

TANDEM NEWS

Publié avec le concours de la Presse des Jeunes www.pressedesjeunes.com

C'est l'automne!

§ *L'automne est le printemps de l'hiver* §

Henri de TOULOUSE - LAUTREC

Peintre et dessinateur français 1864 - 1901



Des portraits, des infos et bien plus encore ... Ouvrez vite!



Marche Bleue

A l'occasion de la Semaine Bleue, le Centre Social de la Pépinière a organisé une Marche Bleue le mercredi 10 octobre, à laquelle un petit groupe de Tandem a participé.

La Semaine Bleue, c'est 365 jours pour agir et 7 jours pour le dire. Ces 7 jours annuels constituent un moment privilégié pour informer et sensibiliser l'opinion sur la contribution des retraités à la vie économique, sociale et culturelle, sur les préoccupations et difficultés rencontrées par les personnes âgées, sur les réalisations et projets des associations.

Cet événement est l'occasion pour les acteurs qui travaillent régulièrement auprès des aînés, d'organiser tout au long de la semaine des animations qui permettent de créer des liens entre générations en invitant le grand public à prendre conscience de la place et du rôle social que jouent les « vieux » dans notre société.

Cette année le thème de la semaine bleue était "Pour une société respectueuse de la planète : ensemble agissons".

La Pépinière a donc organisé une marche intergénérationnelle (avec les ados et enfants du centre de loisirs) sur ce thème.

Nous sommes partis du centre social, nous avons fait un petit tour dans le quartier Saragosse pour arriver sur le site de Lahérrère, où nous avons participé à des jeux organisés par les jeunes sur la durée de vie des déchets et sur le tri sélectif.





Mon Copilote

Dans cet article vous trouverez les dernières informations sur "Mon copilote".

Dates clés

Décembre 2017: Début de l'expérimentation gratuite

Septembre 2018: fin de l'expérimentation; présentation des tarifs

128: nombre de pilotes (personnes âgées et/ou handicapées accompagnées)

50: nombre de copilotes (accompagnateurs)



Mon Copilote, est une plateforme de mise en relation entre particulier et personne à mobilité réduite pour l'organisation de déplacements.

Mon copilote a été à l'essai sur Pau de décembre 2017 jusqu'à fin août 2018.

Depuis le mois de septembre Mon copilote est opérationnel et est un service payant.

Voici les tarifs (pour un aller):

- 5€ pour un trajet de moins de 15kms
- 7€ pour un trajet de 15 à 30 kms
- 14€ pour un trajet de plus de 30kms + 0.10€ de défraiement par km supplémentaire.

Comptez le double pour un trajet aller / retour .

Pour demander un trajet, deux possibilités:

- sur le site internet
- par téléphone au 07 67 07 80 55

Le paiement du trajet se fait par carte bancaire (directement sur le site internet, ou par téléphone).





Journée "Festiv'Handicap"

Samedi 22 septembre Philippe, Lionel, François et Guy, accompagnés par Anne Marie et Myriam ont participé à une journée festive. François et Lionel nous racontent.

Ce jour-là, nous nous sommes retrouvés certains adhérents de Tandem (Philippe, Lionel, Guy, François, Anne Marie et Myriam) pour une sortie à Lembeye dans le cadre du "Festiv'Handicap" organisé par l'association des "Orchidées Blanches".

Pour l'occasion, plusieurs jeux ont été prévus : pétanque, fléchettes, basket, Ping-pong, quilles, danses, jeux béarnais, jeux de massacre, expression artistique et jeux anciens, ainsi que plusieurs expositions de peintures et objets réalisés par des personnes handicapées.

Nous remercions les pompiers de Lembeye qui nous ont fait faire un tour dans le camion avec en prime la sirène en marche.

Le midi nous avons eu un excellent plateau repas, et nous avons chanté. A la fin du repas, il nous fut remis une coupe pour Tandem et une médaille à chacun.

Ce fut une journée enrichissante car cela nous a permis de faire connaissance avec d'autres structures et associations s'occupant de personnes handicapées et de créer des liens.



Lionel et François





"Les bénévoles"

Chers bénévoles de Tandem, ce poème est pour vous!

Dans un monde où le temps s'enfuit à toute
allure;
Dans un monde où l'argent impose sa
culture;
Dans un monde où parfois, l'indifférence
isole;
Les anges existent encore : ce sont les
bénévoles.
Ces gens qui, par souci du sort de leur
prochain,
prennent de leur temps pour tendre la main;
Ces êtres généreux, qui s'oublie et se
dévouent,
Ne les cherchez pas loin. Ils sont parmi nous.

Étant fort discrets, ils ne demandent rien
Ni merci, ni argent, ni aucun bien.
Pourtant, ce qu'ils donnent n'a pas de prix.
Rien ne peut l'acheter : c'est une partie de
leur vie.

Et c'est bien grâce à eux si Noël, pour
certains,
demeure un jour de magie plutôt que de
chagrin!

De tout cœur, nous désirons vous
remercier :
« Puissiez-vous recevoir autant que vous
donnez! »



Jeudi confiture

Les adhérents présents à la permanence du jeudi 6 septembre ont eu la surprise de pouvoir faire de la confiture de figues.
Merci à Marielle pour les figues du jardin!

Anniversaires

Encore 1 bougie de soufflée



Ces derniers mois, Florence, Anna, Marthe, Léontine et Muriel ont fêté leur anniversaire avec Tandem.

Nous les remercions pour les délicieux gâteaux apportés et partagés!

Invitation

Gouter de Noël

Vous êtes invités à un après midi convivial, pour fêter Noël, le mercredi 19 décembre.

Musique, gourmandises et décorations seront au rendez vous!

