

# AmisPlégiques

## Améliorer la qualité de vie des personnes

### hémiplegiques

L'adhésion à AmisPlégiques est fondée sur un engagement collectif et réciproque, de service et de solidarité, qui rime avec humanité et efficacité.

En devenant membre de l'association, chacun d'entre nous s'engage à adopter une conduite courtoise, attentive, patiente et respectueuse envers la diversité de chacun des adhérents et intervenants.

Les règles de bonne conduite sont donc à respecter, dans l'optique du bien-être et du respect de chacun.

Je me permettrai de citer :

« La force ne vient pas des capacités physiques mais d'une volonté invincible. » GANDHI

C'est cette phrase qui m'a portée et que je tiens à faire passer !!!

La Présidente  
Sandrine Laran

AmisPlégiques est une association de familles créée par des personnes hémiplegiques.

L'aide qu'apporte AmisPlégiques se veut humaniste, solidaire et active.

Au travers d'actions de sensibilisation, d'ateliers et d'activités très diversifiées, nous cherchons à aider les personnes souffrant de séquelles hémiplegiques.

Vivre avec un handicap, endurer une incapacité et être confronté à une dépendance, cela s'apprend.

C'est pour cela que le champ d'action des AmisPlégiques est aussi vaste que nécessaire.

[www.amisplegiques.fr](http://www.amisplegiques.fr)

[amisplegiques@yahoo.fr](mailto:amisplegiques@yahoo.fr)



AmisPlégiques

5 Chemin de Borde Rouge  
31320 AUZEVILLE TOLOSANE

Association AmisPlégiques  
5 Chemin de Borde Rouge  
31320 AUZEVILLE TOLOSANE

## Les Chiffres de l'AVC :

Première cause de mortalité pour les femmes

Troisième cause de mortalité pour les hommes.

Première cause de handicap acquis chez l'adulte :  
environ 500 000 personnes souffrent au quotidien  
des séquelles d'un AVC.

Sur les 60% des personnes qui ont eu un AVC,  
25% présentent un handicap « léger ou modéré »  
et 34% ne peuvent marcher sans assistance.

1 AVC toutes les 4 minutes !

Devenir handicapé et subir les séquelles après un  
AVC est terrassant.

Vivre avec ces séquelles est impensable et  
démoralisant.

Il faut apprendre à vivre avec, on n'a pas le choix.

Mais c'est possible, car la vie ne s'arrête pas, et  
l'expérience des autres est primordiale pour vous  
faire aller de l'avant.

Nous mettons tout en œuvre pour aider chacun  
d'entre nous à y arriver.

L'objectif des AmisPlégiques est d'améliorer la  
réinsertion des personnes hémiplegiques au sein  
de notre société et d'améliorer leur qualité de vie.

L'association intervient :

- auprès des patients du service de médecine  
physique et de réadaptation, du CHU de  
TOULOUSE à Ranguel. En favorisant l'échange  
autour du vécu des handicaps et le partage des  
expériences, elle permet de sortir de leur  
isolement certaines personnes ou familles qui  
sont démunies après la survenue d'une  
hémiplegie qui a bouleversé leur vie.

- auprès des personnes dans leur vie quotidienne ;  
elle aide à la réinsertion sociale en proposant des  
activités culturelles et sportives : atelier Cirque,  
promenades et randonnées pour travailler la  
marche, entretien physique pour améliorer les  
postures, l'équilibre et la souplesse, initiation  
tricycle, mais aussi des ateliers d'aide à la vie  
quotidienne : SOS couture pour adapter les  
vêtements, échanges de trucs et astuces pour  
faciliter le quotidien, atelier de cuisine pour  
apprendre à cuisiner d'une seule main, groupes de  
parole qui permettent de verbaliser notre  
handicap, etc.

Chaque année, AmisPlégiques lance un Défi à ses  
adhérents : en 2012, Défi Montagne (deux jours  
de randonnée et nuit en refuge) ; en 2013, Défi  
Cirque (préparation et présentation d'un numéro  
de jonglage lors de la 36<sup>e</sup> Convention européenne  
de jonglerie, à Toulouse ; en 2014, Défi Droit aux  
buts ! (Entraînement et tournoi de babyfoot) ;  
2015, Défi théâtre : les AmisPlégiques montent  
sur la scène du théâtre du pavé !

## Bordereau d'adhésion ou de don

À retourner accompagné de votre règlement à :

AmisPlégiques  
5 chemin de Borde Rouge  
31320 AUZEVILLE TOLOSANE

Nom et Prénom : .....

Adresse postale : .....

.....

Adresse E-mail : .....

.....

Téléphone : .....

Je souhaite faire partie de l'association en qualité  
de :

membre actif (cotisation annuelle : 15,00 €)  
et/ou

membre donateur\*, montant .....€

\* Particuliers : Réduction d'impôts égale à 66% des  
sommes versées, Entreprises : Déduction d'impôts égale à  
60% des sommes versées

Je reste libre de quitter cette association à tout moment,  
sans avoir à en donner le motif.

Je soussigné, .....,  
autorise\*\*, n'autorise pas\*\* la captation l'édition et la  
diffusion de mon image et de mes propos effectués dans le  
cadre de toute action mise en œuvre par l'association  
\*\* Rayez la mention inutile

Date ..... Signature obligatoire

Veillez trouver ci-joint mon règlement de ..... €

par chèque à l'ordre de l'association AmisPlégiques  
 en espèces