

L'ECHO DE L'ODYSSEE

Journal de l'Odyssée de L'Espoir



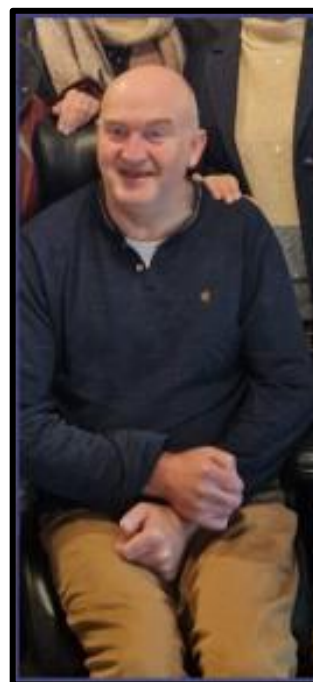
Janvier 2024, Echo N°80



En ce début d'année 2024 il est de tradition d'envoyer ces bons vœux. À mon tour je saisis l'opportunité de souhaiter à chacune et à chacun d'entre vous une bonne et heureuse année 2024. Qu'elle vous apporte de la satisfaction et la santé qui pour beaucoup d'entre nous est primordiale.

En 2023 l'association nous a apporté une semaine de bonheur partagé qui ne peut pas nous laisser indifférent. Outre le Calvados que nous avons pu visiter, les valeurs exprimées pendant cette semaine resteront dans nos mémoires.

Pour le mois de juillet 2024 plusieurs d'entre nous ont déjà commencé à travailler pour que notre semaine dans les Ardennes soit réussie.



Amicalement

Alain,
Président de l'Odyssée de l'Espoir.



En cette fin d'année 2023, les membres de l'Odyssée de l'Espoir se sont retrouvés pour l'Assemblée Générale et le traditionnel repas de Noël.

Cette fois ci nous nous sommes réunis à Compiègne, afin de réaliser le bilan de l'année qui s'est écoulée. Trente-deux adhérents dont le Vestiaire de Sophie, étaient présents et prêts à s'engager dans les nouveaux projets 2024 !



L'Assemblée générale a débutée à 14h30 par une présentation succincte de l'association et du vestiaire de Sofie. Puis, différents points concernant les retours de la semaine à vélo ont été abordés : Tel que l'engouement exceptionnel de tous les participants de la semaine à vélo, anciens comme nouveaux ! Ainsi que la satisfaction ressentie de la décision de l'ajustement du quota de personne à mobilité réduite en rapport au quota de personne valide.

L'assemblée générale s'est mise d'accord pour faire don de l'excédent de la trésorerie de l'année 2023 à plusieurs associations : L'ARSEP pour la recherche sur la SEP, Les Emmaüs de Clermont et de Beauvais qui viennent en aide au vestiaire de Sofie, Ainsi que *SEP en Ardennes* et *Sep Un Plus* dont nos fidèles adhérentes Mireille et Catherine en sont les présidentes.

Concernant les projets à venir, nous sommes partis pour réaliser une semaine à vélo 2024 dans les Ardennes. Le vote a été unanime face à la présentation de Mireille ! Une nouvelle équipe s'est alors formée afin de repérer les villes étapes de notre futur périple.

Quelques changements ont été remarqués dans le Conseil d'Administration de l'Odyssée de l'Espoir. Avec les remerciements appuyés de l'ensemble des membres de l'association, Valentin Mercier, ancien trésorier et membre du conseil depuis plusieurs années, a fait le choix de quitter le bureau pour laisser leur place à de nouveaux représentants. Mireille Fourile a été unanimement élue pour rejoindre les membres du CA. Un grand merci à eux pour les engagements tenus et les engagements futurs.

L'assemblée générale s'est clôturée en fin d'après-midi afin de laisser place au repas de Noël et son traditionnel échange de cadeaux !



A Très Vite !

Clémence,
Secrétaire de l'Odyssée de l'Espoir.



Le périple dans le calvados fut vraiment une semaine de détente, de rires et de bien être : une semaine où il y avait beaucoup de partage !!!

Beaucoup de nouveaux adhérents, venus d'horizons différents, ont participé à leur première Odyssée. Nous espérons qu'ils ont apprécié l'expérience et viendront nombreux l'été prochain.

