

EDITORIAL Philippe Oriol—Président



Nous voici déjà en juin.

Les vacances approchent à grands pas et c'est l'heure des assemblées générales.

La nôtre s'est tenue le mardi 20 juin. Je remercie les Directeurs qui avaient fait le déplacement et qui nous ont fait le plaisir de leur présence. Je remercie également le secrétaire du CSE, M. Christophe Gracien, pour sa présence. Je regrette le manque de participation plus massif des parents. Et pourtant une assemblée générale c'est important dans la vie d'une association.

Plus que jamais notre raison d'être est toujours d'actualité : créer ou trouver des solutions innovantes et adaptées pour accueillir dans les meilleures conditions les personnes en situation de handicap. Soyez convaincus que c'est un long combat qui n'est pas fini.

Nous avons évoqué le récent congrès de l'UNAPEI qui s'est tenu à Nantes et auquel quatre administrateurs ont participé. Comme chaque année cela nous a permis de mesurer la force de notre **mouvement UNAPEI** et sa légitimité. Les orientations stratégiques présentées ont été les suivantes :

-Améliorer la qualité de vie de chacun au quotidien

-Agir en réseau pour renforcer notre impact

-Accompagner la société pour réussir la transition inclusive.

Notre projet associatif étant en cours de révision, nous tiendrons compte de ces orientations stratégiques pour les décliner à notre niveau ainsi bien sûr que des remarques et observations recueillies à travers le questionnaire

qui nous a permis de consulter très largement.

Nous avons aussi évoqué la question des proches aidants et c'est un sujet sur lequel nous aurons à travailler.

De nombreux projets sont en cours : la réhabilitation de l'ESAT site de la prairie suit son cours, des travaux sont prévus sur le Foyer Loumet, la réhabilitation du site de Guilhot pour lequel nous aurons une nouvelle réunion prochainement avec l'ARS, des travaux également à l'IME de Saint-Jean. Au niveau de nos activités nous avons eu de nombreux événements, que ce soit :

Culturel : les quatre fêtes saisonnières incontournables, un bal pour tous, l'art de R'IME et une multitude d'autres artistes qui se sont produits au niveau des établissements et enfin un projet en cours de tiers-lieu culturel.

Sportif :

-Tir à l'Arc avec de très nombreuses médailles, Foot avec une place de 20^{ème} au championnat de France, le Rugby à toucher à cinq qui a démarré en mars 2023.

- Piscine : le FAM Guilhot se rend tous les jours à la piscine de Pamiers, le Foyer Monié s'y rend tous les mercredis

-Ski : les très nombreuses sorties en tandem ski.

N'oublions pas notre **opération brioches** qui a lieu chaque année la **1^{ère} semaine d'octobre**, pour 2023 nous espérons **une très forte mobilisation de tous.**

Je vous souhaite à tous un excellent été et je terminerai par cette citation d'Albert Camus : *« Chaque génération se croit vouée à refaire le monde. Sa tâche est plus grande. Elle consiste à empêcher que le monde de se défasse »*

Vie de l'Association

Représentants des familles et Présidents des CVS/Etablissement

Etablissements	Président(e)	Représentants Familles
IME ST Jean	A désigner	Mme LESAIN 06 75 88 05 56
	Nolwenn NIGOUL	dominique.michaux752@orange.fr
		Mme TEIXEIRA MOYA
		06 83 97 42 63
		teixeira.alexandre@orange.fr
		M. CUGNET 06 70 84 31 95
		dcugniet@gmail.com
IME Lézat	Mathéo BLOCQUET - usager	Mme Fanny GURY
		fannyg31220@hotmail.fr
	Fanny GURY Vice Présidente	05.61.97.32.19 / 06 10 79 44 21
MAS Guilhot	Germain TOMAS	Mme Franc
	tomas.five@neuf.fr	franc.christine@neuf.fr 06.62.70.29.17
	06 07 13 58 90	
		Mme Babin
		clairbabin09@orange.fr 06.83.34.60.95
		M. ROSE 06 78 93 72 12
	clauderose09@icloud.com	
MAS Girbet	Mme Dimmers	Desbrosse Linda
	robert.dimmers@orange.fr	lindadesbrosse@orange.fr
	05.34.48.07.98	06.82.33.70.01
		Marcel Christine
		chris.marcel3161@gmail.com
		06.30.08.07.98
		BONNET Bernard 06 81 19 62 29
	bernard.bonnet971@orange.fr	
FAM Cambié	RIEU Patrice	LOUISIER Colette 06 81 73 85 81
		colette.lousier@orange.fr
FAM Guilhot	DI LEONARDO Antonio	QUEROL Sandrine
		denis-sandrine@orange.fr
		06.18.06.88.63

