

CALENDRIER
2020

ASK' ELLES

DE DRÔLES DE DAMES !
ENSEMBLE
ET HANDIVISIBLES



LA PRESTATION “REBONDIR”

D'UNE DURÉE D'UN MOIS
PROPOSÉE PAR CAP EMPLOI
OU PÔLE EMPLOI
ET FINANCÉE PAR L'AGEFIPH,
PERMET À DES PERSONNES
EN SITUATION DE HANDICAP
DE REPRENDRE
CONFIANCE EN ELLES.

Les Ask'elles
ask.elles56@gmail.com



*Florence, Myriam, Céline,
Nathalie, Valérie, Isabelle et Chantal*

NAISSANCE DU PROJET

7 femmes, 7 portraits, 7 histoires... Notre histoire

Rien ne nous prédisposait à nous rencontrer et pourtant à la faveur d'un accompagnement un groupe est né ; toutes différentes et pourtant si semblables.

Partant de rien et sans nous connaître, nous avons voulu travailler sur un projet qui donnerait du sens au regard des autres vis-à-vis du handicap.

Sur 70 heures et après plusieurs séances, nous sommes passées par différents états émotionnels. L'interrogation et le doute ont fait place au plaisir de pouvoir nous plonger dans un chantier qui nous semblait ambitieux mais à la mesure de nos capacités. Embarquement immédiat !

Nous avons fait des rencontres. Des personnes ont témoigné, des professionnels nous ont proposé leur service et leur temps bénévolement. Ce projet, à notre grande surprise, a su fédérer un grand nombre de personnes. À croire que le handicap ne laisse pas tout le monde indifférent et qu'il reste toujours des choses à dire.

Au travers de ce calendrier, nous espérons que le regard des personnes sur le handicap évolue ; nul n'est à l'abri d'accidents de la vie.

De cette aventure, nous ressortons grandies d'une expérience humaine. Nous pouvons désormais déployer nos ailes et continuer plus sereinement nos parcours de vie.

MYRIAM • 52 ans

“ Aujourd’hui, je suis capable de mieux rebondir malgré une perte de confiance dû à un licenciement. Les animaux m’apportent la force, beaucoup de réconfort et d’énergie pour avancer au quotidien. ”



01

JANVIER

LUN	MAR	MER	JEU	VEN	SAM	DIM
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

02

FÉVRIER

LUN	MAR	MER	JEU	VEN	SAM	DIM
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	

Rencontre avec Brigitte BESNARD

Éducatrice canine, Theix



Diplômée en éducation canine, Brigitte Besnard, qui exerce depuis plusieurs années, est une intervenante-visiteuse auprès de patients atteints de tous types de handicap. Son métier l'amène à intervenir en structures spécialisées avec ses animaux.

Discipline apparue au XVIII^e siècle, cette technique s'appuie sur les liens naturels entre l'humain et l'animal (chien, cheval, poule, chat, lapin...) qui vient apaiser les souffrances physiques et psychiques.

Des connaissances dans le domaine de la psychologie, un esprit d'analyse et une fermeté avec l'animal sont quelques-unes des qualités requises. De plus, pour Mme Besnard, il faut se montrer « flexible, organisé, créatif et attentif envers l'animal ». Le tout est d'instaurer un climat de confiance de complicité et de bienveillance.

Pendant une séance, elle présente ses animaux au groupe, s'ensuit une prise de contact individuelle et débute alors la thérapie. Chacun peut se réapproprier les gestes du quotidien et ainsi favoriser la détente, l'apaisement, la confiance en soi et maintenir la mobilité dans les gestes de tous les jours (caresse, brossage, ballades et jeux).

Après chaque séance, tout le monde en sort apaisé et une petite ballade pour l'animal vient le récompenser !



03

MARS

LUN	MAR	MER	JEU	VEN	SAM	DIM
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

FLORENCE • 42 ans

“ Aujourd’hui plus que jamais, je me sens capable de beaucoup de choses et mon investissement auprès des animaux m’a énormément aidé à surmonter un quotidien difficile. Patte dans la main avec ma chienne, je suis plus forte. ”

04

AVRIL

LUN	MAR	MER	JEU	VEN	SAM	DIM
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

Anne-lise LARCHER

Madame "POP UP"



Originaire de Picardie, elle débute la photographie dans l'entreprise familiale puis exerce à son compte pendant 10 ans. À l'annonce de son cancer, elle arrête son activité. Ses priorités ont changé, ils décident, en famille, de tourner la page et de venir s'installer en Bretagne en 2018 pour resserrer les liens.

« À la fin de chaque grande étape du traitement, nous organisons des pique-niques en famille sur la plage où tout le monde pouvait se défouler ».

Ce remède lui permet de s'accrocher et de profiter de vrais moments de bonheur et de complicité.

À son image de personne dynamique, joyeuse, courageuse et pétillante, elle colore ses contraintes en adaptant son rythme de travail.

En Avril 2019, elle rebondit et créa son studio photo mobile et vitaminé. Madame POP UP vit le jour !

