

Anticipation et/ou adaptation. C'est le cas de Julien : *« J'ai acheté un vélo adapté [vélo pousseur ndlr] pour pouvoir faire du vélo avec mes parents et je suis très content. J'ai fait la voie verte du Canal du Berry. »* Marie-Anne a également testé le principe du vélo adapté [vélo suiveur ndlr] qu'elle a loué sur l'Ile de Ré. Des adaptations et des équipements existent donc, mais *« cela peut aussi engendrer un surcoût »* précise Marie-Anne. Isabelle, la maman de Mandy, évoque également les mobil-homes PMR en précisant : *« par contre, à chaque fois, c'est la chambre double qui est adaptée, pas celle des enfants. »*

Que ce soit à Nancy, en Alsace, à Montluçon, dans le Cantal, sur l'Ile de Beauté ou l'Ile de Ré, chacun garde quand même de bons souvenirs de vacances. C'est dans cet esprit de partage que tous les auteurs de cet article vous souhaitent donc d'agréables séjours, adaptés ou non, de belles balades, de jolies visites et surtout d'enrichissantes découvertes.

Pour des informations complémentaires n'hésitez pas à faire appel au label Tourisme et handicap :

- www.entreprises.gouv.fr/tourisme-handicap (moteur de recherches de sites labellisés)
- www.tourisme-handicaps.org/les-labels/les-sites-labellises/ (site qui répertorie plusieurs liens internet en lien avec le tourisme et le handicap)

Orlane GOILLOT

Avec la participation active de : Chloé BERTOLINO, Marie-Anne BOUFFARD, Julien BOUQUET Angéline LAPORTE, Adrien MOULIN, Isabelle et Mandy PITELET

FENÊTRE *sur...*

L'AMH UNE ASSOCIATION OUVERTE À TOUS ET POUR TOUS

L'Association des Malades et Handicapés se veut ouverte sur l'extérieur et met tout en oeuvre pour développer divers partenariats. Dans cette démarche deux grands axes de collaboration sont mis en place. D'une part, l'AMH est signataire de plusieurs conventions de type « professionnel » et d'autre part, elle est actrice de deux projets d'animation avec des structures extérieures.

Dans le cadre des collaborations professionnelles, l'Association est signataire de 6 conventions (APAMAR, NOVAVIE, l'Association Française contre les Myopathies, la Caisse Primaire Assurance Maladie du Puy-de-Dôme, l'Aide à Domicile en Milieu Rural et l'Institut Médico Educatif Clairefontaine).

Dans une volonté de toujours faciliter l'accès à tout et pour tous, une convention vient également d'être signée avec l'Agence Nationale du Chèque Vacance, afin de proposer aux adhérents de l'Association des séjours accessibles à des prix avantageux.

Un fonctionnement inter-associatif est également en place depuis plusieurs années via la mise à disposition de la grande salle à l'Association Micr'Aub (club informatique d'Aubière qui se réunit tous les mardis matin) ainsi qu'à l'ADMR qui organise une fois par trimestre des goûters festifs.

Le pôle animation est lui aussi un moteur de cohésion. Un jeudi sur deux, l'AMH et le Centre Communal d'Action Sociale de la ville d'Aubière co-animent un atelier cuisine. Le projet « tous au jardin, tous en cuisine » est né en septembre 2016 et voilà maintenant, presque 4 ans, qu'une étroite collaboration entre Laurine Muller (Conseillère en Économie Sociale et Familiale au CCAS), David Blondelle (Jardinier Animateur au CCAS) et l'animatrice de l'AMH s'est mise en place. La volonté des trois porteurs de projet est de créer du lien avec comme supports médiateurs la préparation des repas, la dégustation et le jardinage. Le projet s'appuie sur « Le Jardin pour Tous » du CCAS qui fournit une partie des légumes nécessaires à l'élaboration des repas et sur l'espace cuisine pédagogique de l'AMH. Ce sont des temps très fédérateurs où chacun a su trouver sa place. Au fil du temps des « Ateliers Familles » ont été proposés sur les périodes de vacances scolaires afin de réunir les familles accompagnées par le CCAS et les adhérents de l'AMH, le tout sur des thèmes variés (ex : Halloween, Crêpes Party, Chasse à l'œuf...).

