

HAND'ISERE



Territoire Isérois

ISSN 2609-6269

Printemps 2026

LE TRAIL DES 3 PUCELLES

AVEC APF FRANCE HANDICAP
SEYSSINS
25 & 26 AVRIL 2026

SAMEDI
25

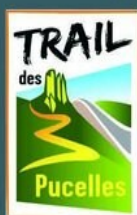
12km ~1130d+
Montée Sèche
Courses enfants

DIMANCHE
26

15km ~ 680d+
La Tour Sans Venin
Parcours joëlettes 

23km ~ 1100d+
Les 3 Pucelles

RESTAURATION
ET ANIMATIONS
SUR PLACE



On vous attend au trail des 3 Pucelles

25 & 26 Avril à Seyssins

Une équipe de délégation

Directeur Territorial des Actions Associatives
Jérôme COMBE

Assistante Territoriale : Lolita BARANCOURT
Marina POUZIN

Chargé de mission communication :
Cyril LELY

Chargée du Développement des Actions
Associatives : Lorène FREMONT
Julie MIRANDA

Cheffe de projet : Charlène MOINE
Mylène LE LAMER

Référentes Mand'APF 38 : Charlotte BUIS,
Ines CHETTOUH, Gaëlle GOZE, Alexandra
PEZZUTTO

Service Civique : Laura DELAITTRE
Théo CURCIO

Une antenne à Vienne

2, place du 19 Mars 1962 38200 Vienne

Tel: 04 74 85 71 09

Cheffe de Projet : Sophie GONNET

Chargée du Développement des Actions
Associatives : Julie MIRANDA

Le Conseil Départemental

Chantal VAURS (Représentante)
Sophie VILLE (Suppléante)
Vincent BROCHET (Suppléant)
Victor MENEGHEL (Représentant CAPFR)
Amandine GILLES
Sylvie PELISSIER
Sophie TOURNE

Le Conseil APF de Région

Titulaire : Chantal VAURS
Suppléant : Victor MENEGHEL

Les correspondants APF

Bourgoin : Chantal VAURS : 06 70 95 76 72

Accueil Standard

Anne-Marie Jérôme Vincent
Amandine Elisabeth

Une vingtaine de bénévoles travaillent

régulièrement avec nous

Merci à eux !



Bon d'adhésion 2026

Vous pouvez
aussi adhérer à APF France handicap
et vous abonner à *Faire Face* via
notre site internet :
www.apf-francehandicap.org

OUI, je souhaite :

1 adhérer à APF France handicap* et m'abonner
pour 12 mois au magazine *Faire Face*
(version papier + web) **47 €**

2 adhérer pour 12 mois à APF France handicap
(sans abonnement au magazine *Faire Face*) **25 €**

Tarifs valables jusqu'au 31/12/2021

Vous pouvez également souscrire une cotisation familiale et bénéficier de tarifs dégressifs. De même, votre adhésion sera gratuite si vous êtes âgé entre 18 et 25 ans ou si vous êtes licencié Handisport. Pour en savoir plus sur ces offres, merci de contacter la délégation de votre département ou notre service "national" au 01 40 78 27 06

* Votre adhésion (25 €) vous donnera droit à une réduction d'impôts de 66 % de son montant dans la limite de 20 % de votre revenu imposable.

Les informations recueillies sur ce formulaire sont enregistrées dans un fichier informatisé par APF France handicap. Elles sont destinées à l'association ainsi qu'aux tiers mandatés par elle à des fins de gestion interne, pour répondre à vos demandes et faire appel au renouvellement de votre cotisation. APF France handicap s'engage à ne pas diffuser ces informations en dehors de l'union européenne. Conformément à la loi informatique et libertés, vous pouvez cocher la case ci contre pour vous opposer à l'utilisation de vos données à caractère personnel. Vous pouvez les faire rectifier ou supprimer en contactant notre service adhésion & abonnements au 01 40 78 27 06 - 17 boulevard Auguste Blanqui 75013 Paris. Ces données seront conservées pendant la durée strictement nécessaire à la réalisation des finalités précitées.

