

« Cet espace de rencontre est un lieu où l'on se sent bien, un lieu de partage utile, entre personnes qui se comprennent. J'en ressors avec une certaine sérénité et parfois un regret, si ce groupe avait pu exister quand notre enfant est entré en IME puis au SAJH, quel soutien, quelle aide précieuse cela aurait été pour nous... »

Georges, papa de Sébastien 26 ans.

« Ces rencontres sont un moment de répit, pas de sujet tabou, pas de jugement sur notre façon d'élever nos enfants. Nous nous retrouvons très souvent dans le témoignage des autres, et ce partage d'expérience nous permet d'avancer à notre rythme. Nous savons que nous sommes compris, qu'il n'y a pas de pitié, mais beaucoup de tolérance ! »

Isabelle, maman de Aude 21 ans

« Nous étions divisés sur son entrée en internat dans le futur. Grâce aux échanges j'ai compris que l'intérêt de mon fils était aussi de vivre sa propre vie. J'avais le sentiment de ne jamais en faire suffisamment pour lui. Nos discussions m'ont permis de comprendre que nous avons tous nos limites. »

Nadège et Patrice, Parents de Fabian 16 ans.

Selon vos disponibilités, vous pouvez venir librement à une ou plusieurs rencontres .

Il vous suffit de vous inscrire au préalable auprès du secrétariat de l'Association.

Si vous le souhaitez, **votre enfant sera pris en charge** pendant le temps de ces rencontres par une animatrice dans une salle d'activités dédiée à cet usage.

La participation est entièrement **gratuite**.

Lieu : Siège de l'APED L'ESPOIR
1 impasse du Petit moulin
95340 PERSAN

Pour vous inscrire,
en précisant la présence de vos enfants :

Contact : Béatrix DELORT & Pascal FRIGERIO
lespetitsdej@aped-espoir.fr

Dorothee KORKMAZ
01.30.28.48.81
secretariat.dg@aped-espoir.fr



Suivez nous : *les petits déj de l'APED l'Espoir*



1 impasse du Petit Moulin 95340 PERSAN
Tél. : 01.30.28.48.81// Fax : 01.30.28.48.82

secretariat.dg@aped-espoir.fr



Les petits déj

de l'APED l'Espoir

Des parents qui se retrouvent pour



PRESENTATION



En tant que parent d'enfant ou d'adulte accueilli dans l'un des établissements de notre association, nous sommes nombreux à avoir constaté à quel point il est parfois difficile d'**échanger**, même avec nos amis les plus chers ou nos propres parents, sur ce que nous vivons et ressentons.

Comme nous, vous avez peut-être déjà constaté que lorsque l'occasion nous est donnée de rencontrer un autre parent d'enfant ou adulte handicapé, la communication s'établit souvent d'emblée plus **librement**, plus ouvertement.

Tout se passe comme si une forme de sympathie, de compréhension naturelle et intuitive permettait au **dialogue** de s'établir, et d'aller naturellement, sans frein et sans détour à ce qui nous touche le plus profondément.

Nous en ressortons souvent avec une forme de plaisir simple et naturel, comme un soulagement d'avoir pu partager notre **expérience**, le sentiment d'être moins seul avec notre vécu si particulier.

C'est sur la base de ce double constat que quelques parents ont décidé de se réunir une fois par mois le samedi matin autour d'un café, pour échanger librement sur leur vécu personnel présent, passé ou à venir, celui de leur enfant handicapé, mais aussi de leurs frères et sœurs.

Ces rencontres sont animées par une coach professionnelle qui assure l'animation et nous apporte souvent un éclairage complémentaire enrichissant, ainsi que par nos deux administrateurs de la *Commission Familles* : Mme Béatrix DELORT et M. Pascal FRIGERIO

Cela fait maintenant plusieurs années que nous nous retrouvons entre parents d'enfants d'âges différents. Les plus jeunes se nourrissent du vécu et de l'expérience des plus anciens, alors que ceux-ci en profitent pour prendre un peu de recul et porter un regard souvent réconfortant sur le chemin qu'ils ont déjà parcouru. Chacun vit des moments intenses dont l'émotion et les réflexions se prolongent souvent bien au-delà de ces temps de rencontre.

Compte-tenu du plaisir et de l'intérêt que chacun d'entre nous y trouve nous avons souhaité le faire savoir plus largement et convier ceux qui le souhaitent à nous rejoindre.

Si la parole y est libre et souvent libératrice, l'écoute l'est tout autant. Chacun peut à son gré prendre la parole ou simplement s'enrichir des réflexions et de l'expérience des autres.



TEMOIGNAGES

« J'étais venue la 1ère fois avec appréhension mais j'ai trouvé de l'écoute, la possibilité de prendre la parole sans jugement, de pouvoir partager mon vécu, d'avoir des échanges fructueux. Bref, me retrouver autour d'une table et trouver que le temps passe trop vite. »

Françoise, Maman de Philippe 26 ans.

« Les échanges constructifs et chaleureux avec les autres parents m'ont permis de dépasser certaines craintes et d'assumer sereinement des situations qui me paraissaient jusque-là si difficiles. »

« On avance comme on peut sur la route du handicap mais me projeter dans l'avenir ... je n'y arrivais pas ! Avec les autres parents, j'ai découvert des solutions, j'ai découvert que les jeunes pouvaient être heureux dans des structures... cela m'aide beaucoup. »

Corinne, Maman de Valériane 15 ans.

« Pouvoir parler sans détours de son enfant, de ses problèmes et de ses appréhensions et des espoirs sans avoir le sentiment d'être jugé, est un vrai soulagement pour nous parents. »

André et Giselle, parents de Thierry 45 ans.

« Je suis un papa et je suis heureux de partager avec d'autres papas mes craintes, mes doutes... l'image du papa fort est parfois difficile à vivre et je me suis rendu compte que les autres papas avaient eu aussi leurs failles, leurs inquiétudes, et de pouvoir en parler fait du bien ! »

Hervé, Papa de Valériane 15 ans.

« Je trouve lors de ces rencontres, un lieu de partage, d'écoute, d'échange d'expériences qui me permet de vivre le passé, le présent et d'envisager le futur avec plus de légèreté. »

Ingrid, Maman de Ninon 15 ans