

RAPPORT D'ACTIVITÉ 2023

SOMMAIRE

1. RAPPORT MORAL DU PRÉSIDENT

2. L'ASSOCIATION

Rappel historique
Qu'est ce que l'Advocacy
Objectif de l'association
Missions et fonctionnement

3. LES ACTEURS DE L'ASSOCIATION

Les adhérents
Les instances de gouvernances
L'équipe d'animation
Les moyens, les partenaires financiers et techniques

4. LES ACTIONS DE L'ASSOCIATION

La représentation des usagers de la santé mentale
Les actions militantes et d'expression
Les projets et partenariats Bien-Être - Santé régionaux
Les moments conviviaux

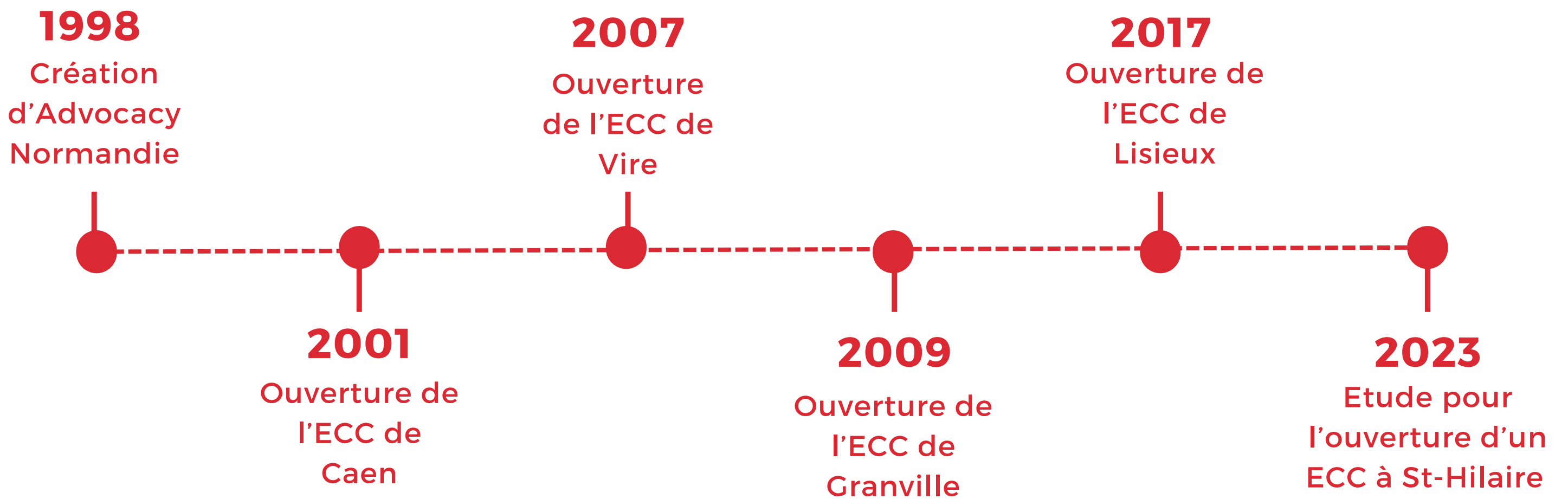
5. NOS ESPACES CONVIVIAUX CITOYENS

Rapport d'activités de l'Espace Convivial Citoyen de Caen
Rapport d'activité de l'Espace Convivial Citoyen de Vire
Rapport d'activité de l'Espace Convivial Citoyen de Granville
Rapport d'activité de l'Espace Convivial Citoyen de Lisieux

:

L'ASSOCIATION

RAPPEL HISTORIQUE



QU'EST CE QUE L'ADVOCACY ?

L'Advocacy est un mode d'aide à l'expression par l'intervention d'un tiers, d'une personne qui s'estime victime d'un préjudice et/ou qui se sent mal écoutée et insuffisamment respectée par ses interlocuteurs institutionnels et/ou qui rencontre des obstacles à l'exercice de sa pleine citoyenneté.

L'advocacy est une pratique de médiation sociale qui introduit un tiers, amplifiant la demande du patient/usager, sans parler à sa place, et permet ainsi aux différents points de vue de trouver un ajustement dans un dialogue respectueux.