Karine,
Rédactrice de l'Echo.

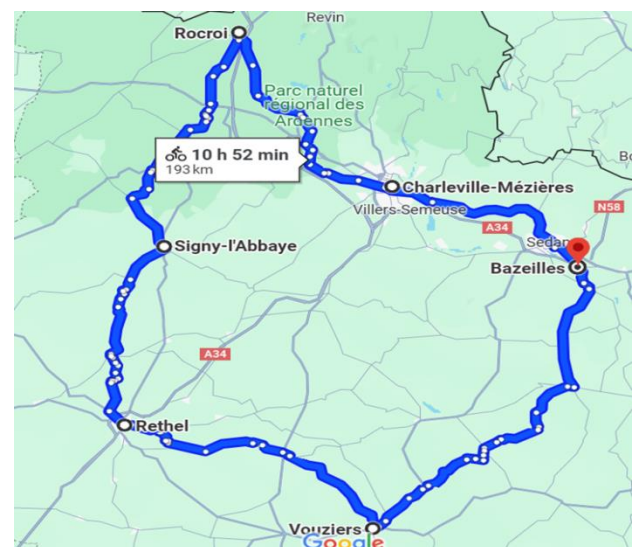
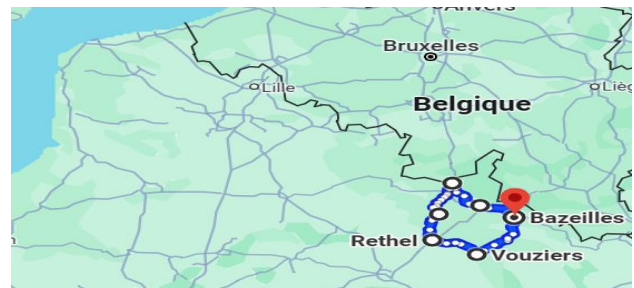
Trajet 2024

Parcours arrêté pour le moment :

- Départ de Bazeilles (53km),
- Vouziers (51 en passant par attigny),
- Rethel (51km en passant par auvillers),
- Signy l'Abbaye (51km en passant par revin),
- Rocroi (55km)
- Charleville mézière (30km + pause)
- Bazeilles (27km + joëlette ?)



Les villes sont en cours de validation, il est possible que certaines d'entre-elles n'aient pas la possibilité de nous accueillir cet été. De ce fait, le trajet est encore amené à être modifié.





Grâce au Vestiaire de Sofie, les recettes de l'association peuvent former un surplus quant aux dépenses de nos actions. L'ensemble des membres de l'association, ont votés à l'unanimité pour la décision de reverser chaque année une somme à la recherche contre la SEP.

Le vestiaire de Sofie comprend une quinzaine de bénévoles. Elles reçoivent des dons de vêtements et divers objets et les revendent en seconde main. Une partie de leur recette permet à l'Odyssée de l'Espoir de fonctionner. Un site internet a été créé pour avoir des informations pratiques.



@ : <https://www.vestiairedesofie-coyelaforet.fr/>

Depuis quelques années quelques bénévoles du vestiaire de Sofie participent à notre assemblée générale. Elles nous permettent d'en apprendre davantage sur elles, et à l'inverse d'avoir un retour sur nos actions. Le vestiaire de Sofie partage nos échanges sur les problématiques que l'on rencontre, et participent aux votes des projets à venir de l'Odyssée de l'Espoir.

L'assemblée générale s'est mise d'accord pour faire un don de l'excédent de la trésorerie de l'année 2023 à plusieurs associations : Deux Emmaüs aidant activement Le Vestiaire de Sofie, et deux autres associations dont les membres de l'Odyssée de l'Espoir sont coordinateurs.

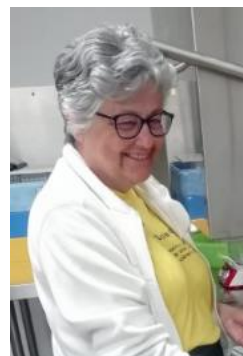
Catherine et **Mireille** vous ont préparé un petit descriptif de leur association afin d'en savoir plus sur elles.



L'association **SEP Un Plus** s'est progressivement éloignée des grandes fédérations nationales pour se positionner au plus près des malades.