MERCI DE RETOURNER CE BON

soit à votre délégation APF France handicap ou sous enveloppe sans affranchir à :
APF Service Adhésions/Abonnements - Libre-réponse n°40381 - 94609 Choisy Le Roi cedex

M. M^{me} Nom/Prénom

Adresse

Code postal [] Ville

Téléphone

E-mail (facultatif)

Ci-joint mon règlement par :
 chèque bancaire chèque postal à l'ordre d'APF France handicap

Edito	p.3
Actualités et informations	p.4
Vie associative	p.8
Loisirs Avril, Mai, Juin	p.13
Agenda	p.16

Nous vous accueillons à la délégation départementale

Horaires

Lundi au Jeudi de 9h à 12h30

et de 13h30 à 17h00

Vendredi de 9h à 12h30

A Grenoble

au 21 Bis av Marcelin Berthelot,
38100 Grenoble

Téléphone : 04 76 43 13 28

E-mail : dd.38@apf.asso.fr

A Vienne

au 2, place du 19 Mars 1962

38200 Vienne

Téléphone : 04 74 85 71 09

E-mail : dda.38@apf.asso.fr

Site APF France handicap de l'isère :
<https://isere.apf-francehandicap.org/>

À l'approche des élections municipales, APF France handicap Isère rappelle une chose essentielle: nous ne soutenons aucun parti politique. Notre engagement est ailleurs: dans la défense inconditionnelle des droits, de la dignité et de la participation citoyenne des personnes en situation de handicap.

Dans un contexte où certains discours ou propositions – quels qu'en soient les auteurs – peuvent fragiliser la solidarité ou restreindre l'accès aux droits, notre vigilance reste entière. Ici, en Isère, l'enjeu est concret: accessibilité des communes, mobilité, logement, services publics, soutien aux familles, lutte contre l'isolement. C'est au niveau local que l'inclusion se construit... ou se perd.

Nous avons élaboré un plaidoyer commun avec l'association Valentin Haüy et l'Association des malentendants de l'Isère, afin d'unir nos forces pour interpeller les candidats aux élections municipales en Isère et faire du handicap un enjeu central de l'inclusion territoriale.

Nous ne manquerons pas de lire attentivement les programmes et d'interroger les candidats sur leurs engagements réels en faveur d'une société inclusive. Les droits fondamentaux ne sont pas négociables. La solidarité n'est pas une variable d'ajustement, c'est un principe fondamental. Et nous continuerons à le défendre, avec détermination.

En Isère comme ailleurs, APF France handicap continuera de défendre fermement ces principes. Sans étiquette. Sans compromis. L'inclusion n'est pas une option : c'est une exigence démocratique que nous continuerons de porter, en Isère, avec constance et détermination.

Le printemps s'installe, et c'est une belle occasion de se retrouver, de sourire ensemble et de faire éclore de nouveaux projets.

Le renouvellement des véhicules PMR de M'TAG

Certaines et certains d'entre vous nous font part d'un constat concernant les camionnettes adaptées de M'TAG (ex SEMITAG) : le matériel est vieillissant et mériterait d'être renouvelé.

Ce constat est d'ailleurs partagé par le personnel affecté à la conduite des véhicules.

Aujourd'hui, nous sommes confrontés à un empilement de compétences des structures juridiques qui s'occupaient des transports sur trois territoires distincts : celui de la Métro, celui du Grésivaudan et celui du pays voironnais.

Cette compétence est désormais du ressort du SMMAG (Syndicat mixte des mobilités de l'agglomération grenobloise), dont le président est issu des rangs des élus de la Métro.

Le SMMAG organise deux fois par an une Commission d'accessibilité pour traiter des problèmes courants qui apparaissent au fil de l'exploitation, et d'autres en sus pour suivre certains dossiers, tel celui du projet de transport par câble, aujourd'hui abandonné, qui devait relier Sassenage à St Martin le Vinoux.

Le SMMAG décide également des achats de matériels roulants, tant pour le lancement des appels d'offre que pour la rédaction du cahier des charges (c'est à dire tout ce qui concerne le « profil » des futurs véhicules de remplacement).