Vie de l'Association

Représentants des familles et Présidents des CVS/Etablissement

Etablissements	Président(e)	Représentants Familles
FAM de Guilhot		GUITARD Jean-Jacques jjguitard1@gmail.com 06.08.63.34.39
		VINCINI Isabelle isabelle.vincini@sfr.fr 06.21.25.42.43
		D'ALMEIDA Sabine sabinedalmeida31@orange.fr 06.16.57.18.44
ESATA 2022 - 2025	CAMI Kévin	Bort Huguette - eurl-laborio@orange.fr 06.76.40.98.78
		Mme MARC Nadine nadine.marc09@gmail.com 06.45.71.72.79
ESATI 2022-2025	GAUBERT Tiphaine	FERNANDES Abel fernandesabel09000@gmail.com 06 64 63 89 97
		NAVARRO Gisèle gisele.navarro@wanadoo.fr 05 61 05 75 32
Visa Héberge- ment	POMMERE Armand	PRIVAT-ORIOU Lucienne
Visa Monié	VIDAL Jean-Claude	
Foyer Loumet	Armand POMMERE	Arthur ORIOU suppléant
Résidence la Prairie	Cyril MAINDRON	Marion MASSAT suppléant
Foyer le Chêne vert	Vincent PERROT	Anthony MOLINERO suppléant
Résidence L'ous- talet	Alain SIMONET	Marion DACOSTA suppléant
Représentant Fa- milles		Lucienne ORIOU

Comité de rédaction : Nadine Mailhol, Marie-Line Garrigues, Céline Fernandez, MT Chabanel, Sylvie Suzes, Christine Petit et toutes les équipes de l'Adapei09.

Vie des Etablissements

IME de St Jean : sortie à WALYGATOR par les Ados 2



Bientôt, nous allons passer la journée dans un parc de manèges du côté d'Agen.

Nous pouvons nous payer cette sortie grâce aux sous que l'on a gagné en faisant le Marché de Noël le 6 Décembre 2022 à Varilhes.

Depuis la rentrée, nous avons fabriqué pendant l'activité manuelle des cartes, des bougeoirs, des pots-pourris, des étoiles, des sapins et des guirlandes..., que nous avons vendus.



Le jeudi 20 Avril, nous sommes allés à Walygator !!!

On a fait le bateau pirate, c'était trop cool mais certains ont eu peur. On est monté dans des bouées, ça tournait dans l'eau. On est monté sur des coccinelles qui allaient doucement puis très vite. On a un peu crié. Il y avait des chaises (balançoire) qui volaient.



Nous avons passé une très bonne journée.

Théo, Léna, Adnan, Reda et Nassim.

Le Slam à l'IME de St Jean



Séance d'écriture des textes.

Un projet Slam : on a appris à travailler sur les mots pour faire des chansons – C'était trop bien.

Sur la scène d'Art'Cade à Ste Croix Volvestre avec tous les jeunes participants : Reda, Mathieu, Maël, Mattéo, Clara, Bruna, Martin, Dylan, Théo, Nolwenn, Hugo, Jonathan.

Après une journée de répétition et de reconnaissance de la scène, tous sont fiers du travail accompli ! On est passé à la radio Oxygène. On a rencontré un super artiste. NOLWENN



Les risques d'internet mis en lumière par la Gendarmerie



Beaucoup des personnes vulnérables, accompagnées par l'établissement de services et d'accompagnement par le travail (ESAT), utilisent le numérique. Et les smartphones ont démocratisé son utilisation. Mais face à des sollicitations parfois malveillantes, elles n'en prennent pas toujours la mesure.

Si l'équipe encadrante de l'ESAT, a vocation à favoriser l'insertion professionnelle, elle assure également un accompagnement socio-éducatif fondamental. Elle a

donc eu l'idée de mener des actions de prévention sur l'établissement. Pour cela, elle a fait appel aux gendarmes de la maison de protection des familles (MPF), une unité qui vient d'être créée en Ariège.