Si sa coordinatrice **Catherine Lienhardt** continue à conseiller, informer, soutenir des malades parfois domiciliés à l'autre bout du département, à collaborer avec les neurologues de la Clibosep et à participer à des formations de personnels soignants, l'association, elle, œuvre pour sortir les malades de l'isolement.



L'association contribue équitablement à l'achat de matériel médical : Releveur du membre inférieur, fauteuil roulant motorisé, trottinette électrique, mise aux normes d'une salle de bains,

Une fois par mois, les adhérents se retrouvent pour une réunion d'information suivie d'un repas convivial au restaurant habituel. Ils peuvent aussi profiter des séances mensuelles de sophrologie.



Et surtout, chaque semaine, ils ne rateraient pour rien au monde le **ping-santé**, qui, comme son nom l'indique est un ping-pong adapté aux malades : après le traditionnel échauffement, on y travaille l'équilibre grâce à un parcours au sol, de cerceau à cerceau, semé d'embûches (des haies d'une hauteur de 25 cm qui, pour certains constituent un défi redoutable), le tout en tenant une raquette surmontée d'une balle (ronde ou cassée, selon les difficultés que l'on rencontre). S'en suit un travail sur la table où on l'on tente de « dégommer » des gobelets insidieusement déposés là. On y pratique le revers et parfois le coup droit, réputé plus difficile. Et quand, en fin de séance on fait des échanges, on constate que depuis trois ans des progrès remarquables ont été réalisés.

Et enfin, SEP Un Plus propose des sorties : ce sont souvent de simples balades à pied ou en fauteuil, des pique-nique sympas, parfois une escapade en bus : à Bibracte ou Alésia, à Touroparc, et surtout le traditionnel week-end de deux ou trois jours, comme à Troyes, à Lyon, ou en Alsace qui en plus du divertissement qu'il procure, contribue à souder le groupe.

Toutes ces activités n'ont pas empêché SEP Un Plus de participer au **téléthon**, en présentant l'an dernier une danse en fauteuil et en mettant en place cette année un atelier de ping-pong où on joue en fauteuil roulant.





Sep en Ardennes en chiffres :

- 28 adhérents.
- 16 événements en 2023.
- 5 stands d'information tenu en 2023.
- 1 rencontre avec Anita FATI nageuse handisport française.
- 1 GROUPE DE PAROLE par mois.

Sep en Ardennes est une association créée en 2017 par **Mireille FOURILE**. L'association a pour objectif de soutenir, d'informer et de partage de moments de convivialités, pour les personnes porteuses de sclérose en plaques et leurs aidants.



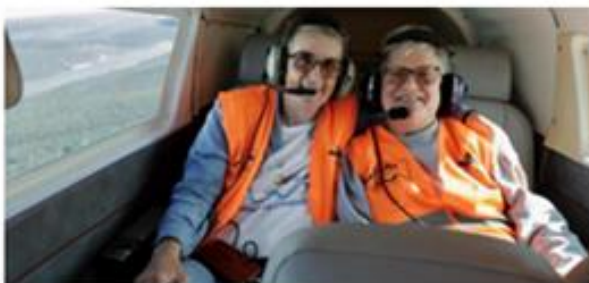
Photos d'événements couverts par l'association SEP EN ARDENNES



Balade en calèche des adhérents avec leur famille dans nos belle forêts ardennaise cette automne



Tous à l'O avec le maire de Charleville-Mézières M. RAVIGNON



Handifly octobre 2023, Mireille et Odile.



Stand d'information du 25 novembre 2023



Bulletin de soutien

Association l'Odyssée de l'Espoir



L'Association l'Odyssée de l'Espoir est une association « relais » constituée de personnes atteintes de sclérose en plaques (SEP) et de personnes qui souhaitent leur apporter soutien. Elle a pour but de faire connaître la sclérose en plaques. Personnes en situation de handicap et personnes valides se retrouvent totalement complémentaires tout au long de l'année, lors de séjours ou de la semaine à vélo qui se déroule chaque année au mois de juillet pour un parcours à travers la France avec nos carrioles tractées.

En devenant membre de cette association, vous participez à l'ensemble des objectifs précités.