M'TAG (ex-SEMITAG), est, quant à lui, l'organisme qui « sous-traite » la compétence transport sur le territoire de la Métro, pour le compte du SMMAG et qui exploite les véhicules (tramways, autobus et camionnettes PMR).

Au sein de M'TAG, un service centralise les véhicules aménagés, tant pour leur entretien, leur dépôt que le service des réservations (par facilité de langage, dans les lignes qui suivent, nous l'appellerons « Service PMR ») ; ce service est hébergé au dépôt d'Eybens.

Le remplacement des camionnettes vieillissantes ayant été très brièvement évoqué au détour d'une phrase à la fin de la **Commission d'accessibilité tenue en juin 2025**, cette allusion apparut alors, dans l'esprit des représentants associatifs, comme la probabilité de développements plus substantiels sur ce dossier dans les mois à venir, incluant une consultation des associations à partir d'un dossier préparatoire étoffé.

Aussi fûmes-nous désagréablement surpris d'apprendre, fin août 2025, que le SMMAG s'apprêtait à commander, dès septembre, quatorze véhicules neufs, munis d'un dispositif de chargement complètement différent de celui aujourd'hui en vigueur : au plan incliné à déploiement manuel actuellement en usage, nous allions voir substitué une plate-forme élévatrice motorisée (un « ascenseur », en quelque sorte ...), placée à l'arrière de la camionnette, et dont le temps de mise en œuvre est double de celui nécessité par la mise en place manuelle des actuels plans inclinés.

Si ce dispositif peut avoir un intérêt pour un usage individuel ou familial, avec un faible rythme d'utilisation et une recherche d'autonomie d'un conducteur PMR, il est contradictoire avec les besoins d'un service de transport en commun, qui enchaîne les montées et descentes au cours d'une journée, avec les risques de pannes fréquentes dues à la sur-utilisation.

Bref, ce nouveau dispositif, choisi sans aucune concertation, ne convenait ni aux utilisateurs ni aux conducteurs. Le « Service PMR » contacta l'un d'entre nous après s'être fait prêter un véhicule muni de ce dispositif « innovant », et un essai fut rapidement improvisé au dépôt d'Eybens.

La conclusion des chauffeurs présents et du militant associatif fut unanimement partagée : ce dispositif alliait tous les défauts : lent, étroit, nécessitant de manœuvrer finement à l'intérieur du véhicule, et donc inadapté en cas de transport de plusieurs PMR avec des points de dépose distincts.

Il nous fallut donc avertir le SMMAG du caractère inapproprié de son choix : du fait de la non concertation avec les associations d'utilisateurs, le modèle retenu ne convenait pas, impliquant donc la renonciation urgente à la publication de l'appel d'offres,

Les mois de septembre à novembre furent donc consacrés à la recherche :

- du bon interlocuteur « technique » pour l'avertir de l'inadaptation du choix du « **Service achat des matériels roulants**»,
 - et des bons interlocuteurs « politiques » au sein de la Présidence de la Métro et du SMMAG pour imposer la mise en route d'un processus de consultation des associations.
- Malgré nos demandes par téléphone et par courriels, et malgré les promesses, il ne nous fut pas possible de rencontrer M. le Président du SMMAG.

Nous passerons sur tous les épisodes de ce processus, mais nous ne pouvons vous cacher l'un des constats qui s'est imposé : non content de ne pas avoir organisé une concertation digne de ce nom avec les associations, la personne du SMMAG en charge des choix techniques et des achats n'avait pas non plus cru bon de se concerter avec le responsable et les conducteurs du « Service PMR » !

Sachez que vos représentants au sein des instances de concertation ont su défendre vos intérêts et imposer les choix respectueux de vos besoins, cela, entre autre, à l'occasion d'une réunion de la Commission d'accessibilité dont nous avons imposé la tenue au début de décembre 2025.