Puisqu'il est bien connu que les mets rassemblent et « que rien ne remplace ces moments où des amis se retrouvent, partagent leurs idées, leurs rêves, leurs repas » (Amin Maalouf Les désorientés), l'AMH se fédère également en cuisine avec le centre de loisirs d'Aubière. Un mercredi par mois, l'animateur Thibault Longeac accompagné de plusieurs enfants des écoles Beaudonnat et Vercingétorix, rejoignent les locaux de l'Association pour un atelier pâtisserie. Sablés de Noël, gâteaux au yaourt, crêpes... chacun se mélange, se rencontre, échange et une fois de plus l'alchimie fonctionne. Les petit(e)s Aubièrois(es) sont par ce biais sensibilisé(e)s au handicap et les adhérents de l'AMH sont valorisés dans leurs démarches pédagogiques à l'égard de ces derniers.

En somme, toute volonté d'inclusion commence et se poursuit dans une démarche d'ouverture, de partage, de cohésion et d'équité. Et c'est au travers de tous ces partenariats divers et variés que l'AMH continue d'œuvrer pour une société toujours plus libre, et égalitaire.

Orlane GOILLOT

CONFÉRENCE / DÉBAT - ÉVÉNEMENT REPORTÉ À UNE DATE ULTÉRIEURE

CHANGEMENT DU CLIMAT - LA TRANSITION ÉNERGÉTIQUE NÉCESSITÉ POUR L'HUMANITÉ MAIS AUSSI ENJEU LOCAL

La conférence va porter sur le réchauffement très rapide et déjà là du climat de la Terre de +1,1°C en un siècle, dû aux gaz à effet de serre émis par les activités humaines. En 2100 la température atteindrait +5 °C si on continue d'émettre comme actuellement. D'où la nécessité d'agir vite aussi bien au niveau international qu'au niveau local afin de réduire d'au moins 40% les gaz à effet de serre d'ici 2030 et d'atteindre la neutralité carbone pour 2050. Que pouvons-nous faire collectivement concrètement ? Des exemples d'actions locales seront présentés.

L'humanité est face à son destin. Réussir la transition énergétique, aux multiples enjeux internationaux, économiques, sociétaux, migratoires, philosophiques et de biodiversité, et en faire une aventure humaine passionnante et pleine d'espoir pour le XXIe siècle devient notre avenir. Il y a urgence d'agir.

Jean-François MEZEIX
physicien de l'atmosphère, Dr. en sciences

JOURNÉE / ÉVÉNEMENT - SOUS RÉSERVE DES DIRECTIVES GOUVERNEMENTALES

« IL FAUT JOUER POUR DEVENIR SÉRIEUX » ARISTOTE

Le jeu est un outil médiateur qui permet à la fois de fédérer et d'émanciper les individus. C'est un outil qui permet de travailler la mémoire, la logique, la stratégie et qui développe à la fois l'esprit d'équipe et la notion de challenge.

Il est également intéressant de rappeler l'origine du mot Handicap. Il provient de l'anglais « Hand In Cap », qui signifie la main dans le chapeau. Cette expression du XVIe siècle désignait un jeu qui consistait à s'échanger des objets à l'aveugle en tirant au sort dans un chapeau.

La volonté est de créer une journée évènement axée sur les notions de jeu et de handicap, d'où le nom d'Handilud.

Le but est d'offrir un espace de sensibilisation sur le handicap à travers la médiation ludique. Que les participants puissent repérer les différentes formes de handicap mais aussi que les personnes, elles-mêmes porteuses de handicap puissent découvrir les possibilités qui s'offrent à elles concernant l'accès au jeu.

Orlane GOILLOT

La vie des ANTENNES

COURNON

ASSEMBLÉE GÉNÉRALE DU 10 FÉVRIER 2020

L'Assemblée Générale s'est tenue le lundi 10 février salle Anne Sylvestre à partir de 14 H sous la présidence de Jules Buche, Président de l'Antenne.

Jean-Claude Montagne, Président Départemental de l'A.M.H. était présent ainsi que Madame Irène Chandezon représentant Monsieur le Maire de Cournon.

En prenant la parole, Jules Buche remercie chaleureusement les deux invités ainsi que nos adhérents présents .Après avoir présenté les objectifs de l'Antenne à l'encontre de ses adhérents, il tient à remercier la municipalité pour son aide tout au long de l'année. Un moment d'émotion avec le rappel de la disparition d'Octave Villechalane, homme de coeur et adhérent fidèle et le décès de notre doyenne Marceline Violet.

Notre trésorière présente les comptes 2019 qui sont validés à l'unanimité.

