

La gazette de l'UNAP

Numéro 5 / juin 2026



Dans ce numéro :

- La savonnerie
- La scierie
- L'atelier théâtre
- L'atelier concentration
- Bouger = Santé
- Formation gestes et postures
- Droit Devant
- ESAT/EA



ESAT UNAP DE PONTARLIER

La Savonnerie de Nadine

Mercredi 20 mai nous avons visité la savonnerie à Mouthier-Haute-Pierre.

Nadine nous a expliqué comment elle fabrique ses savons.



Elle les fabrique avec :

- De l'huile d'olive
- De l'huile de coco
- Du beurre de karité

Elle mélange ses huiles.

Et ajoute de la soude.

Elle les mixe au mixeur.

Et ajoute de l'argile.

Elle mélange.

Elle ajoute les huiles essentielles.

Elle verse le tout dans des tuyaux pour leur donner la forme du savon.

Elle laisse sécher un jour les savons.

Elle les découpe au fil à foie gras.

Elle les met encore à sécher.

Elle les met sur une étagère.



Elle peut aussi faire des savons :

- Au lait de chèvre
- A la bière
- Au miel
- Au calendula (fleur)



Elle enveloppe ses savons dans de petits chiffons provenant de l'UNAP.

Elle vend ses savons dans sa boutique, sur des marchés et dans des magasins bio. Nous la remercions pour son accueil.



La scierie Proxiage à Houtaud

Interview de Sébastien

Est-ce qu'il y a des équipes la nuit ?

Il n'y a pas d'équipe la nuit.

Combien sont-ils de travailleurs ?

Il y a au moins 8 travailleurs.

Ont-ils une tenue spéciale ?

- Protections auditives
- Chaussures de sécurité

Y a-t-il beaucoup de machines ?

Oui

Il y a :

- Une écorcheuse
- Une scelleuse

Combien de jours par semaine travaillent-ils ?

Ils travaillent 5 jours sur 7.

Quels sont leurs horaires ? Font-ils les équipes ?

Ils travaillent de 7h à 12h et de 13h30 à 17h.

Quelles formations faut-il avoir pour travailler en scierie ?

Pour travailler dans une scierie, il y a toutes sortes de diplômes.

Faut-il être vacciné ?

Non.



Atelier Théâtre

Interview de Célia

En quoi consiste cet atelier ?

On fait des activités pour apprendre à s'exprimer.

On prépare des pièces de théâtre, il y en a plusieurs.

Quand a lieu cet atelier ?

C'est le lundi après-midi de 13h15 à 15h.

Nous sommes 10 personnes.

Est-ce que vous utilisez les émotions ?

Oui on travaille sur les émotions.

On fait des échauffements.

On réfléchit sur les émotions et il faut trouver des mots en lien avec les émotions.

Dans les pièces, elle nous dit comment être (joyeux, triste, en colère...)

Qui vous fait cet atelier ?

C'est Karine.

Est-ce que ça fait travailler la mémoire ?

Oui lorsqu'il faut trouver des mots.

Est-ce que c'est avec des personnages ?

Oui on joue des personnages, on rentre dans la peau de quelqu'un.

Depuis quand en fais-tu ?

Depuis un an et demi.

Y a-t-il un spectacle prévu ?

Oui cet été mais il n'y a pas encore de date de prévue.

Atelier concentration

Cet atelier se déroule tous les mercredis matin.

Cet atelier se déroule de 10h15 à 11h45.

Ce groupe est composé de 6 participants.

Cet atelier consiste à se concentrer et à travailler sa concentration.

Cet atelier consiste à faire des jeux comme :

- Memory
- Jeux des différences
- Jeux sur tablette
- Retenir une liste de mots, de couleurs
- Reconnaître des odeurs

On travaille la mémoire :

- Visuelle
- Auditive
- Olfactive

On termine par des mandalas.

Sensibilisation

Bouger = Santé

Du 30 mars au 3 avril on a fait une semaine de sensibilisation.

On a fait différents exercices.

Le premier était de lire des cartes et de répondre par vrai ou faux.

Le deuxième était de trier des images soit dans « activité physique » soit « sédentarité ».

Activité physique veut dire « bouger » « être en mouvement ».

Sédentarité veut dire « ne pas bouger » « rester assis allongé ».

Le troisième était de faire un échauffement de 5 minutes.

Le quatrième était de découvrir les activités possibles sur Pontarlier.

Et enfin nous avons écouté des témoignages de travailleurs.

La formation Gestes et Postures

La formation a duré 1 jour

Le formateur nous a appris à nous baisser au travail pour ne pas se faire mal.

Il a apporté des jeux (balles...).

Nous avons regardé une vidéo.

Il nous a expliqué comment éviter les accidents de travail.

Il nous a fait porter des charges lourdes.

Nous avons fait des mouvements et des exercices.

Laura

Droits devants

C'est une association faite pour défendre nos droits et nos besoins.

On dit ce qui va ou ne va pas dans la ville.

Par exemple : l'accès en fauteuil roulant.

On se réunit sur des thèmes pendant des assemblées générales sous forme d'ateliers.

Exemple de thème : la sexualité.

On parle du S3A.

Le S3A veut dire Symbole Accueil Accompagnement Accessibilités.

Il est fait pour les personnes en situation de handicap intellectuel.

Il est affiché devant les portes d'entrée des lieux publics.

Dans ce lieu public les personnes qui nous accueillent sont formés pour accueillir, accompagner les personnes en situation de handicap.

Il existe à la bibliothèque, à la mairie et dans des musées.



Interview de David travailleur EA

Quelle la différence entre un travailleur ESAT et un travailleur EA ?

En ESAT si tu as besoin d'un renseignement, les chefs sont là pour t'aider.

En EA, tu es plus autonome, tu fais tout seul.

En EA, tu prends tes responsabilités.

Cela veut dire que nous devons prendre des décisions nous-même.

Y a-t-il une différence de salaire ?

Oui il y a une différence de salaire.

En ESAT c'est la MDPH (AAH) + le salaire.

En EA c'est le salaire complet (sans MDPH).

Travailles-tu pendant les vacances ?

Le Pressing choisi les vacances.

Ils ont des jours de repos (modulation).

A l'ESAT ce sont des intérimaires qui remplacent.

Les vacances sont obligatoires.



Quels sont leurs horaires ?

8h-9h30 puis 10h-12h puis 13h-16h ou 15h45 vendredi.

Quels sont vos EPI ?

EPI veut dire (Equipeement de Protection Individuelle).

Zone sale : chaussures de sécurité, pantalon bleu, blouse bleue, casquette et gants.

Zone propre : chaussures de sécurité, blouses blanches.

Pourquoi doit-on être vacciné ?

Pour se protéger contre l'hépatite.

Pour se protéger si on se fait piquer par une seringue.

FONDATION
PLURIEL

Fondation Pluriel

9 chemin de Palente – 25 000 Besançon
03 81 51 96 20 – contact@fpluriel.org