En définitive, les nouveaux véhicules seront munis :

- d'un plan incliné abaissable motorisé (utilisable manuellement en cas de panne moteur),
- d'un « train arrière » abaissable, comme aujourd'hui, permettant d'atténuer la pente du plan incliné,
- ce plan incliné sera de 90 cm de large, comme actuellement, et non 80, comme proposé (soit 87 cm de largeur utile),
- ce même plan sera muni d'un revêtement anti-dérapant, et non pas en « nid d'abeille » comme initialement proposé,

et, grande nouveauté,

- tous les véhicules seront munis d'un treuil électrique disposé entre les deux sièges avant, qui permettra de hisser et faire descendre en toute sécurité les FRE en panne ou les fauteuils manuels pesants,

Je vous propose de méditer quant à la difficulté qu'il y a à imposer le maintien ou la légère amélioration de nos conditions de vie, en réfléchissant à cette maxime qui s'impose en matière de transport : « Ce n'est pas le chemin qui est difficile, c'est le difficile qui est le chemin ! ».

Phillipe Mariage

Logement et handicap : un an de mobilisation collective à Grenoble

Lancé en février 2025 à l'initiative de Lolita Barancourt, le groupe de travail inter-structurel sur le logement réunit depuis un an des acteurs associatifs, juridiques et techniques (APF France handicap, Un Toit Pour Tous, Équipe Juridique Mobile de la Ville de Grenoble, ergothérapeutes, architectes, maîtres d'œuvre). Son objectif : améliorer l'accès au logement des personnes en situation de handicap sur le territoire grenoblois.

Cette mobilisation fait suite à un constat préoccupant. Les données de la plateforme Handi-Droits montrent une hausse marquée des demandes liées au logement, passées de 6,1 % en 2024 à 10,7 % en 2025, sans que des réponses réellement adaptées puissent être apportées.

Deux axes de travail ont rapidement émergé. Le premier concerne les bailleurs sociaux. Les délais d'attribution sont longs et les logements proposés souvent inadaptés (normes PMR anciennes, salles de bain non accessibles, éloignement des transports). Le groupe cherche donc à renforcer les liens avec les bailleurs, à les sensibiliser à la diversité des handicaps et à intégrer les instances d'attribution. Des échanges sont engagés avec l'ABSISE et les collectivités réservataires, et des pistes sont étudiées pour siéger dans les conseils d'administration des bailleurs, notamment via les élections de représentants des locataires prévues en 2026. Le groupe s'est également inspiré du programme « Handicap et logement » développé par APF France handicap dans l'Hérault, tout en tenant compte de ses limites opérationnelles.

Le second axe porte sur l'évolution des normes d'accessibilité. Les logements dits « PMR » répondent mal à la diversité des situations de handicap. S'appuyant sur le Guide 2025 pour l'accessibilité des logements du groupe logement de Montpellier, le collectif a privilégié une approche pragmatique : favoriser des logements adaptables dès la construction, simples à modifier et économiquement soutenables. Un groupe technique spécialisé a été créé pour formuler des propositions concrètes à destination des bailleurs volontaires.

Après un an de travail, ce groupe n'a pas encore apporté de solutions immédiates, mais il a posé des bases solides de coopération et ouvert des perspectives durables pour un accès plus juste et effectif au logement.

Des permanences d'accès au droit assurées par les étudiants de l'UGA

En septembre, pour la rentrée, nous remettons en place des permanences d'accès aux droits des personnes :

- à l'espace Willima Gozzi (Voiron) tous les troisièmes mardis après-midi du mois,
- à l'hôpital Sud (Echirolles) tous les premiers jeudis après-midi du mois,
- à l'hôpital Couple-enfant (La Tronche) tous les troisièmes jeudis après-midi du mois,
- à la maison des associations "Nelson Mandela" (Bourgoin-Jallieu) tous les

Ces permanences sont gratuites et permettent à toute personne en situation de handicap ou proche (aidant.e familial.e, représentant.e légale.e, etc.) de nous adresser ses questions de Droit.

Emploi AAH
Aide humaine
Prestations **Indemnisation**

Tutelle PCH
Allocations Aide technique
Scolarité...