Au-delà de la prise en charge de victimes de violences, notamment intrafamiliales, cette nouvelle unité de gendarmerie assure aussi des actions de prévention auprès de publics vulnérables (séniors, enfants, adolescents, personnes handicapées), sur différents thèmes, allant de la discrimination, en passant par le numérique, le harcèlement, ou encore la radicalisation.

L'adjudant Guillaume Picard, et la maréchale des logis cheffe Lucie Duplan, ont animé l'intervention. La première partie a été consacrée à l'utilisation des réseaux sociaux en toute sécurité. Il s'agissait d'apprendre à paramétrer ses comptes, de détecter les faux profils et les fake news. La deuxième partie a été axée sur les arnaques sur internet. Enfin dans un dernier temps, a été évoquée la manière de repérer les mails ou SMS frauduleux, et de sécuriser ses mots de passes.

Une après-midi de prévention, et d'échanges interactifs, très enrichissante. Et au vu des retours, il est sans nul doute qu'il s'agit très certainement de l'amorce d'un partenariat à plus long terme entre l'ESAT et la MPF, avec d'autres thématiques à aborder.

Opération Brioches 2023



Chaque année, en octobre, les associations Unapei se mobilisent autour de l'Opération Brioches.

Cette campagne nationale d'une semaine est organisée dans la plupart des régions de France. Dans des lieux publics ou des centres commerciaux, des personnes porteuses de handicaps et des bénévoles vont à la rencontre des passants pour expliquer les projets locaux portés par leur association et inviter leurs interlocuteurs à les soutenir financièrement en achetant une brioche.

Au-delà de la collecte, ce rendez-vous permet de sensibiliser de nombreux publics. Enfants, étudiants, entreprises et commerces locaux sont souvent parties prenantes de l'opération. Prochain rendez-vous du 2 au 7 octobre 2023.

MAS DE GUILHOT



Le 14 avril dernier, la MAS de Guilhot a accueillie la ferme de PAN qui est venue animer une journée autour des animaux de la ferme. Poules, chèvres, canards, oies et autres lapins sont venus pimenter le quotidien des personnes accueillies. Pour le plus grand bonheur de tous, Lauriane est venue avec ses animaux au domaine de Guilhot et sur les unités de la MAS. Caresses, câlins et promenades étaient au programme de cette journée

FAM DE GUILHOT

Du 07 au 09 JUIN se sont déroulées les journées de l'ASH à l'EPMS de la Vergnière, organisées par les services de la DSDEN, en lien étroit avec la MDPSH de l'Ariège, le Conseil départemental, et de nombreux acteurs sportifs locaux, de l'éducation et du médico-social.

Cette échéance 2023, pensée autour du sport et de l'inclusion, avait pour but d'informer, de sensibiliser et de promouvoir l'accès aux activités physiques et sportives pour les enfants et jeunes scolarisés au travers des dispositifs ULIS et sur les Unités d'Enseignement des établissements médico-sociaux IME et DITEP du département. Cet évènement s'est déroulé sur trois journées :

Une première journée pour sensibiliser les professionnels, enseignants et AESH, qui interviennent autour des élèves en situation de handicap.

Une deuxième journée dédiée aux établissements et services médico sociaux (pratique des ateliers par les enfants et jeunes).

Une troisième journée consacrée aux élèves scolarisés au travers des dispositifs ULIS.

Dans ce contexte d'échanges et de rencontres, le FAM de Guilhot a été sollicité afin de présenter deux ateliers : le parcours moteur, animé par Valérie et Amandine, les éducatrices sportives du FAM, et la sensibilisation à l'équithérapie par l'équithérapeute du site de Guilhot, Laurence.

Ainsi, Niaouli et Ti'poulain, deux chevaux du site de Guilhot, ont posé leurs valises pour quelques jours dans le parc de la Vergnière, pour le plus grand bonheur des enfants, des jeunes mais aussi des professionnels. Pendant ce temps, le parcours moteur, généreusement prêté par le Comité Départemental du Sport Adapté, et en collaboration avec celui-ci, prenait forme.

Pendant ces trois journées, Valérie, Amandine et Laurence ont reçu l'aide de Antonio et Fanny, accueillis au FAM, pour installer le matériel, gérer les soins aux chevaux et aider les jeunes dans la réalisation de leur activité. Au gré des déambulations de chaque groupe, les activités représentées ont remporté un franc succès et ont permis de faire découvrir nos pratiques en élargissant notre réseau. Une semaine fatigante mais enrichissante pour tous et donc une expérience à renouveler pour le plus grand plaisir des participants du FAM de Guilhot.