OBJECTIFS DE L'ASSOCIATION



- Aider les personnes en souffrance psychique à (re)devenir des acteurs sociaux.
- Promouvoir un mouvement d'actions des porte-paroles d'utilisateurs.
- Créer des actions pour que leurs opinions soient reconnues.
- Aider les patients/utilisateurs à être acteurs sociaux, à prendre la parole et être entendus

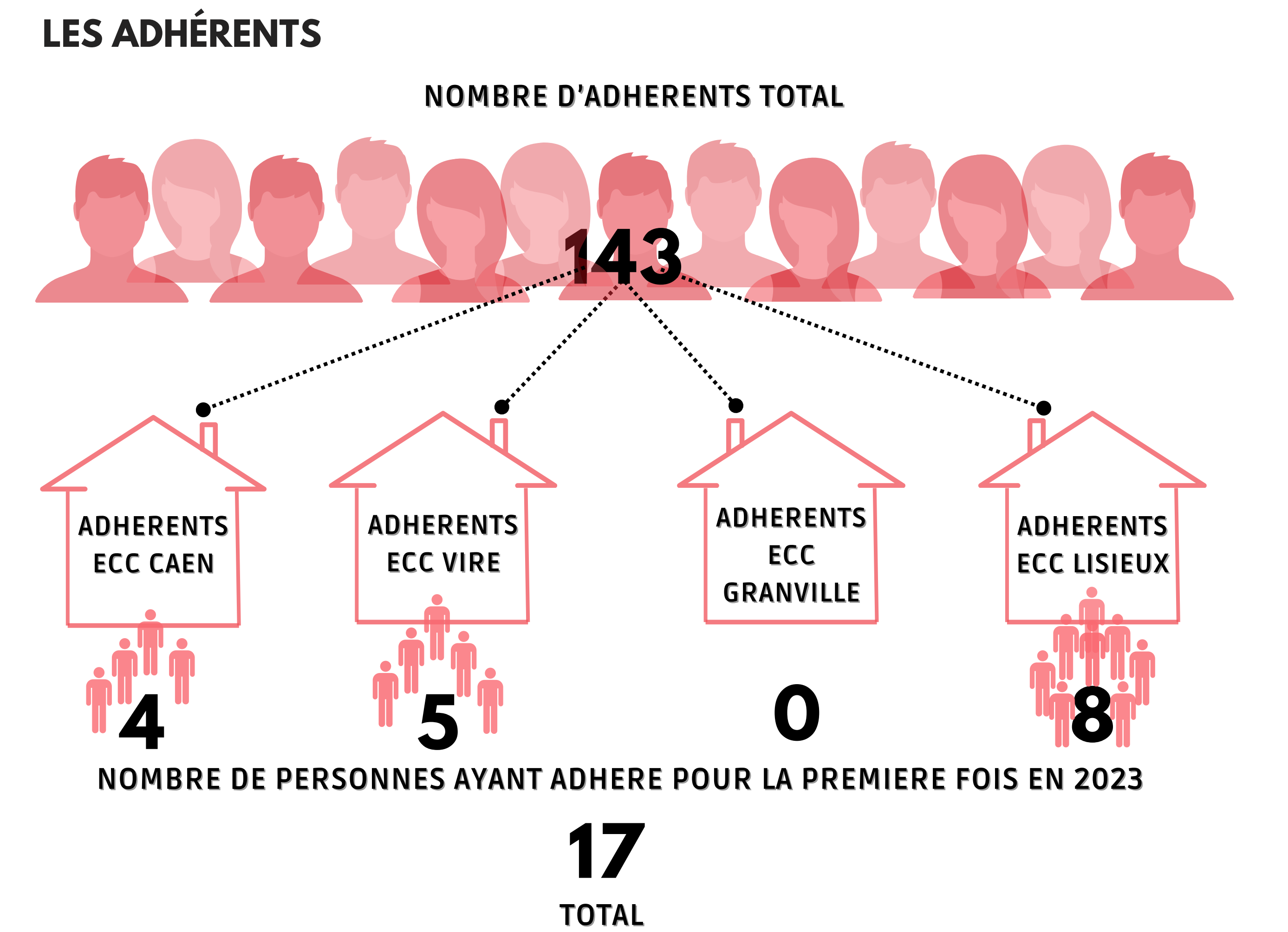
MISSION ET FONCTIONNEMENT DE L'ASSOCIATION

L'association Advocacy Normandie coordonne 4 Espaces Conviviaux Citoyens (ECC) qui sont des lieux d'accueil, d'expression et de solidarité pour les personnes en souffrance psychique.