Nous pouvons renseigner, orienter ou accompagner au sujet des thématiques suivantes :

À partir du mois de novembre, les permanences d'accès au Droit tenues à l'hôpital Sud et à l'hôpital Couple-Enfant évolueront grâce à un nouveau partenariat avec l'Université Grenoble Alpes. En effet, ce sont désormais les étudiant·es en Master 2 de Droit qui assureront ces permanences.

Avant de se lancer, les étudiant·es auront suivi une formation spécifique. Ce dispositif constitue pour eux une opportunité précieuse : il leur permet d'acquérir une expérience concrète, de se familiariser avec les réalités du terrain, et de faciliter ainsi leur future intégration professionnelle. Bien entendu, ils et elles ne seront pas seuls face aux demandes. Dans un premier temps, la référente Handi-Droits Lolita BARANCOURT les accompagnera lors des permanences. Ensuite, même lorsqu'ils interviendront en autonomie, toutes leurs réponses seront systématiquement relues et validées en amont. L'objectif est de garantir à la fois la qualité des informations fournies et la montée en compétence progressive des étudiant·es.

Ce partenariat illustre la volonté de notre association de conjuguer accompagnement des usagers et soutien à la formation des futurs professionnels du droit.

Alors... A bientôt dans nos permanences !

Vie Associative – Action politique

Cette rubrique de Hand'Isère propose de faire, chaque trimestre, un retour sur la vie de nos instances associatives (Conseil APF de Département, groupes de travail accessibilité, santé et parentalité,...)

Thèmes abordés en décembre

- Élections CA 2026 : Appel à candidature pour 12 sièges à pourvoir (8 handicap moteur, 4 membres physiques). Les candidatures sont à envoyer au plus tard le 13 mars 2026. Diffusion de cette info aux adhérents.
- Municipales : Débat pour la diffusion du plaidoyer au RN. Il sera envoyé à tous les candidats après retour de l'AVH.
- Handi Moi Tout : Possibilité de coopérations ponctuelles. Rencontre prévue avec Chantal et Jérôme.

Thèmes abordés en janvier

- Le dialogue de gestion : Constats des élus : manque de moyens, transformation trop rapide, équipes surchargées, fragilité des délégations. Demande de vraie coconstruction et de formation des élus qui restent engagés mais refusent d'être une chambre d'enregistrement. Besoin de renforcer le lien adhérents/élus.
- Adhésion : Réflexion sur une adhésion solidaire et l'accès aux services.
- Municipales : Plaidoyer envoyé à tous les candidats via l'association des maires de l'Isère.
- Divers : Décision des élus pour soutenir le collectif « Une douche pour toutes et tous »

Thèmes abordés en février

- Représentation CCAS : Question sur la représentation UDAF ou APF France handicap. Ce sera au choix de la personne qui s'engage. Candidatures centralisées par Chantal, Jérôme et Marina avant transmission à l'UDAF. Invitation de l'UDAF au prochain CAPFD.
- Formation : Visioconférence sur le panorama APF France handicap le 10 et 11 mars 2026. Proposition aux bénévoles de l'accueil. Possibilité d'organisation à Grenoble. Diffusion large à prévoir.
- Assemblée Départementale : Préférence pour un samedi en septembre (12 ou 19). Alternatives : vendredis 11 ou 18. Thème : emploi et handicap. Intervenants pressentis : Cap Emploi, EA/ESAT, Mission Locale, TZCLD, GETH, etc.
- Fabrique de l'engagement : Création d'un groupe de travail . Objectifs : définir l'engagement, identifier les formes, établir un diagnostic et proposer des actions. Lancement fin mars. Intéressés : Vincent, Sophie, Chloé, Isabelle.
- Rencontre CAPFR-CA: questions sur l'accès aux aides à domicile et sur l'embauche de personnes en situation de handicap (dont handicaps lourds) au sein de l'association.

Et si nous réinventons ensemble l'engagement à la délégation ?

Au sein de la délégation de **APF France handicap**, nous lançons un nouveau groupe de travail dédié à l'engagement associatif.

Pourquoi ? Parce que l'engagement est le cœur battant de notre association. Ce sont les bénévoles, les adhérents, les élus et les salariés qui font vivre nos actions au quotidien.