MAS DU GIRBET



"À la Maison d'Accueil Spécialisée de Girbet, la convivialité s'est invitée autour du premier "Loto du Printemps du Girbet".

Le personnel, les familles, les résidents ont expérimenté les joies des quines sur leur lieu de vie. De nombreux parents ont répondu à l'invitation des équipes éducatives et soignantes. Léa, aide-soignante tourne le boulier, accompagnée d'Albert aide-soignant aussi, qui reporte les numéros sur un grand tableau. Eric est heureux : gagnant de deux places pour le prochain match de rugby, il pourra supporter l'équipe, accompagné de son éducateur. L'ensemble des fournisseurs et commerçants ont soutenu cette belle initiative en fournissant des lots, des bons d'achats. Pour

Claire, maman de Marine, résidente depuis peu, « c'est un moment important pour les familles qui peuvent échanger, se rencontrer et partager leur expérience. C'est une bonne initiative, ma fille est bien entourée et accompagnée. Elle vient tous les jours sans problème. Cela réconforte. »

De même, Christine, maman de Marion, résidente et pensionnaire depuis 13 ans : « les pensionnaires sont très bien et à tout le monde est à leur écoute. Je peux constater de toutes petites évolutions, par petits pas et des moments comme celui-ci de partage et d'amitié ne peuvent être qu'un bonus ». Après la joie d'avoir gagné, les résidents ont partagé un très bon goûter avec l'ensemble des participants dans la bonne humeur. Mme Carine Calcet la responsable du service éducatif, remercie bien vivement toute l'équipe ainsi que les commerçants pour leur générosité.

Au vu du succès un deuxième loto pourrait être organisé dans l'année.

SESSAD



« L'atelier culture » du SESSAD poursuit ses explorations culturelles...

Cette fois-ci, nous sommes partis à Toulouse durant les vacances de février 2023. Nous avons mangé tous ensemble dans un restaurant en centre-ville, puis visité l'exposition « Niki-de-Saint-Phalle » au musée des Abattoirs. Nous avons pu voir des sculptures de toutes les formes et de toutes les couleurs !

FAM DE GUILHOT



SORTIE MONTAGNE À GOULIER

Le 17 Mai a eu lieu une randonnée en montagne exceptionnelle encadrée par les stagiaires

STAPS dans le cadre de leur formation « Accompagnateur en montagne ».

Ainsi, ce sont six personnes du FAM de Guilhot, Habiba, Pierre-Louis, Angélique, Cécile, Kévin et Dylan, accompagnés de Lauriana et Amélie, qui ont eu la chance de bénéficier de cette journée ensoleillée et de montrer leurs compétences de marcheurs dans les hauteurs de Goulier.

Après une belle séquence de marche, un pique-nique revigorant a été nécessaire pour amorcer le chemin du retour. L'équipe de randonneurs, bien fatigués, est rentrée avec le sourire et de beaux souvenirs des magnifiques paysages qu'ils ont contemplés. Bravo à tous !

FAM DE CAMBIÉ



Dés le matin, on s'affaire à Cambié : le choix des t e - nues !!!!!!!! puis vient la

décoration des tables....

La fête commence avec le repas en musique et continue avec un goûter délicieux : les gaufres.....

La musique nous entraîne dans des danses endiablées....

Tout le monde a mis la main à la pâte : les professionnels et les résidents

Très bonne journée et prochain rendez vous pour la fêria à Cambié en juin !!!!!!!

IMPro St Jean : Visite de la centrale Hydro-électrique de Guilhot



Nous passons souvent devant avec nos bus sans savoir à quoi elle sert. La centrale de Guilhot produit de l'électricité pour 4000 foyers ariégeois, elle a plus de 100 ans.

Le chef de la centrale nous explique comment ça marche.

L'eau de l'Ariège arrive par le canal dans la centrale, il y a des machines : l'eau passe dans 3 turbines, elle ressort dans le canal et rejoint l'Ariège.



Sous l'eau, les turbines tournent avec l'eau, les alternateurs transforment l'énergie de l'eau en électricité.