05

MAI

LUN MAR MER JEU VEN SAM DIM

				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

NATHALIE • 42 ans

“ Des responsabilités, des charges à porter, des challenges pendant des années. À trop tirer sur la corde... je me suis retrouvée cassée et mon corps qui parle avec ses maux ! Fonceuse, jamais je ne mettrai un genou à terre. ”



06

JUIN

LUN	MAR	MER	JEU	VEN	SAM	DIM
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					

Rencontre avec Margot ROZET

Directrice de l'école de La Rabine, Vannes



Dessin réalisé par les enfants de la classe.

Après avoir enseigné dans plusieurs écoles du Morbihan, Margot devient Directrice de l'école La Rabine. Cela fait aujourd'hui 12 ans qu'elle œuvre pour cet établissement.

En 2015, le rectorat lui propose d'accueillir des enfants autistes de 3 à 6 ans. En accord avec les autres enseignants, elle accepte.

L'Établissement Public Social et Médico-Social (EPSMS) est porteur du projet. C'est le seul établissement scolaire du Morbihan qui dispose d'une classe d'Unité d'Enseignement maternelle pour des enfants présentant des troubles envahissants du développement.

Aujourd'hui, ils sont 7 à profiter de cet apprentissage. Ces élèves ont une classe attribuée et sont encadrés par : 2 AMP, 1 éducatrice spécialisée, 1 orthophoniste, 1 psychologue et 1 psychomotricienne. 6 professionnels pour 7 enfants qui profitent d'un programme scolaire et d'un aménagement médico-social adapté.

Vivre en communauté, supporter le bruit,

arriver à communiquer font partie de leur apprentissage. Margot, le corps enseignant ainsi que les autres élèves font tout pour que ces enfants participent au maximum à la vie scolaire : récréations, parcours de motricité, danses pour la fête de l'école...

Après trois années dans cet établissement, l'élève peut continuer sa scolarité à l'école de Rohan, à l'école du Sacré Cœur, en classe Unité Localisée pour l'Inclusion Scolaire (ULIS), en IME, ou en classe ordinaire aidé d'une AESH.

Ce mode d'éducation reste malheureusement à la marge. C'est un programme très onéreux qui demande également beaucoup de moyens humains pour accompagner ces enfants.

Pour Margot « ce sont des projets récents mais grâce à notre travail au quotidien nous notons des améliorations. Notre souhait est que d'autres classes d'Unité d'Enseignement voient le jour à l'avenir ».

07 JUILLET

LUN	MAR	MER	JEU	VEN	SAM	DIM
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

VALÉRIE • 46 ans

“ Professeur de danse pendant 27 ans, la fibromyalgie m’a empêché de continuer ma carrière. Tous les handicaps ne sont pas visibles et restent difficiles à vivre au quotidien. Cependant, à l’image de la rigueur qu’impose la danse, je continue à aller de l’avant ! ”



08

AOÛT

LUN	MAR	MER	JEU	VEN	SAM	DIM
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

Rencontre avec Katell Ropert

Une vie à toute épreuve



Ancienne infirmière, maman de cinq enfants, active et sportive, à l'origine de la création de plusieurs associations, la vie de Katell bascule quand le 26 janvier 2018 elle se retrouve en fauteuil roulant.

Au cours d'une initiation, elle découvre le surf : c'est la révélation ! Six mois après, elle participe aux championnats handisurf de France. Lors de cette compétition, les organisateurs dissocient les valides des handi. Difficile pour elle d'admettre cette discrimination, elle revendique alors le droit de surfer sur la même hauteur de vagues. Elle pose réclamation, obtient gain de cause et décroche la médaille d'or.

Deux mois plus tard, la Fédération Française de Surf lui propose d'intégrer l'équipe de France pour défendre notre pays aux mondiaux à La Jolla en Californie. Elle devient vice-championne du monde sur les mêmes vagues que celles réservées aux hommes. Force de caractère, Katell fait tomber les clichés : « No gender in the water ! »

Transportée par les vagues, ce sport aide Katell à retrouver confiance en elle et à prendre des décisions. Cela reste avant tout un plaisir, un épanouissement.



09

SEPTEMBRE

LUN	MAR	MER	JEU	VEN	SAM	DIM
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				

ISABELLE • 54 ans

“ Après de nombreuses expériences et suite à des problèmes médicaux qui ne m’ont pas permis de continuer dans mon activité professionnelle, j’ai décidé de prendre un nouveau départ et de laisser tout derrière moi. ”

10

OCTOBRE

LUN	MAR	MER	JEU	VEN	SAM	DIM
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

Florence, Régis et Olivier

À la rencontre de professionnels de KERPAPE,
Centre mutualiste de rééducation et de réadaptation fonctionnelle, Ploemeur



Reconnu au niveau européen, avec ses 700 salariés, ses 400 patients et construit sur 35 hectares, Kerpape est une ville dans la ville. À l'origine, ce sanatorium construit il y a plus de 100 ans, fait place à un complexe qui regroupe aujourd'hui des équipes médicales, soignantes et rééducatives orientées vers l'humain.

Florence (ergothérapeute), Régis (kinésithérapeute) et Olivier (orthoprothésiste) nous ont accordé du temps pour découvrir leur environnement.