Les activités 2019 sont détaillées par Jean Lobeau, qui remplace au pied levé Marie-Nöelle Rey absente pour raisons de santé. Pour l'Antenne : repas au restaurant, loto, sorties, goûter de Noël. Et pour Aubière, vente de brioches, aide aux braderies et au loto.

Prévisions des activités 2020 : 2 repas au restaurant, le premier le 9 mars 2020 au « Trois Gourmands » et le deuxième en septembre. 2 sorties – mai-juin et septembre-octobre, vente de brioches et bien sûr goûter de Noël. Pour les sorties, les adhérents sont invités à soumettre leurs souhaits.

Irène Chandezon fait part à l'assemblée de son départ puisque la mandature s'achève mais elle continuera à nous suivre. Merci à elle pour tout le travail effectué et le soutien apporté, nous lui donnons rendez-vous le 9 mars au restaurant.

Jean-Claude Montagne nous parle de l'accessibilité à Cournon où il siège pour le compte du CDIPH (Commission des Droits et de l'Intégration des Personnes Handicapées) : Proposition d'établir une charte de l'accessibilité sur la commune, bandes de guidage entre les places de stationnement et les entrées des bâtiments etc.

Le Président invite les personnes présentes à venir boire le verre de l'amitié et continuer d'évoquer les problèmes rencontrés dans la vie quotidienne notamment ceux liés à Moovicité.

LOTO

Le lundi 18 novembre 2019, nous nous retrouvons à la salle Anne Sylvestre pour notre traditionnel loto qui permet de passer un bon moment ensemble.

Tout le monde repart avec le lot gagné au tirage ou le « petit quelque chose » à choisir pour ceux qui n'ont pas eu de chance avec les numéros.

Un petit goûter permet de clore agréablement l'après-midi et l'on se donne rendez-vous pour le prochain cri « quine ».

GOÛTER DE NOËL

Le 16 décembre 2019 à la salle Anne Sylvestre, c'est une atmosphère de fête qui nous accueille !

Les tables rouges et vertes avec leur décoration, les surprises posées à côté des verres, tout le monde est prêt pour tenir sa cuillère et déguster la buche de Noël !

Mais bientôt, quelques notes de musique résonnent et le répertoire choisi nous permet de donner de la voix. Un air de java, un chant de Noël, tout y passe pour notre plus grand plaisir Un grand merci à nos musiciens.

Le Président, en clôture, souhaite à tous de passer de bonnes fêtes et... rendez-vous l'année prochaine.

PRESTATIONS au 1er mai 2020

PENSIONS D'INVALIDITE (P.I.)

1° catégorie : 30 % du salaire moyen des 10 meilleures années soit entre Minimum : 292,80 €/mois et Maximum : 1 028,40 €/mois

2° catégorie et 3° catégorie : 50 % du salaire moyen des 10 meilleures années soit entre Minimum : 292,80 €/mois et Maximum : 1714,00 €/mois

Montant MTP : 1 121,93 €/mois.

ALLOCATION AUX ADULTES HANDICAPES (A.A.H.)

Montant de l'AAH : 900 €/mois

Plafond de ressources :

	Annuel	Trimestriel
Pers. seule	10800 €	2700 €
Couple	19548 €	4887,00 €
Par enf. suppl.	+ 5400 €	+ 1350 €

Complément de ressources : 179,31 €/mois

Majoration pour Vie Autonome : 104,77 €/mois

ALLOCATION COMPENSATRICE TIERCE PERSONNE (A.C.T.P.)

Montant : entre 448,77 € et 897,54 € / mois

Plafond annuel de ressources : plafond de l'AAH majoré de l'allocation. Majoration départementale possible.

PRESTATION DE COMPENSATION

Aide humaine :

- 14,04 €/h maximum pour emploi direct
- 15,44 €/h maximum pour service mandataire
- 17,77 €/h maximum pour service prestataire
- 3,94 à 5,91 €/h pour les aidants familiaux
- Forfait cécité : 676,00 €
- Forfait surdité : 405,60 €

Aide technique : 3 960 € pour 3 ans

Aménagement du logement : 10 000 € / 10 ans

Aménagement du véhicule : 5 000 € pour 5 ans

Charges spécifiques : 100 € par mois

Charges exceptionnelles : 1 800 € pour 3 ans

Aide animalière : 3 000 € pour 5 ans

ALLOCATION D'EDUCATION DE L'ENFANT HANDICAPE (A.E.E.H. - JUSQU'À 20 ANS)

Allocation de base : 132,21 €/mois

Montant mensuel des compléments (a) et de la majoration spécifique pour parent isolé (b)

	1e cat	2e cat	3e cat	4e cat	5e cat	6e cat
(a)	99,16	268,55	380,11	589,04	752,82	1121,92
(b)	-	53,71	74,37	235,50	301,31	442,08

ALLOCATION PERSONNALISEE D'AUTONOMIE (A.P.A.)