IME DE LEZAT/LEZE

C'est avec une grande fierté que Delphine, Mohamed, Djilali, Théo et Rémi, cinq jeunes accueillis à l'IME de Lézat se sont produits sur scène à l'occasion du spectacle de claquettes « Une nuit au musée » de la section Rhythm'n Taps de Colomiers, enchainant chorégraphies et figuration tantôt en écoliers, en hommes préhistoriques ou en minions...clin d'œil au nom de leur groupe d'appartenance.

Le vendredi 2 Juin, ils ont ainsi enchainé 3 représentations devant 1600 enfants des écoles de Colomiers, Plaisance du Touch, Tournefeuille et la Salvetat Saint Gilles. A 14h tout l'établissement est venu les applaudir et leur donner du courage.

Le samedi soir ils sont montés sur scène une dernière fois sous le regard de leurs familles, et des 300 personnes présentes.

Dans l'ombre, tout au long de l'année les petites mains des autres enfants de l'IME se sont activées pour réaliser de superbes accessoires (masques, sucettes géantes...) et les répétitions sont allés bon train.

Le samedi à minuit, les artistes ont enfin pu profiter d'un repos bien mérité, galvanisés par les ovations du public, de la musique plein la tête.



PROJET CATHARE A L'IME DE LEZAT/LEZE



Sébastien Elmon, porteur du projet **Soliraid Cathare**, sportif de haut niveau, a réalisé l'année passée une performance sportive en courant 232kms en partant de Port La Nouvelle et en arrivant à Foix. Un groupe de jeunes de l'IME avait chaussé les baskets pour l'accompagner sur les premiers kilomètres de la course.

Aujourd'hui, les fonds récoltés ont permis aux jeunes d'obtenir du matériel sportif. Ils ont pu se déplacer

dans les différentes boutiques sportives des partenaires de ce projet :

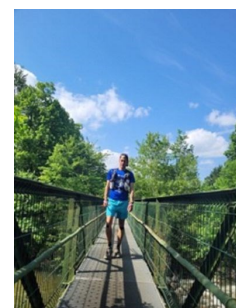
Endurance Shop à Muret : achat d'équipements pour randonnée,

Secteur Cycle à Noé : achat de 2 vélos,

Boutique des arts martiaux à Toulouse : achat d'équipements judo-boxe,

Créadapt à la Tour du Crieu : commande d'un tricycle.

Et pour finir, un don de 2 vélos-pousseurs : Mme Françoise Ducasse.



ARIEGE RESTAURATION

C'est une préparation du corps, on se sent mieux, on fait attention à soi, on se sent plus réveillé et en forme. Souvent, les collaborateurs, en prenant conscience de leur corps, adoptent une meilleure hygiène de vie et sont plus vigilants



aux signaux renvoyés par leurs corps. Ils envisagent le travail sous un angle plus positif. Pourquoi les échauffements musculaires ? Il semble normal qu'un sportif s'échauffe avant de rentrer sur le terrain, alors pourquoi ne pas appliquer cela au monde professionnel ? Il ne faut pas oublier que la carrière d'un sportif, le plus souvent, n'excède pas 10 ans, alors que nous devons travailler plus de 40 ans. On constate fréquemment que c'est lors de la première

heure de prise de poste qu'interviennent les accidents bénins type claquages, courbatures et diverses blessures dues à un défaut d'attention. Le principe Tous les jours, à la prise de poste ; l'équipe

d'Ariège restauration, s'échauffe le corps. Le but est de réveiller le corps et l'esprit en musique et en collectif. Le réveil du corps passe par une sollicitation des muscles, des articulations et de l'appareil cardiocirculatoire. Les échauffements musculaires aident à augmenter la température des muscles, ce qui les rend plus souples et moins susceptibles de se blesser. Ils peuvent aider à améliorer la posture, et à réduire le stress.

Cette séance d'échauffements musculaires permet également un réveil psychique, car le matin, après un réveil très matinal pour l'équipe d'Ariège restauration (vers 4 H du matin) l'esprit est lui aussi endormi. Le fait d'organiser les séances dans une ambiance festive crée en même temps une meilleure ambiance de travail et une meilleure cohésion.

LA MISE EN PLACE

APREUYA a accompagné l'équipe en organisant 3 sessions de 2 heures pour sensibiliser aux troubles musculosquelettiques et proposer des échauffements / étirements au travail. **LA SUITE**

Après les échauffements, Ariège restauration travaillera collectivement les étirements en fin de journée de travail.