Si vous souhaitez participer à ce gouter, merci de bien vouloir vous inscrire auprès d'Anaïs avant le 3 décembre.



Plan anti solitude

Samedi 29 septembre, Tandem a participé au lancement du "Plan anti solitude" présenté par le Maire François Bayrou.

Diverses propositions ont été faites sur le sujet. Une d'entre elles est de mener des ateliers participatifs entre acteurs oeuvrant sur le terrain. Tandem participera à celui du 06 novembre sur le thème de la mobilité accompagnée.

Forum des associations

Tandem a tenu un stand au 1er forum des associations, organisé par la ville de Pau, le dimanche 30 septembre.

Ce fut l'occasion de présenter Tandem aux visiteurs.



Concert nouvel an

Comme chaque année l'OPPB donne 3 représentations du concert du Nouvel An. Samedi 05 janvier à 20h30 et dimanche 06 à 11h et 17h.

Si vous souhaitez assister à une des représentations, merci d'en informer Anaïs au plus vite afin qu'elle puisse prendre les places disponibles les plus accessibles possible.



Idee de sortie

Festival de Saragosse en 365 jours

Divers animations organisées sur le site de Laherrère:

- Jeudi 25/10 à 19h Instant Philo "L'ami peut il être le grand amour?"
- Mercredi 31/10 soirée Halloween
- Tous les vendredis après midi atelier jardinage

Idee de sortie

Ciné-Ma Différence

Samedi 1er décembre 2018 à 15h00

Médiathèque André-Labarrère

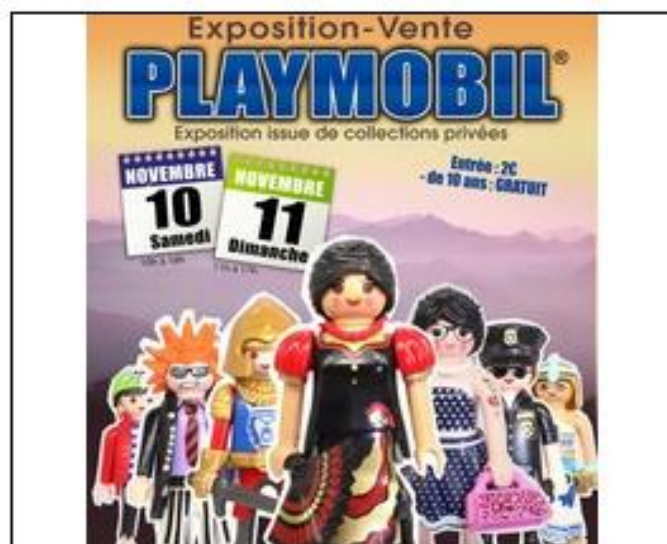
Film : Paddigton

Séance gratuite, adaptée aux personnes handicapées



Idee de sortie

Exposition de Play Mobil



Association EFP 64 présente une exposition vente Playmobil les 10 et 11 novembre à l'espace Balavoine à Bizanos.
Présentation de collections privées, dioramas et vente de pièces au détail.
Tombola, buvette et restauration sur place
Entrée: 2€

Idee de sortie

Déjeuner Cuisine du monde

Grand déjeuner autour des cuisines du monde, dimanche 2 décembre, au gymnase Roger Tétin à Billère (à partir de 12h).
Grand déjeuner autour des cuisines du monde, préparé par les centres d'animation de l'Agglomération paloise, pour clôturer l'édition 2018 du Festival des Solidarités à Billère.
Repas gratuit et ouvert à tous !



Idee de sortie

Théâtre intercatif

Spectacle créée par les jeunes des Francas Dimanche 25 novembre, à 18h, salle De Lacaze à Billère.
Cette représentation de théâtre forum, intitulée "Vivre ensemble" vous invite à vous mettre en réflexion sur la solidarité, et apporter ensemble des réponses à des problématiques sociales.
Gratuit

Spectacle Téléthon

Spectacle multidisciplinaire au Théâtre Saint-Louis, vendredi 7 décembre, à 20h30. Théâtre, musique et danse.
Un grand spectacle en 3 parties.
Improvisation avec la troupe Les ImproVocs du théâtre Episcènes
Danse avec les élèves des écoles de danse de Pau
Musique Jazz et Blues
Prix des places 12 euros, non numérotées.



Les ingrédients

1 pâte brisée
 2 potimarron moyens
 4 oeuf ou 5 petits
 25 cl de crème légère
 liquide
 Parmesan ou fromage
 italien râpé (facultatif)
 Muscade
 Poivre
 Sel

Étape n°1



Peler, vider de ses graines et faire cuire le potimarron environ 25 min dans de l'eau

Étape n°2



Pendant ce temps, étaler la pâte brisée et tapisser un moule à tarte

Étape n°3



Tarte au potimarron

Plus petit que le potiron ou la citrouille, le potimarron a un petit goût de châtaigne.



Étape 4

Dans une jatte, battre les jaunes avec la crème, rajouter une petite pincée de noix de muscade, sel et poivre.

Étape 5

Dans un autre récipient, monter les blancs en neige ferme.

Étape 6

Quand le potimarron est cuit, le verser dans une passoire et égoutter. L'ajouter au mélange jaune d'oeufs + crème (rajouter le fromage râpé s'il y en a) et vérifier l'assaisonnement.

Étape 7

Incorporer délicatement les blancs montés en neige au mélange potimarron, oeufs et crème et le verser sur la pâte brisée.

Étape 8

Prechauffer le four à 200°. Mettre au four pendant 30 minutes et surveiller la cuisson.

Suggestions du chef

Ne pas mettre trop de muscade, ni trop de fromage de façon à ne pas masquer le petit goût de châtaigne du potimarron