Aujourd'hui, les formes d'engagement évoluent. Les attentes changent, les disponibilités aussi.

Il est donc essentiel de prendre le temps de nous interroger collectivement :

- Comment donner envie de s'engager ?
- Comment mieux accueillir les nouvelles personnes ?
- Comment soutenir celles et ceux qui sont déjà investis ?
- Comment reconnaître et valoriser chaque contribution ?

Ce groupe de travail réunira des salariés, des bénévoles et des élus de la délégation. Ensemble, ils réaliseront un diagnostic de l'existant, identifieront les freins et les leviers, puis proposeront des actions concrètes pour renforcer et accompagner l'engagement associatif sur notre territoire.

Notre ambition est simple : construire une dynamique plus inclusive, plus lisible et plus accessible à toutes et tous. L'objectif n'est pas de tout révolutionner, mais d'améliorer ce qui peut l'être, à partir de vos expériences et de vos idées.

Dans les prochains mois, nous irons également à la rencontre des adhérents pour recueillir leur parole. Votre avis compte. Vos attentes, vos envies, vos propositions sont précieuses pour faire évoluer notre manière de fonctionner.

Parce que l'engagement prend des formes multiples – ponctuel ou régulier, sur le terrain ou dans les instances – chacun peut trouver sa place.

Nous vous tiendrons informés des avancées de ce travail dans nos prochaines publications. Et si vous souhaitez en savoir plus ou contribuer à la réflexion, n'hésitez pas à vous rapprocher de la délégation.



Une expérience sensationnelle à iFLY Lyon

Récemment, nous avons organisé une sortie à iFLY Lyon avec huit personnes en situation de handicap pour une expérience peu ordinaire : la chute libre en soufflerie !

Dès notre arrivée, l'équipe sur place nous a réservé un accueil chaleureux et rassurant. Après un briefing adapté et la remise des équipements, chacun a pu se préparer à vivre un moment unique. Casque vissé sur la tête, combinaison enfilée, le cœur battant d'excitation... il était temps de se lancer.



Un à un, les participants sont entrés dans la soufflerie, accompagnés d'un moniteur attentif et bienveillant. Très vite, les appréhensions ont laissé place aux sourires et à l'émerveillement. Portés par le souffle puissant de l'air, ils ont découvert de nouvelles sensations : légèreté, liberté, dépassement de soi.

Les encouragements du groupe, les rires et les applaudissements ont rythmé toute la séance. Pour certains, c'était une grande première, un véritable défi personnel relevé avec courage. Pour d'autres, un rêve devenu réalité.



Au-delà de l'activité sportive, cette sortie a surtout été un moment de partage et de cohésion. Chacun est reparti fier, des étoiles plein les yeux et des souvenirs mémorables en tête.



Une chose est sûre : cette expérience restera gravée longtemps, et elle illustre parfaitement notre volonté de proposer des activités inclusives, audacieuses et riches en émotions.

Semaine nationale des personnes handicapées physiques : une mobilisation gourmande réussie !

Début mars s'est tenue notre traditionnelle vente de gourmandises dans le cadre de la Semaine nationale des personnes handicapées physiques.

Du côté de la délégation de Grenoble

À Grenoble, c'est avec beaucoup d'enthousiasme que nos bénévoles se sont relayés toute la semaine pour tenir des stands de vente :

- E.Leclerc Comboire
- Centre Médical Rocheplane
- CHU de Grenoble Alpes

Nous remercions chaleureusement nos entreprises et partenaires pour leur précieux soutien : Alpagel, Spartoo, Framatome, HP, Schneider Electric, les mairies de Saint-Martin-d'Herès et Seyssins, l'établissement des Charmilles, la maison de retraite des Chantournes, l'IEM du Chevalon à Voreppe, l'ESAT de Pré Clou, CAMSP de Grenoble et APF Industrie.

À l'antenne de Vienne

À Vienne, la mobilisation a été tout aussi forte. De nombreux bénévoles ont tenu des stands sur le marché d'Ampuis et un grand merci à nos partenaires : Calor, Candia, CITAF CARASOIE, Ascorel, Yoplait et Candia.