Les Hébergements

Le dimanche 11 juin a eu lieu la première séance de kayak à la base de Waterploof à Sinsat.

Nos kayakistes ont



bien géré leur 1^{ère} journée d'initiation en naviguant sur le lac, puis en passant les courants d'un côté et d'autre de l'Ariège. La météo a été clémente permettant un

bon déroulé de l'activité. Ils ont pu faire des parcours chacun à leur rythme sous le regard attentif et les consignes du moniteur. Un petit bilan a été fait sur

chacun. Certains ont plus d'aptitudes que d'autres, mais tous ont des capacités.

Les participants ont apprécié cette activité et sont prêts à recommencer.

Trois autres dates sont prévues, avec une descente sur l'Ariège pour les plus confirmés et une en rafting pour les autres, en espérant que le niveau de l'eau le permette.

LES ESAT

Dans le cadre du projet "Loisirs et bien être", et suite à un constat de surpoids parmi le personnel des ateliers de l'établissement ou services d'aide par le travail, ESATI et ESATA, des animations sportives sont organisées et animées par Sébastien Arseguel, éducateur sportif. Un partenariat a été signé avec la salle de sport Vital liberté de Pamiers en décembre dernier, pour un contrat d'un an renouvelable.

À l'origine de cet engagement, Marine Chourrau, animatrice soutien et Sébastien Arseguel, éducateur sportif et salarié intervenant depuis 10 ans sur les loisirs et le sport. Adhérente du club, Marine a rencontré Alexandre Bouette, gérant de la salle Vita liberté, pour lui proposer une collaboration. Très réceptif, Alexandre a proposé rapidement une offre "pour travailler ensemble". Après avoir pu rencontrer et partager un moment avec le personnel des ateliers, il est même ressorti très ému. Sensible et généreux, il a proposé un contrat bénévole. L'accès est entièrement gratuit, une carte d'accès est offerte pour le



cours, et des tarifs préférentiels (au même titre que le personnel de l'Adapei) ont été mis en place pour ceux qui souhaitent accéder à la salle en dehors du soutien.

Les cours ont lieu sur le temps de soutien, pendant les heures d'activités. Et deux groupes de sept personnes ont vite été formés.

Une heure d'activité est proposée sur un créneau de faible fréquentation, le mardi matin, pour éviter un souci d'accès aux appareils.

Les personnes en surpoids utilisent vélo, et tapis de marche. Pour les plus sportifs ce sont des cours orientés vers le renforcement musculaire. "Il s'agit d'une véritable demande, tout le monde est donc heureux de se retrouver et l'absentéisme est faible".

Un parfait modèle d'inclusion, car les autres adhérents présents sur ce créneau viennent souvent aider pour la bonne réalisation des mouvements et la bonne utilisation des appareils.

La compagnie «Bric à Brac de l'extrême»



a repris le chemin des répétitions depuis un peu plus de 1 an.

Suite à plusieurs soirées d'ateliers, un thème a émergé, mais chut !!! encore un peu de patience. Nous espérons pouvoir vous présenter notre création au 1er semestre 2024.

Pour permettre à tous de ne pas s'enfermer dans un quotidien où le théâtre prend une grande place, nous avons fait une pause poétique où chacun a écrit sa ou ses poésies selon son inspiration.

Nous avons choisi ensemble le thème de « la vie quotidienne » et d'autres poésies de différents auteurs.

Nous avons été invités le vendredi 17 février à jouer au relais de poche à Verniolle devant un public très réactif.

Nous avons participé le jeudi 6 avril à la journée de printemps organisée par la commission culture sur le site de Guilhot.

Nous avons presque terminé l'écriture de la nouvelle pièce et espérons commencer les répétitions dès le mois de septembre.

La compagnie compte 11 comédiens résidents, Koba et Christine, 2 éducateurs (M. Christine et Patrick viennent renforcer la compagnie pour l'intendance en période de représentation.

La vie associative de l'Adapei est présente sur facebook et twitter à l'adresse suivante :

<https://www.facebook.com/adapeiariege@gmail.com>

IMPro

Je veux que vous connaissiez Tountoun est un renard de la bande dessinée que j'ai créé chez moi. J'espère que vous allez aimer mon histoire avec ses amis de la forêt : Coco un lapin, Loulou un loup et Ourban un ours. Et voilà alors régalez-vous avec mon histoire !!! La suite de Tountoun et peut-être de ses amis dans le prochain journal.

