

NUMÉRO 5 - JANVIER - FÉVRIER - MARS 2024

ÇA S'EST PASSÉ À L'UDAF

Les traditionnels voeux aux majeurs protégés se sont tenus le vendredi 26 janvier en présence de Madame BRIHAT, Juge des tutelles au tribunal de Moulins.

Environ 60 bénéficiaires ont répondu présents. Cette rencontre a notamment pour vocation de permettre à tous d'échanger dans une atmosphère conviviale autour de la galette des rois mais aussi de créer du lien en dehors du strict cadre de la mesure de protection.



Le 8 février s'est tenue une réunion sur notre site de Cusset afin de proposer aux personnes protégées de ce bassin la création d'une délégation du Conseil de Protection et de la Vie Sociale.

Quelques bénéficiaires ont pu rencontrer des membres du CPVS de Moulins. Cela a permis de comprendre l'intérêt d'un tel collectif mais surtout les bienfaits d'un tel groupe.

Prochain rendez-vous :

Vendredi 12 Avril à partir de 14h30



Le tutoriel expliquant le paramétrage de l'application banque adaptée Caisse d'Épargne est maintenant disponible notre site internet : www.udaf03.fr



Le 30 janvier dernier, l'Ireps (Instance Régionale d'Éducation et de Promotion de la Santé) a animé un atelier en promotion de la santé pour un groupe de 12 personnes protégées : l'idée étant de développer les compétences, le savoir-être nécessaires de chacun dans le domaine de la santé. La première rencontre a permis d'établir un premier contact et de baliser ensemble des axes prioritaires de travail pour mener des démarches en promotion de la santé.

SOMMAIRE

[Page 1](#)

- Ça s'est passé à l'Udaf

[Page 2](#)

- Attention aux arnaques
- La pensée du trimestre
- Le petit point prévention

[Page 3](#)

- Au plaisir des papilles
- Vrai / Faux
- Idées de sorties
- Jeu

[Page 4](#)

- Fin de la carte verte d'assurance
- Compostage obligatoire
- Info numérique
- Réponse Vrai / faux
- Dernière minute

Union Départementale des
Associations Familiales de l'Allier
19 rue de Villars - 03000 MOULINS
Téléphone : 04 70 48 70 00
Mail : contact@udaf03.fr

Retrouvez l'actualité de l'Udaf sur
www.udaf03.fr



ATTENTION AUX ARNAQUES EN LIGNE

Quelques exemples d'arnaques que nous pouvons recevoir

Info ANTAI : Vous avez un retard de paiement de 35,00€, dossier référence 20023099. Consulter mon dossier d'infraction via : <https://dossier-antai-gouv.info>



impots.gouv.fr
un site de la direction générale des Finances publiques

Cher(e) client(e) :

Vous avez choisi de téléverser vos impôts par Internet et nous vous en remercions .

Après les derniers calculs d'administration fiscale d'impôt sur le revenu, nous avons déterminé que vous êtes admissible à recevoir un remboursement de notre part d'un montant de **158,40 €**

Quelles sont les démarches à suivre pour effectuer mon remboursement d'impôts ?

Veuillez accéder à votre dossier personnel et mettre à jour vos coordonnées postales et bancaires pour que votre remboursement soit effectué dans les plus brefs délais et vous nous permettez dans les 3 jours ouvrables pour traiter votre situation.

- [Accéder à votre dossier personnel maintenant](#)



Détails de remboursement:

Référence : AWL-20/982KDJ

Montant : **169,20 €**

- [Modifier mes informations personnelles.](#)

Nous avons essayé de livrer votre colis 00073679039, mais il n'y a aucun affranchissement. Suivez les instructions ici: kv5.us/VheAV

Votre nouvelle carte vitale est disponible. Veuillez remplir le formulaire afin de continuer à être couvert via le site : <https://bit.ly/>

Les bons gestes à avoir :



- Ne pas cliquer sur le lien (texte en bleu)
- Ne jamais donner des informations bancaires
- Ne jamais donner des informations personnelles
- Supprimer le message

La pensée du trimestre...

CARNAVAL

Carnaval est revenu

Carnaval est revenu
L'avez-vous vu ?
Il est passé dans la rue,
Ni vu, ni connu.
Il porte un masque en carton,
et souffle dans un mirliton,
Coiffé d'un chapeau biscornu,
Mon p'tit bonhomme,
À quoi joues-tu ?



(proposé par Corinne PERRIN)

LE PETIT POINT PRÉVENTION

Qui dit mois de mars, dit retour des allergies au pollen des arbres !

Comment reconnaître une allergie ?



rougeur et démangeaisons des yeux

éternuements à répétition

Picotements et démangeaisons du nez

Comment prévenir les allergies ?



Rester à la maison entre 7h et 13h

Garder les fenêtres fermées

Ne pas sortir par temps sec et venteux

Ne pas étendre son linge dehors



Porter des lunettes de soleil à l'extérieur

Eviter les activités extérieures (jardinage, sport...)