A domicile : Montant maximum par mois

GIR1	GIR 2	GIR 3	GIR 4
1742,34 €	1399,03 €	1010,85 €	674,27 €

En Etablissement : Tarif dépendance de l'établissement correspondant au degré d'autonomie de l'allocataire, diminué de sa participation financière.

Minimum vieillesse : 903,20 € (personne seule) ou 1 402,22 € (pour couple).

AIDE JURIDICTIONNELLE

Plafonds de ressources mensuelles :

Aide juridictionnelle totale : 1 043 €

Aide juridictionnelle partielle : 1 564 €

Majoration : 188 € pour les 2 premières personnes à charge + 119 € à partir de la 3ème

COUVERTURE MALADIE UNIVERSELLE

Plafond de ressources mensuelles en Euros

CMU complémentaire et aide médicale d'Etat :

1 pers	2 pers	3 pers	4 pers	+ pers
746,00 €	1119,00 €	1343,00 €	1566,00 €	+298,37 €

Complémentaire Santé Solidaire :

Plafond CSS sans participation financière

1 pers	2 pers	3 pers	4 pers	+ pers
745,91 €	1118,83 €	1342,66 €	1566,41 €	+298,33 €

Plafond CSS avec participation financière

1007,00 €	1510,50 €	1812,58 €	2114,66 €	+402,83 €

Montant mensuel de la participation financière par bénéficiaire :

≤29 ans	30 à 49 ans	50 à 59 ans	60 à 69 ans
8,00 €	14,00 €	21,00 €	25,00 €
70 ans et plus : 30,00 €			

INFOS DIVERSES :

Après la publication d'un annuaire des Centres d'Information et de Conseil sur les Aides Techniques (CICAT) cet été, la Caisse Nationale de Solidarité pour l'Autonomie (CNSA) a publié le 8 novembre sur son site un dépliant qui détaille les différentes missions couvertes par les CICAT.

Ces centres délivrent, gratuitement et sans intérêt commercial, des informations et des conseils sur les aides techniques et sur les aménagements de logement aux personnes âgées et personnes en situation de handicap, à leur famille et aux professionnels.

En plus de leur rôle premier d'information et de conseil, les CICAT proposent un appui qui peut prendre des formes variées : formations, maintien ou accès à l'emploi, journées d'information thématiques, prêt d'aides techniques, aide au développement de solutions innovantes…

Très clair, illustré de témoignages et d'exemples de dispositifs mis en place par des CICAT, ce guide pratique s'inscrit dans la politique menée par la CNSA pour améliorer l'accès aux aides techniques.

- Voir aussi l'**ESPACE AUTONOMIE 63** au 11 rue Vaucanson 63 Clermont-Ferrand : https://mdph.puy-de-dome.fr/la-mdph/missions.html

HANDICAP : *vers quel juge se tourner pour contester une décision de la CDAPH ?*

Le juge judiciaire est compétent pour statuer sur un recours formé contre une décision de la Commission des Droits et de l'Autonomie des Personnes Handicapées (CDAPH), y compris lorsque la responsabilité de la MDPH est recherchée.

Le Conseil d'État a jugé, le 8 novembre, que c'est au juge judiciaire qu'il revient de connaître d'un recours formé contre une décision d'une Commission des Droits et de l'Autonomie des Personnes Handicapées (CDAPH).

Il en va de même si le requérant veut engager la responsabilité d'une Maison Départementale des Personnes Handicapées (MDPH) du fait de cette décision.

GESTION DE L'AAH : *le réquisitoire de la Cour des comptes*

Manque d'équité territoriale, risque de fraude, pilotage national inopérant… Pour la Cour des comptes, la gestion de l'Allocation aux Adultes Handicapés (AAH) fait courir un « risque budgétaire » aux finances publiques. Elle voit dans le futur Revenu Universel d'Activité (RUA) « l'opportunité de clarifier la nature de l'AAH ». (Rapport du 25 novembre 2019).

COMPLÉMENT DE RESSOURCES DE L'AAH : *plus de nouveaux entrants depuis le 1er décembre*

Supprimé depuis le 1er décembre, le complément de ressources de l'Allocation aux Adultes Handicapés (AAH) survivra pour les actuels bénéficiaires dans la limite de dix ans. Les autres peuvent se tourner vers la Majoration pour la Vie Autonome, dont le montant est néanmoins plus faible.

