

### M.A.S. SAINT ALBAN

#### **Transfert dans les Corbières** **Jun 2009**

Notre groupe «marche sportive» est allé s'essayer sur les pentes des Corbières pendant 3 jours ; au planning beaucoup d'effort, mais aussi et surtout, du réconfort, de la détente, des rires et enfin un plaisir pour tous les sens dans ce cadre somptueux.



#### **Sortie en calèche** **Août 2009**

Un tour de calèche, un pique nique, du plaisir partagé tout au long de cette journée où l'on oublie le quotidien pour ne profiter que du moment présent.



### FOYER GRATENTOUR

#### **Sortie à l'Océan** **Jun 2009**



Profitant de leur transfert à Andernos les Bains (Gironde), cinq résidents accompagnés de leurs éducateurs, ont pu gravir les «ô combien belles dunes du Pyla». Après quelques minutes d'effort intensif, tous ont pu découvrir et apprécier la beauté du décor. Gageons que chacun gardera en mémoire les images de cette belle journée.

Bruno DEYLAUD

#### **Visite d'Airbus** **Septembre 2009**



Invités sur le site AIRBUS, nous avons découvert les avions A 340 et A 380. Lorsque nous sommes arrivés devant l'A380, les résidents du foyer, surpris par la grandeur de l'avion, ont pu aller dans le cockpit où les pilotes les ont reçus. Adrien : «A quoi servent les écrans ?»  
Le pilote : «C'est pour voir s'il y a d'autres avions dans le ciel et voir les réacteurs pendant le vol». Après une visite du reste de l'avion et des appareils de mesure et d'analyse, nous sommes allés dans l'A340. Installés dans les fauteuils, l'imagination s'est mise en marche : Sébastien voulait partir «en Guadeloupe» ; Laure qui, au départ, avait peur de monter, souhaitait à la fin partir en vacances en avion. Ce qu'ils gardent en souvenir c'est d'être montés dans le cockpit mais aussi l'accueil par les personnes qui nous ont accompagnés et les cadeaux que nous avons reçus.  
Un grand merci à Alain CAUPENA qui nous a permis de vivre cette belle expérience

Marie PARKITNY

#### **Sortie en montagne** **Septembre 2009**



Avec les beaux jours, les sorties en montagne ont repris, ainsi que l'escalade en sites naturels. Un nouvel élan est impulsé par certains résidents. Les objectifs sont différents suivant les groupes. Esprit de groupe, entraide, dépassement de soi, revalorisation devant la difficulté et les obstacles à passer, savoir maîtriser sa peur du vide : toutes ces notions essentielles en escalade.  
CHACUN VIT SON PROPRE EXPLOIT !!

Christian BASQUE

#### **Sortie à vélo** **Septembre 2009**



Encore une sortie, une de plus que l'été persistant nous accorde. Tout le monde est motivé. Les vélos sont neufs, on va pouvoir en découdre. Tout y passe : chemins de forêts, pistes cyclables, bases de loisirs. On souffre un peu mais on s'accroche, et surtout qu'est-ce qu'on rigole !! On en profite pour distinguer la droite de la gauche, n'est ce pas Cédric ? On en profite aussi pour se repérer dans les bois, du moins on essaie ... C'est certain cette activité vélo ne connaîtra pas de trêve cette année. Préparons déjà gants et bonnets, HIVER NOUS T'ATTENDONS !!

B. DEYLAUD / B. DUJARDIN