2350 produits vendus !

Grâce à cette belle mobilisation collective, 2350 produits ont été vendus. Cette opération permettra de financer nos activités sportives et de loisirs tout au long de l'année.

Un immense merci à nos bénévoles pour leur engagement sans faille, et à vous, adhérents, pour vos nombreuses commandes et votre fidélité.



Trail des 3 Pucelles : l'inclusion prend de la hauteur !

Sur les sentiers du Vercors, le sport devient un moteur d'inclusion. Pour la 3^{ème} année, la délégation de l'Isère APF France handicap s'associe au Trail des 3 Pucelles (T3P). Ce partenariat incarne notre volonté d'ouverture : en allant vers le milieu ordinaire, nous créons un terrain de mixité où l'inclusion se vit concrètement. Retrouvons-nous les **25 et 26 avril prochains au Parc F. Mitterrand à Seyssins** ! Le T3P prouve que l'accessibilité est avant tout une question d'audace et de solidarité.



En déconstruisant les préjugés sur le terrain, nous changeons le regard sur le handicap. La visibilité et les fonds récoltés lors de ce week-end sont vitaux et permettent à notre délégation de poursuivre nos actions de proximité, de rompre l'isolement et de défendre les droits de chacun en Isère.

Un prélude engagé : la table ronde « Sport, maladie et handicap »

L'inclusion se réfléchit autant qu'elle se vit : rendez-vous le **jeudi 23 avril (19h à 21h)** [lieu à confirmer], pour une table ronde interactive. Sportifs, médecins, thérapeutes, aidants et acteurs du sport adapté croiseront leurs regards pour sensibiliser le grand public et les sportifs valides aux enjeux du sport pour les malades et personnes en situation de handicap. Ensemble, nous explorerons les bienfaits du sport et les leviers pour lever les freins à la pratique.

Un week-end, deux ambiances au Parc François Mitterrand

Le T3P, c'est une programmation riche qui transforme Seyssins en un véritable village de partage.

Le samedi : La fête de la proximité

- La journée du samedi transforme le Parc François Mitterrand en village effervescent :
- Le sport pour tous : coup d'envoi de la spectaculaire Montée Sèche (12km, 1130m D+) à 15h00, courses pour les enfants dans l'après-midi, tours en Joëlette...
- Le village s'anime : Tout au long de l'après-midi, le parc François Mitterrand devient un espace de rencontre privilégié avec nos stands, nos ateliers de sensibilisation ludiques, les animations pour les enfants et la buvette.
- La soirée festive : Pour clore la journée, place à la convivialité autour d'un repas et d'un concert. C'est le moment où les barrières tombent : coureurs, bénévoles et partenaires célèbrent ensemble.

Le Dimanche : Place aux grandes foulées !

Le dimanche voit s'élancer les traileurs et équipages sur les parcours techniques du Vercors (15km, 680m D+ et 23km, 1100m D+). Entre montées rudes et panoramas spectaculaires, l'inclusion s'invite sur les sentiers. Que ce soit par la participation des équipages Joëlettes ou par le soutien mutuel entre participants, l'esprit de solidarité d'APF France handicap flotte sur chaque kilomètre.

Nous avons besoin de vous !

Un tel événement ne pourrait exister sans vous. Pour cette 3^{ème} édition, nous recherchons des bénévoles pour tout un tas de missions diverses de l'accueil au balisage et de la buvette à la sensibilisation. Rejoignez l'aventure : Que vous soyez disponible trois heures ou tout le week-end, votre présence est notre plus belle victoire. Venez vivre l'émotion T3P de l'intérieur !

Informations pratiques :

Lieu : Parc François Mitterrand, Seyssins.