HANDIGUIDE DES SPORTS, *un site pour faciliter l'accès au parasport*

Le 3 décembre dernier, à l'occasion de la Journée internationale des personnes handicapées, la Ministre des Sports, Roxana Maracineanu, a lancé le Handiguide des sports.

Il s'agit d'un site internet qui permet aux personnes en situation de handicap de trouver de manière simple l'activité sportive la plus adaptée dans leur environnement de proximité. Clair, facile d'utilisation, ce site offre la géolocalisation et permet des recherches d'itinéraires pour se rendre à l'activité choisie.

« L'accès au sport est un droit pour toutes et tous et je vois cet outil comme un véritable tremplin vers la pratique du parasport », a déclaré la Ministre.

https://www.handiguide.sports.gouv.fr/

INDU DE PCH : *remise possible par le juge judiciaire*

Dans un avis du 28 novembre 2019, la Cour de Cassation précise que le Tribunal de Grande Instance spécialement désigné, peut accorder une remise de l'indu de Prestation de Compensation du Handicap (PCH), en cas de précarité et de bonne foi de l'allocataire.

ALLOCATION AUX ADULTES HANDICAPÉS : *les contours de la notion de "personne à charge"*

Le plafond de ressources applicable pour l'attribution de l'Allocation aux Adultes Handicapés (AAH) peut notamment être majoré lorsque le bénéficiaire a une ou plusieurs personnes à charge. Dans un arrêté important du 28 novembre 2019, la Cour de Cassation précise ce que recouvre cette notion de « personnes à charge ».

ACCÈS AU CRÉDIT POUR LES MALADES : *les avancées de la convention AERAS 2019*

La Convention AERAS (s'Assurer et Emprunter avec un Risque Aggravé de Santé) a pour objectif de faciliter l'accès à l'assurance et à l'emprunt des

personnes ayant, ou ayant eu, un problème de santé. La version 2019 de cette convention (signée le 22 juin 2019) succède à celle du 2 septembre 2015 qui avait notamment introduit des dispositions sur le « droit à l'oubli ». C'est à-dire le droit, pour une personne souscrivant un contrat d'assurance emprunteur, de ne pas déclarer un ancien cancer dans le questionnaire de santé, sans pour autant encourir le risque de fausse déclaration.

RECRUTEMENT DES ACCOMPAGNANT(E)S D'ÉLÈVES EN SITUATION DE HANDICAP : *parution du décret*

Quelle est la nouveauté ? Le recrutement se fait d'entrée de jeu sur trois ans, alors qu'auparavant le contrat était d'une durée maximale de trois ans, renouvelable une fois. Les AESH seront donc recruté(e)s avec une sécurité d'au moins trois ans et non plus sur la seule durée de l'année scolaire.

CONGÉ DE PROCHE AIDANT : *les contours de la future allocation journalière*

La loi de financement de la Sécurité Sociale pour 2020 crée l'allocation journalière de proche aidant, que pourra percevoir le bénéficiaire d'un congé de proche aidant. Une indemnisation qui pourrait permettre de relancer le dispositif, sous-utilisé.

DE NOUVELLES MESURES DE SIMPLIFICATION *pour les personnes en situation de handicap*

Un décret du 30 décembre 2019 permet aux Commissions des Droits et de l'Autonomie des Personnes Handicapées (CDAPH) et aux Présidents de Conseils Départementaux, d'octroyer des "droits à vie" sans que les personnes handicapées concernées n'aient besoin de déposer une demande de renouvellement. Il s'inscrit dans la continuité du décret du 24 décembre 2018 portant diverses mesures de simplification dans le champ du handicap qui a allongé la durée d'attribution de certains droits et prestations et introduit la possibilité d'attribuer certains droits sans limitation de durée aux personnes dont le handicap n'est pas susceptible d'évolution favorable.

Des « droits à vie »

La simplification concerne l'Allocation aux Adultes Handicapés (AAH), l'Allocation d'Éducation de l'Enfant Handicapé (AEEH), l'Allocation Compensatrice attribuée au titre de la Tierce Personne (ACTP), la Reconnaissance de la Qualité de Travail Handicapé (RQTH) et la Carte Mobilité Inclusion (CMI) mention invalidité. **Octroi des droits à vie sans attendre la demande de renouvellement.**

Le décret est entré en vigueur le 1er janvier 2020.