Pour eux, « travailler à Kerpape n'a pas été un choix par défaut. Cela reste une référence. On n'y rentre pas par hasard mais par vocation ».

Ils œuvrent ensemble autour du patient dans l'objectif de le rendre autonome le plus rapidement possible. Pour cela ils peuvent s'appuyer sur une équipe pluridisciplinaire et complémentaire (psychologue, orthophoniste, assistante sociale, moniteur d'auto-école...).

Confrontés à des pathologies et affections sévères (brulés, amputés, paraplégiques, tétraplégiques...), les équipes adaptent au cas par cas la prise en charge, les soins et les appareillages.

Rien n'est possible sans l'adhésion du patient. C'est un combat de tous les jours avec le soutien de l'entourage.

Les mots de la fin reviennent à Céline qui a séjourné 6 mois dans cette structure : « Sans eux, je n'en serais pas là aujourd'hui. Un vrai travail humain a été réalisé et m'a permis de continuer ma vie ».

11

NOVEMBRE

LUN	MAR	MER	JEU	VEN	SAM	DIM
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30						

CÉLINE • 45 ans

“ Comme disait François Mauriac “Il n’est rien en nous, même le pire, qui ne doive se transmuier en richesse” .
Malgré un accident de la vie, j’ai décidé de m’adapter à mon handicap et de le rendre plus visible aux yeux des autres.
La vie reste belle, j’en ai décidé ainsi ! ”





CHANTALE • 56 ans

“ Au travers d’accompagnements,
j’ai réussi à sortir de mon isolement et
aller de nouveau à la rencontre des autres.
J’avance et je reprends confiance en moi
en traçant ma route. Gazzzzz ! ”

LUN	MAR	MER	JEU	VEN	SAM	DIM
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

12

DÉCEMBRE

EVENEMENTS

“ INCON TOUR NABLES ”

OCTOBRE

Octobre Rose - La Vannetaise

Manifestation sportive organisée pour une opération de prévention et de sensibilisation au cancer du sein. La dernière édition a réuni près de 9 000 femmes.

Les Marcells (Plescop)

Soutenue par l'association "Courir, marcher pour donner". Parcourir 8 km pour sensibiliser la gente masculine aux cancers de l'homme.

NOVEMBRE

La Semaine européenne pour l'Emploi des personnes handicapées

L'AGEFIPH et LADAPT qui œuvrent pour l'inclusion sociale et professionnelle des personnes en situation de handicap participent à cette action.

Le November

Chaque année, les hommes sont amenés à se laisser pousser la moustache dans le but de sensibiliser l'opinion politique et de lever des fonds dans la recherche de maladies masculines (cancer de la prostate).

DÉCEMBRE

Le Téléthon

Èvènement national caritatif organisé depuis 1987 par l'Association Française contre les Myopathies pour financer des projets de recherche sur les maladies génétiques.

NUMÉROS UTILES

(Appels gratuits)

15

Samu

114

Numéro d'urgence pour sourds et malentendants

17

Gendarmerie

112

Numéro d'appel d'urgence européen

18

Pompiers

0140 05 48 48

Centre Antipoison

ADRESSES UTILES

CAP EMPLOI

www.capemploi-56.com/
Agence de Vannes : 02 97 47 62 30
<https://travail-emploi.gouv.fr/ministere/service-public-de-l-emploi/article/cap-emploi>

La Maison Départementale de l'Autonomie

www.morbihan.fr/mda/ 02 97 62 74 74

AGEFIPH

www.agefiph.fr

Association des accidentés de la vie

www.fnath.org

Faire face ensemble

www.faire-face-ensemble.com / 02 97 47 45 77

Pour l'emploi des personnes en situation de handicap

www.hanploi.com

**Un grand merci à celles et ceux qui ont cru en notre projet
en nous donnant généreusement de leur temps :**

Pour la réalisation

Sylvie VALET, Studio TOOMAK, Vannes (Graphisme)
Stéphane BEDARD et Erwan LE LUHERN (Photographie)
Philippe DAURIS, Golf'Imprim, Vannes (Impression)

Pour leur témoignage

Brigitte BESNARD, éducatrice canine, Theix.
Margot ROZET, Directrice de l'école élémentaire de la Rabine, Vannes.
Katell ROPERT, surfeuse handisport.
Anne-lise LARCHER, photographe, Agence « Madame Pop-Up », Vannes.
Florence GARREC (ergothérapeute), Régis FRANÇAIS (kinésithérapeute),
Olivier LEMOINE (orthoprothésiste), Centre de Kerpape, Ploemeur.

Pour leur accompagnement

CAP Emploi, pour leur action de tous les jours.
Enfin et après toute attente, nous tenons à remercier chaleureusement
celui qui nous a supportées pendant ce mois de formation
de par sa patience, sa bienveillance et son écoute...
Damien GUERRIER, du CIBC Bretagne, notre formateur.
Nous tenons également à remercier Marc de l'équipe des MARINERS
(football américain) pour sa participation au shoot photo.
Sans oublier les mascottes HEIDI et MIA pour leur patience et leur gentillesse.



Vous pouvez nous contacter à ask.elles56@gmail.com