Écrire de préférence en majuscule - Pour les mineurs, signature du représentant légal

Je soussigné(e) _____

Adresse : _____

Téléphone / e-mail : _____

Soutien à l'Association « l'Odyssée de l'Espoir » en qualité de :

- ☐ **Adhérent** (statut nécessaire afin de participer aux événements et recevoir le journal de l'association) :
Cotisation de l'année 2024 d'un montant minimal de 15,00€. Montant versé : _____ €
- ☐ **Bénévole** du Vestiaire de Sofie. (statut réservé aux bénévoles assurant le bon fonctionnement quotidien du Vestiaire de Sofie).
- Je souhaite recevoir l'Echo de l'Odyssée :
- ☐ par courrier
- ☐ par mail
- ☐ **Donateur** : Donation simple (sans adhésion formelle), d'un montant de _____ €
- ☐ **En cochant cette case, je demande à recevoir un reçu fiscal correspondant à ma cotisation.**
- ☐ **En cochant cette case, j'accepte que des photos de moi soient publiées sur les réseaux de l'association.**

Fait à : Le :

Signature :

Bulletin à envoyer chez :

Clémence Malapel
14 rue Jules Guesde
62 590 OIGNIES

(Chèque à l'ordre de l'Odyssée de l'Espoir)

www.odyssee-espoir.com

odysseedelespoir.contact@gmail.com

Adresse postale : 14 rue Jules Guesde 62 590 OIGNIES

Siège social : 190, chemin Salatier - 13330 LA BARBEN

Prix régional PACA 2003 de la Caisse d'Epargne sous l'égide de la Fondation de France

Prix « Fais nous rêver » 2003/2004 sur le thème de l'éducation par le sport

ADAPT& Mairie de Paris : Médaille d'argent, Catégorie Média, trophées « Handicap & Citoyenneté » en 2004

Reconnaissance d'intérêt Général en 2005

Prix « L'atelier des rêves » de la FDJ en 2013

Prix « coup de cœur » de l'innovation sociale régionale de AG2R La Mondiale en 2015

Bulletin de prêt de Matériel de L'Association l'Odyssée de l'Espoir



L'Association l'Odyssée de l'Espoir met son matériel à disposition de tous ses adhérents.

Le matériel de l'Odyssée de l'Espoir peut être prêté à chaque adhérent, à titre gratuit, pour des sorties personnelles occasionnelles à condition que celui-ci soit disponible pendant la période demandée. Ce bulletin de prêt fait office de demande auprès du conseil d'administration de l'association pour l'emprunt du matériel. L'organisation du transport du matériel devra être discutée entre l'adhérent demandeur et le président, le vice-président ou la secrétaire. Attention tout matériel devra être rendu disponible pour la semaine annuelle de l'Odyssée de l'Espoir.

Écrire de préférence en majuscule - Pour les mineurs, signature du représentant légal

Je soussigné(e) _____
Adresse : _____
Téléphone / e-mail : _____

Demande pour emprunt :

- ☐ **Une carriole :**
 - ☐ La « King ».
 - ☐ La « Queen ».
 - ☐ La « Carriole à main ».
 - ☐ La « Carriole à pied ».
- ☐ **Un vélo avec attache pour carriole.**
- ☐ **Un vélo classique.**
- ☐ **Un tandem classique.**
- ☐ **Un tandem pino.**

De la date du : _____ Au : _____

☐ **En cochant cette case, j'accepte que des photos de moi soient publiées sur les réseaux de l'association.**

Fait à : Le :

Signature :

Bulletin à envoyer chez :

**Clémence Malapel
14 rue Jules Guesde
62 590 OIGNIES**

Pour une demande rapide n'hésitez pas à me contacter par SMS au 07.83.72.14.84

www.odyssee-espoir.com

odysseedelespoir.contact@gmail.com

Adresse postale : 14 rue Jules Guesde 62 590 OIGNIES

Siège social : 190, chemin Salatier - 13330 LA BARBEN

Prix régional PACA 2003 de la Caisse d'Epargne sous l'égide de la Fondation de France

Prix « Fais nous rêver » 2003/2004 sur le thème de l'éducation par le sport

ADAPT& Mairie de Paris : Médaille d'argent, Catégorie Média, trophées « Handicap & Citoyenneté » en 2004

Reconnaissance d'intérêt Général en 2005

Prix « L'atelier des rêves » de la FDJ en 2013

Prix « coup de cœur » de l'innovation sociale régionale de AG2R La Mondiale en 2015