PCH : *fiscalité allégée pour le dédommagement de l'aidant familial*

L'élément « aide humaine » de la Prestation de Compensation du Handicap peut être utilisé pour dédommager un aidant familial qui n'a pas de lien de subordination avec la personne handicapée (conjoint, concubin, ascendant, descendant...). Afin notamment de revaloriser ce dédommagement, la Loi de Financement de la Sécurité Sociale (LFSS) l'exclut de l'assiette :

de la Contribution Sociale Généralisée (CSG) ; de la Contribution pour le Remboursement de la Dette Sociale (CRDS) ; de l'impôt sur le revenu.

Cette mesure, issue d'un amendement gouvernemental, s'applique aux revenus perçus ou réalisés à compter du 1er janvier 2019.

BÉNÉFICIAIRES DE L'AAH : *transition vers la retraite facilitée*

A compter du 1er juillet 2020, la pension de retraite des bénéficiaires de l'Allocation aux Adultes Handicapés (AAH) sera automatiquement liquidée dès qu'ils atteindront l'âge légal, sauf s'ils s'y opposent. Ce, afin d'éviter les ruptures de droits.

Faciliter la transition vers la retraite des bénéficiaires de l'AAH : tel est l'objet de l'article 82 de la Loi de Financement de la Sécurité Sociale (LFSS) pour 2020. Il entrera en vigueur le 1er juillet 2020.

Le palier de l'âge de départ à la retraite :

« En matière de retraite, tous les bénéficiaires de l'AAH sont réputés inaptes au travail à l'âge légal (62 ans) et bénéficient par conséquent d'une retraite à taux plein à cet âge, quelle que soit leur durée d'assurance », explique l'étude d'impact du projet de loi.

PCH : *les députés votent la suppression de la barrière d'âge de 75 ans*

Les députés ont adopté, le 15 janvier, à l'unanimité, une proposition de loi visant à améliorer l'accès à la Prestation de Compensation du Handicap (PCH).

Daniel ROULET
servicesocial.amh@orange.fr

DÉTENTE & Loisirs

ÉVADONS-NOUS !

SUDOKU / CHIFFRES
Avec les chiffres de 1 à 9

2					3	7		5
		5	2	8		1		
	7		1				4	6
	8						6	4
		3	6			5		
		7	9		8			
				9		6		1
7				3				
					6			

SUDOKU / LETTRES
Avec les lettres de « distancer »

			E	C			S	R
C	T			D	I			E
	D				S		R	
	S	E				A	C	
	I		T				N	
S			I	E			T	A
E	N			T	D			

VACANCES DANS LE PUY-DE-DÔME

1) Pourquoi Gaultier de Biauzat a-t-il voulu que le département s'appelle Puy-de-Dôme au lieu de Mont-d'Or, initialement prévu ?

a) En bon auvergnat, il pensait que Mont-d'Or, nom clinquant et rutilant, attirerait trop l'attention de l'administration fiscale.

b) À l'époque, le territoire était déjà connu pour ses fromages, et il s'est opposé à ce qu'il prenne le nom d'une pâte molle produite dans le Haut Jura.

c) Il ne voulait pas que son département porte le nom d'une affection thoracique, la maladie de Mondor, décrite par le chirurgien Henri Mondor.

2) Robert dit à sa femme qu'il va pêcher sur les bords de la Sioule, mais en fait il va rejoindre Marcel au bar du coin. Pour ne pas se faire repérer avant de rentrer il s'arrête à la poissonnerie, mais il ramène des espèces impossibles à trouver dans nos rivières du Puy-de-Dôme. Lesquelles ?

Truite ; Chevesne ; Églefin ; Sandre ; Barbeau ; Goujon ; Molly ;
Ombre commun ; Éperlan ; Omble chevalier ; Saumon ; Bar.

GYM CÉRÉBRALE

Chaque périphrase doit faire écho à une solution, mais laquelle ?

