

Jeudi 18 juillet 2024

# La gazette



## POUR NOUS

### Des actualités pour vous

#### Journée Parcours de vie des personnes vivant avec un handicap visuel le 25 septembre 2024

Rendez-vous à Hérouville-Saint-Clair le 25 septembre 2024 pour une journée de sensibilisation à la déficience visuelle.

Que vous soyez concerné par ce handicap ou non, cette journée a pour objectif que tout le monde puisse s'informer auprès des professionnels, découvrir les dispositifs adaptés et profiter d'ateliers pour toute la famille.

Évènement gratuit et ouvert à tous.  
Inscription obligatoire.



En savoir plus

#### Journée des Aidants de l'Orne le 16 octobre 2024

Vous êtes une personne en situation de handicap ou un proche aidant ? Cet événement est fait pour vous !

Rendez-vous au Hall du Champ de Foire d'Argentan le 16 octobre 2024 pour rencontrer des structures du territoire ainsi que pour échanger avec d'autres familles.

Venez découvrir les professionnels qui sont là pour vous accompagner dans l'Orne et profiter d'une journée dédiée à vous.

Évènement gratuit et ouvert à tous.



## Des activités pour vous et votre enfant

Connaissez-vous les aires de jeux et les plages à visiter en Normandie pour des vacances adaptées ?

Il existe des tas d'activités à faire en extérieur, pour vous et la personne que vous accompagnez au quotidien, en Normandie !



### Qu'est-ce qu'une aire de jeux inclusive ?

Une aire de jeux inclusive est un espace accessible et utilisable par tous les enfants, quelles que soient leurs capacités physiques, sensorielles ou cognitives. Elles permettent aux enfants en situation de handicap de jouer à côté de leurs pairs et favorisent ainsi l'inclusion et la socialisation des enfants.

Les aires de jeux disposent :

-  d'équipements accessibles aux enfants à mobilité réduite,
-  d'éléments interactifs pour les enfants malentendants,
-  de surfaces ludiques et sécurisées pour tous les enfants,
-  de dispositifs sensoriels pour les enfants aveugles ou malvoyants.

### Qu'est-ce que le label Handiplage ?

Les plages labellisées Handiplage sont des plages aménagées pour être accessibles aux personnes en situation de handicap. Ce label garantit que les infrastructures et services proposés permettent à tous, de profiter des plaisirs de la plage en toute sécurité et confort.

Cela veut dire que les plages disposent :

-  de tiralos pour se déplacer sur le sable et pour entrer dans l'eau,
-  de sanitaires à moins de 100 mètres,
-  de vestiaires adaptés,
-  de moyens de guidage pour les personnes aveugles ou malvoyantes.



Découvrez la liste des aires de jeux et des plages labellisées Handiplage, des lieux à découvrir en famille cet été !



### Dans le Calvados

Découvrez...

-  le nouveau Parc Archéo à Ifs,
-  l'aire de jeux inclusive de Louvigny,
-  la nouvelle aire de jeux inclusive de la Colline aux Oiseaux à Caen.

ou ...



## Dans la Manche

Explorez les aires de jeux de ...

-  Surtainville,
-  Boisjuga à Saint-Lô,
-  Barneville-Carteret,
-  Courcy,
-  Geffosses,
-  Quinéville,
-  Saint-Jean-d'Elle,
-  Saint-Sauveur-Villages,
-  Saint-Sauveur-le-Vicomte.

ou...

-  la plage de Siouville,
-  la plage de la Cale à Gouville-sur-Mer,
-  la plage du centre de Gouville-sur-Mer.



Que ce soit à travers les aires de jeux inclusives, les activités extérieures ou les plages adaptées, ces destinations offrent des moments à partager seul pour se reposer, ou en famille.

-  la plage de Langrune-sur-Mer,
-  la plage de Trouville-sur-Mer,
-  la plage Mermoz de Villers-sur-Mer,
-  la plage Jean Moulin de Villers-sur-Mer.

Profitez-en !



## Dans l'Orne

Partez à la découverte de ...

-  l'aire de jeux inclusive du quartier de Mauvaisville à Argentan,
-  l'aire de jeux intergénérationnelle d'Athis-de-l'Orne.

ou aller ...

-  prendre de la hauteur à La Roche d'Oëtre ;
-  découvrir le Poney-Club du Bel Amour ;
-  découvrir le Parc naturel régional de Normandie en vélos électriques ;
-  au mini-golf de Bellême ou de Mauves-sur-Huisne ;
-  profiter de la base de loisirs du Pays Mélois.

## La recette de l'été

## À vos fourneaux !

Découvrez comment préparer facilement une délicieuse tarte soleil au pesto et aux pignons avec la recette en Facile à Lire et À Comprendre.

Vous pouvez également décliner la recette pour en faire une tarte sucrée. Mettez-y les ingrédients de votre choix et savourez !



En savoir plus

## Des instants de jeux pour tout le monde



### La méditation pour les enfants

Pour apprendre à se concentrer et à rester calme, vous pouvez écouter la méditation de "La Petite Grenouille".

Ce petit exercice est idéal pour les enfants (à partir de 4 ans).

En savoir plus

### Le yoga facile

Vous n'êtes pas adapte du yoga ? Ce n'est pas grave ! Cette posture est adaptée pour les enfants, dès 4 ans.

L'exercice "La plante qui pousse" tonifie, renforce l'équilibre et donner confiance en soi. C'est simple et rapide.

Essayez-le en famille !

En savoir plus



## Des professionnels pour vous

Connaissez-vous les professionnelles qui oeuvrent pour la plateforme de répit "Parenthèse" ?

Lorsque vous appelez, votre interlocutrice sera l'une des assistantes de coordination.

## Dans le Calvados

Assistants de coordination



Charlène  
NOTTÉ



Claire VARDON-  
MAINAUD



Hélène  
CHAMPION



Anne-Laure  
SADÉ

Référente de situation

## Dans la Manche

Assistante de coordination



Alexandra  
BENOIST

Référente de situation



Mélanie BELLEC

## Dans l'Orne

Assistante de coordination



Lucie  
DIGARD

Référente de situation



Mélanie  
GESHORS

Pour prendre contact, veuillez contacter par mail la référente de votre département à l'adresse :  
[parenthese@rsva.fr](mailto:parenthese@rsva.fr)

Vous pouvez également prendre contact au **0982.22.67.94**, puis taper 1 pour prendre attache avec la plateforme de répit.



[En savoir plus](#)



**RSVA**

7 bis avenue du Président Coty, 14000, Caen

[Se désabonner](#)