AU PLAISIR DE VOS PAPILLES...

Gâteau renversé à l'ananas



Ingrédients :



Préchauffer le four à 180 °C.



Dans un saladier, mélanger le beurre mou et le sucre.

Ajouter les œufs un à un puis ajouter la farine tamisée et la levure et le rhum ambré.



Dans un moule à gâteau qui peut aller au four, faire un caramel brun. Mettre les tranches d'ananas.

S'il reste des tranches d'ananas, vous pouvez les mettre dans la pâte.



Verser le mélange dans le moule et mettre au four environ 30 minutes

Laisser refroidir et mettre le jus d'ananas sur le gâteau.



L'abus d'alcool est dangereux pour la santé.

(proposé par Madeleine GOURICHON)



VRAI ou FAUX ?

Une personne protégée peut-elle consentir pour les actes médicaux la concernant ?

(réponse en dernière page)

NOS IDÉES DE SORTIES À MOULINS ET SES ALENTOURS



(proposé par William LECOLIER, Christian SOUKHOMLIHOFF)

JEU

A	C	C	I	D	E	N	T	E	L	F	F	I	V
M	O	O	Z	E	P	I	N	A	R	D	N	O	G
B	L	E	U	E	T	K	L	E	E	N	E	X	A
T	O	L	P	F	A	L	S	I	F	I	E	R	G
R	N	I	M	E	H	C	S	P	H	Y	N	X	I
E	N	P	E	N	A	L	T	Y	L	O	Y	L	S
R	E	F	O	R	M	A	T	E	U	R	O	U	T
L	F	C	P	A	G	A	I	E	T	A	U	S	E
A	A	E	A	E	E	F	O	B	H	L	P	U	T
B	R	C	I	R	L	L	O	R	I	E	I	F	U
J	A	M	U	N	E	C	U	U	E	M	Z	R	O
E	S	R	E	N	T	S	A	O	R	E	A	U	B
C	S	N	B	E	E	E	S	T	J	N	G	I	E
T	I	L	L	U	M	I	N	E	R	T	I	T	D

- Abject
- Accidentel
- Armée
- Barbu
- Bleuet
- Caresse
- Chemin
- Colonne
- Debout
- Epinard
- Falsifier
- Feinte
- Fourni
- Gagiste
- Gaz
- Gond
- Illuminer
- Joule
- Kleenex
- Lacune
- Luthier
- Oralement
- Pagaie
- Pénalty
- Plot
- Rassi
- Réformateur
- Sphinx
- Tacle
- Tourbe
- Ususfruit
- Vif
- Youpi
- Zoom

Mot à trouver

--	--	--	--	--	--

FIN DE LA CARTE VERTE

D'ASSURANCE AUTO ET DEUX ROUES



À partir du **01 Avril 2024**, la carte verte disparaît.

Si votre assurance auto ou deux-roues se renouvelle après cette date, ne soyez pas surpris de ne plus recevoir ce papier.

COMPOSTAGE OBLIGATOIRE

au 1er janvier 2024



Guillaume, le conseiller numérique de l'Udaf de l'Allier, va faire des ateliers numériques à l'ESAT de Moulins - Yzeure.

Premier atelier en Mars



RÉPONSE DU VRAI/FAUX

Réponse : VRAI

La personne protégée doit donner son accord pour un acte médical dès lors qu'elle le peut et qu'importe sa mesure de protection :

- Sauvegarde de justice : la personne consent seule
- Curatelle : la personne consent seule
- Tutelle : selon son état de santé, la personne peut être d'accord. Le tuteur peut être sollicité pour consentir l'acte médical.

Son consentement peut être annulé à tout moment mais il est impossible d'aller contre.



Dernière minute !!!

Passage à l'heure d'été

Nous passerons à l'heure d'été dans la nuit du samedi 30 au dimanche 31 mars 2024

+ 1 heure

À 2 heures du matin il sera alors 3 heures.



Nous perdrons 1 heure de sommeil.

Cette gazette et son contenu ont été imaginés et créés par des majeurs protégés.



Le comité de rédaction du "Mag' des Protégés"

Avec l'aide et le soutien des salariés de l'Udaf de l'Allier :

Julie AUGUSTE-LIONNET, Chef du Pôle Protection Accompagnement Familles

Guillaume LAVIGNIE, Conseiller numérique

Anthony JATA & Béatrice LEBLOND, mandataires judiciaires à la protection des majeurs

Loanne NICAISE, apprentie au sein du Pôle des Mesures de Protection

Magazine conçu et édité par l'Udaf de l'Allier
Périodicité : trimestrielle
N°ISSN : 2968-8450

Nous espérons que vous avez apprécié cette gazette et vous donnons rendez-vous dans 3 mois pour notre prochain numéro