A) Contrordre	x	x	1) Fée
B) Affaire d'honneur	x	x	2) Étau
C) Tour de monde	x	x	3) Gorge
D) Presse ouvrière	x	x	4) Dérangement
E) Une femme charmante	x	x	5) Mage
F) L'amère à boire	x	x	6) Pongiste
G) La place du chat	x	x	7) Inventaire
H) Revue de détail	x	x	8) Équateur
I) Roi à présent	x	x	9) Gentiane
J) Sert à table	x	x	10) Distinction

MATÉRIEL *médical*

SERVICE MATÉRIEL MÉDICAL

Sur rendez-vous auprès de Joaquim et Franck les deux techniciens

04-73-27-39-53

CONSEILS ET ADAPTATIONS

VENTE NEUF ET OCCASION

RÉPARATIONS ET ENTRETIEN

LOCATION ÉQUIPEMENT

AMÉNAGEMENT INTÉRIEUR

Retrouvez toutes nos informations et activités sur notre site internet **www.amh63.fr**

FORFAITS / *Annonces*

FORFAIT ANNUEL DES RÉPARATIONS PRISES EN CHARGE PAR LA SÉCURITÉ SOCIALE

FONCTIONNEMENT DE DATE À DATE
MAINTENANCE FAUTEUIL MANUEL OU ÉLECTRIQUE

FAUTEUIL MANUEL
Forfait roues 74.82€
_____ code LPPR 4307824

Forfait autres 102.39€
_____ code LPPR 4302152

FAUTEUIL ÉLECTRIQUE
Forfait roues 74.82€
_____ code LPPR 4389845

Forfait autres 102.39€
_____ code LPPR 4348622

Forfait électrique 333.65€
_____ code LPPR 4307994

PRIX RÉPARATION
Fauteuil manuel _____ 42€ / heure

Fauteuil électrique _____ 62€ / heure

Fabrication spéciale, nous consulter

DÉPLACEMENT À DOMICILE
Forfait agglomération clermontoise _____ 17.68€

Tarif hors agglomération clermontoise _____ 36€ / heure

À VENDRE

FAUTEUIL ÉLECTRIQUE esprit action 4 ng possibilité de le transformer en manuel
Valeur neuf : 4950 € Prix : **1400 €**

Contact : Audrey DELMAS 06 40 67 80 22

SMART DRIVE mx2 neuve (servi 3 fois) fin 2019
Prix d'achat 6 500 € facture sous garantie 1 an et demi
Complète, avec sac de transport, accessoires pour châssis rigide et pliant
Système pushtracker E2, contrôle de la motorisation par bracelet Bluetooth
Poids : 5.9kg
Vitesse maxi : 6km/h
Autonomie : 16 km
Prix : **3800 €** à débattre

Contact : Anne-Claire MARTINET 06 62 81 56 42

COTISATIONS / *Solutions des jeux*

COTISATIONS 2020

NOM _____ Prénom _____ Année de naissance _____

Adresse _____

Courriel _____ Téléphone _____

Adhère ☐ Renouvelle sa cotisation ☐

Par virement IBAN : FR72 2004 1010 0300 4867 6R02 466 ☐ Par chèque bancaire ☐

Votre cotisation est déductible des impôts, si vous souhaitez un reçu fiscal, cochez cette case ☐

Barème des cotisations : 30€ ☐ 52€ ☐ 82€ ☐ 122€ ☐

Quel que soit le montant choisi vous recevrez le journal.

Dans le même foyer, si une 2ème personne souhaite adhérer la cotisation est de 20€.

NOM _____ Prénom _____ Année de naissance _____

L'AMH est autorisée à recevoir des dons et des legs. À réception de votre don, nous vous ferons un reçu fiscal qui, joint à votre déclaration de revenus, vous permettra de déduire de vos impôts 66% de vos dons dans la limite annuelle de 20% de votre revenu imposable.

SOLUTIONS DES JEUX

A) 4 ; B) 10 ; C) 8 ; D) 2 ; E) 1 ; F) 9 ; G) 3 ; H) 7 ; I) 5 ; J 6.