Contact DD38 APF France handicap : Lorène FREMONT

SORTIES LOISIRS

AVRIL

DATE	ACTIVITES SORTIES	TARIF	ACTIVITES PROPOSEE PAR
Mercredi 1	Village de marque Romans sur Isère rdv à la délégation à 9h30 prévoir pique nique ou argent pour manger sur place	10€ pour le transport	GRENOBLE
Mercredi 8	Balade nature à Villard-de-Lans - RDV à la délégation à 10h00 Prévoir pique nique	10€ pour le transport	GRENOBLE
Jeudi 9	Journée balade au Parc de la Tête d'Or, de 13h30 à 16h00 à Lyon Pour Grenoble: rdv à 9h30 à la délégation	10€ pour le transport (Grenoble)	GRENOBLE / VIENNE
Mercredi 15	Visite du musée du nougat à Montélimar. Départ à 9h30 de la délégation. Prévoir pique nique	7€ pour l'entrée + 10€ pour le transport	GRENOBLE
Mercredi 29	Sortie au Bois de la Bâtie rdv à la délégation à 10h30 pour un départ à 11h Prix : pique-nique	10€ pour le transport	GRENOBLE

Pour tout renseignement ou inscription, vous pouvez contacter:

Grenoble: Théo CURCIO, theocurcio@apf.asso.fr ou 06 78 04 58 94

Vienne: Julie MIRANDA, julie.miranda@apf.asso.fr ou 04.74.85.71.09

SORTIES LOISIRS

MAI

<i>DATE</i>	<i>ACTIVITES SORTIES</i>	<i>TARIF</i>	<i>ACTIVITES PROPOSEE PAR</i>
Jeudi 7	Les saveurs du marché		VIENNE
Mercredi 20	Sortie au Bois de la Bâtie rdv à la délégation à 10h30 Prévoir pique nique	10€ pour le transport	GRENOBLE
Jeudi 21	La ferme des Alpagas		VIENNE
Mercredi 27	Sortie lac bourg d'Oisans rdv à la délégation à 9h30 Prévoir pique nique	10€ pour le transport	GRENOBLE

Pour tout renseignement ou inscription, vous pouvez contacter:

Grenoble: Théo CURCIO, theocurcio@apf.asso.fr ou 06 78 04 58 94

Vienne: Julie MIRANDA, julie.miranda@apf.asso.fr ou 04.74.85.71.09

<i>DATE</i>	<i>ACTIVITES SORTIES</i>	<i>TARIF</i>	<i>ACTIVITES PROPOSEE PAR</i>
Mercredi 3	Accrobranche adaptée (grimpe d'arbres) dans un parc à Meylan, de 12h00 à 17h00 Rdv à 11h à la délégation INSCRIPTION OBLIGATOIRE avant le 3 mai	25€	GRENOBLE
Mercredi 10	Sortie tour du lac de Paladru avec restaurant Rendez-vous à 10h00 à la délégation	10€ pour le transport	GRENOBLE
Mercredi 24	Pétanque & pique nique au Parc de l'île verte Rendez-vous à 11h00 à la délégation ou 12h00 au parc Prévoir pique nique		GRENOBLE

Pour tout renseignement ou inscription, vous pouvez contacter:

Grenoble: Théo CURCIO, theocurcio@apf.asso.fr ou 06 78 04 58 94

Vienne: Julie MIRANDA, julie.miranda@apf.asso.fr ou 04.74.85.71.09

Dates à Retenir

Avril

Mercredi 1 :	Village de marque Romans sur Isère	GRENOBLE
Mercredi 8 :	Balade nature à Villard-de-Lans	GRENOBLE
Jeudi 9 :	Balade au Parc de la Tête d'Or	GRENOBLE
Mercredi 15 :	Visite du musée du nougat à Montélimar	GRENOBLE
Mercredi 29 :	Sortie au Bois de la Bâtie	GRENOBLE

Mai

Jeudi 7 :	Les saveurs du marché	VIENNE
Mercredi 20 :	Sortie au Bois de la Bâtie	GRENOBLE
Jeudi 21 :	La ferme des Alpagas	VIENNE
Mercredi 27 :	Sortie lac bourg d'Oisans	GRENOBLE

Juin

Mercredi 3 :	Accrobranche adaptée à Meylan	GRENOBLE
Mercredi 10 :	Sortie tour du lac de Paladru avec restaurant	GRENOBLE
Mercredi 24 :	Pétanque & pique nique au Parc de l'île verte	GRENOBLE

