

Les cordées

Rompres la solitude
par la force
de l'écriture



Association des Paralysés de France

LA CHARTE DE L'APF

Dans la ligne de la Déclaration Universelle des Droits de l'Homme, l'Association des Paralysés de France, mouvement de personnes handicapées, de leur famille et de personnes valides, affirme la primauté de la personne :

- l'être humain ne peut être réduit à son handicap ou sa maladie quels qu'ils soient,
- en tant que citoyenne, la personne handicapée exerce ses responsabilités dans la société ; elle a le choix et la maîtrise de son existence.

L'APF affirme :

- son indépendance de tout parti politique et de toute religion.

L'APF revendique :

- l'intégration de la personne handicapée dans la société, à toutes les étapes de son existence, en tous lieux et en toutes circonstances,
- la prise en compte des préoccupations des familles dès l'annonce du handicap, quelle qu'en soit l'origine,
- l'égalité des chances par la compensation humaine, technique et financière des conséquences du handicap, afin de permettre à la personne handicapée d'acquérir une pleine autonomie,
- la mise en œuvre d'une politique de prévention et d'information de la société sur les réalités du handicap.

L'APF développe :

- une dynamique d'insertion pour une plus grande ouverture sur l'extérieur, par les possibilités qu'elle donne d'entrer en relation avec le monde et par les partenariats qu'elle instaure,

- une égalité effective entre toutes les personnes handicapées, quel que soit leur lieu de résidence,
- la solidarité entre les personnes, handicapées et valides,
- l'accueil et l'écoute des personnes handicapées et des familles.

L'APF s'engage à assurer :

- la place prépondérante de l'adhérent,
- le droit d'expression de tous : adhérents, bénévoles, salariés, usagers,
- le développement de la vie associative à travers toutes ses composantes, condition essentielle de la vitalité de l'association,
- la représentation et la défense des intérêts des personnes handicapées et de leur famille,
- la qualité de ses services en développant l'observation et l'anticipation, l'innovation et l'expérimentation, l'information et la formation, et en procédant à leur évaluation régulière,
- la proximité de son action par sa présence sur l'ensemble du territoire et la cohérence de celle-ci par son organisation nationale.

L'APF s'oblige :

- à la rigueur dans la recherche et la gestion des fonds obtenus des pouvoirs publics ou provenant de la générosité du public,
- à informer ses donateurs,
- à garantir la transparence de ses comptes,
- à utiliser les fonds mis à sa disposition en donnant toujours la priorité aux valeurs humaines.



aujourd'hui. Prendre le temps de lire l'histoire, la vie, les joies mais aussi les peines des autres est un moyen simple et peu contraignant de donner un peu de son temps... pour mieux recevoir.

Pas besoin d'être écrivain pour correspondre!

Le but des cordées est de rompre la solitude, pas de juger votre orthographe! C'est la liberté d'écrire quelque chose autour d'une photo ou d'un texte que vous aimez, d'un article de journal que vous voulez partager.



Alain :

Les cordées sont pour moi un moyen de nouer des liens amicaux, voire affectifs, sans sortir de chez moi.

Claude :

À travers mon message, je renvoie ce que chacun me donne d'amitié fraternelle, de compréhension, d'aide à mieux vivre.

Qui contacter pour rejoindre une cordée ?

> La délégation départementale APF la plus proche de votre domicile.

Ou directement :

> Cordées électroniques :

Aline Pairet, responsable nationale des cordées électroniques,

mail : aline.pairet@apf.asso.fr

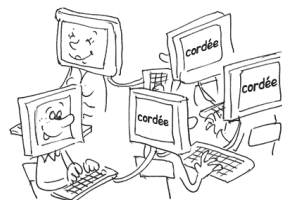
ou en allant sur le site :

www.apf.asso.fr/participer/cordees

> Cordées épistolaires :

Yvonne Ollier, responsable nationale des cordées épistolaires,

mail : yvonne.ollier@apf.asso.fr



**Depuis 1933,
dès la création
de l'APF, les cordées
rassemblent
personnes en
situation de handicap
et personnes valides
de tous horizons
autour de valeurs
partagées.
C'est dire si elles
sont utiles!**

Le principe des cordées

- Ce sont des lettres ou des courriels qui circulent entre plusieurs personnes.
- Chacun lit les messages des autres, répond ou livre ses impressions du moment.
- Un responsable, premier de cordée, veille à ce que la cordée ne s'arrête pas.
- Les lettres ou les courriels arrivent chez vous régulièrement et vous vous engagez à répondre dans un délai d'une semaine environ.
- Vous pouvez donc choisir de rejoindre une cordée électronique ou une cordée épistolaire.

Ne plus être isolé

Savoir que quelques personnes prennent le temps de vous lire et vous assurent une réponse est quelque chose de précieux

“ **Anne-Marie :**
*Aller à l'essentiel...
L'autre.* ”

“ **Corinne :**
*J'aime faire danser
le stylo à bille sur
le papier.* ”

“ **Aurélie :**
*Les cordées font que
le chemin paraît
moins dur!* ”