GYM CÉRÉBRALE

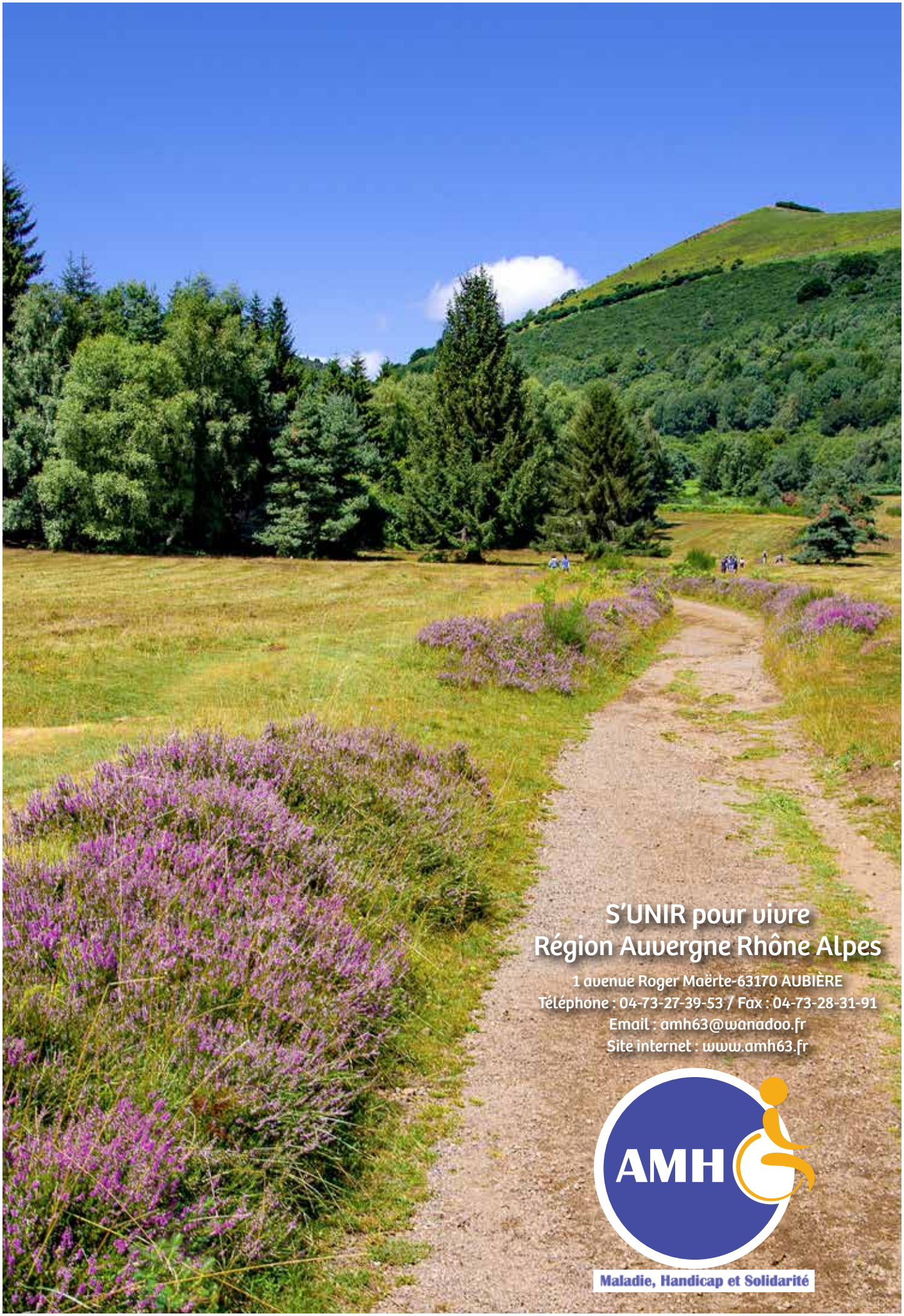
1) En bon auvergnat, il pensait que Mont-d'Or, nom clinquant et rutilant, attirerait trop l'attention de l'administration fiscale.
2) Églefin, Éperlan et Bar sont des poissons de mer et le Molly est un poisson d'aquarium.

VACANCES DANS LE PUY-DE-DÔME

2	9	1	4	6	3	7	8	5
4	6	5	2	8	7	1	9	3
3	7	8	1	5	9	2	4	6
1	8	2	3	7	5	9	6	4
9	4	3	6	2	1	5	7	8
6	5	7	9	4	8	3	1	2
8	3	4	7	9	2	6	5	1
7	1	6	5	3	4	8	2	9
5	2	9	8	1	6	4	3	7

D	A	N	E	C	T	I	S	R
I	E	S	N	R	A	T	D	C
C	T	R	S	D	I	N	A	E
A	D	T	C	N	S	E	R	I
N	S	E	D	I	R	A	C	T
R	I	C	T	A	E	S	N	D
S	C	D	I	E	N	R	T	A
T	R	I	A	S	C	D	E	N
E	N	A	R	T	D	C	I	S

ÉVADONS-NOUS !



S'UNIR pour vivre
Région Auvergne Rhône Alpes

1 avenue Roger Maërte-63170 AUBIÈRE
Téléphone : 04-73-27-39-53 / Fax : 04-73-28-31-91
Email : amh63@wanadoo.fr
Site internet : www.amh63.fr

AMH

Maladie, Handicap et Solidarité

Conception et Réalisation : www.printconseil.fr

Image par djedj de Pixabay