L'association Advocacy Normandie a la particularité d'être une association composée d'usagers de la santé mentale. Elle fonctionne sur des principes de **participation**, **d'autogestion** et de **responsabilisation** des adhérents.

Les Espaces Conviviaux Citoyens sont donc animés par les adhérents qui sont soutenus dans cette tâche par un professionnel dont la fonction est celle d'un animateur.

LES ACTEURS DE L'ASSOCIATION



Il y a eu au total 40 contrats visiteurs cette année 2023, dont 7 à Granville, 5 à vire, 20 à Caen et 8 à Lisieux.

LES INSTANCES DE GOUVERNANCE

- **L'Assemblée Générale**

L'assemblée générale s'est tenu le 8 juin 2023 à la Maison Des Associations de Hérouville-Saint-Clair.

- **Le Conseil d'administration et le Bureau**

Il est composé de **22** membres venant des différents espaces, dont **5** membres faisant également parti du bureau ; Benoit POUCHARD, Philippe GUERARD, Cyrille NGUYEN, Philippe LEMANICIER et Christian MAHAUT.

- **Les Conseils Conviviaux Citoyens (CCC)**

Le Conseil Convivial Citoyen se révèle être depuis leur mise en place, le véritable garant de la participation et de la démocratie au sein des ECC.

Ce moment de réunion, de réflexion, de débats et de vote concernant l'organisation de la vie des ECC réunit généralement beaucoup d'adhérents et leur permet de jouer un rôle primordial dans l'élaboration et la concrétisation des différents projets menés.

Durant ces rencontres, la déléguée régionale est présente afin d'accompagner les adhérents et de garantir le bon déroulement du CCC, et sa bonne retransmission en Conseil d'Administration.

Elles permettent à chaque adhérent présent d'exprimer ses envies, besoins, remarques sur le fonctionnement de l'ECC, et de les discuter en groupe. Les représentants y jouent un rôle primordial car, soutenus par l'animateur, ils préparent ainsi leur intervention en Conseil d'administration où ils ont le rôle de rendre compte des discussions, demandes, projets des membres des ECC.



En 2023, 3 Conseils Conviviaux Citoyens se sont tenus (en février, en juin et en novembre), dans chacun des ECC de Caen, Vire, Lisieux et Granville, soit **9 Conseils Conviviaux Citoyens**.

L'ÉQUIPE D'ANIMATION

- Les salariés



Julien CATASSO
Animateur Caen



Yannick
Animateur Vire



Ludovic LERENARD
Animateur
Granville



**Nathalie VAN-
HOOLAND**
Animatrice Lisieux



Eve VASLOT-JAUNEAU
Délégué Régionale

- Les stagiaires

3 stagiaires étudiants en médecine ont pu partager 1 semaine avec les adhérents de Lisieux dans le cadre de leur cursus.

- Le psychologue

Depuis janvier 2016, **Didier DRIEUX** anime des séances d'Analyse de la Pratique Professionnelle (APP) mensuelles afin de permettre à l'équipe salariée d'exprimer les situations auxquelles elle est exposée, et tenter de les surmonter.

LES MOYENS, LES PARTENAIRES FINANCIERS ET TECHNIQUES

- Les moyens

Les Espaces Conviviaux Citoyens d'Advocacy Normandie disposent de moyens financiers et matériels qui leur sont propres. Ils sont essentiellement constitués par des subventions, du produit des cotisations (20€ par an et par adhérent), des participations des adhérents, des locaux et des matériels d'équipement. Les trois ECC définissent chaque année avec la direction régionale un projet d'animation et un budget annuel. Ces éléments sont élaborés au cours des Conseils Conviviaux Citoyens et votés en Conseil d'Administration. Le budget d'animation des ECC est financé à hauteur de 35% à 50%, en

fonction de l'ECC, par les produits de participations des adhérents à certaines activités. Ces produits sont variables, cela va de 1€ par personne et par atelier (participation aux repas préparés et pris en commun) à environ 250€ par personne pour les voyages par exemple.

- **Les partenaires financiers**

- **La Caisse Nationale de Solidarité pour l'Autonomie (CNSA)**, par l'intermédiaire de l'Agence Régionale de Santé de Normandie, finance la majorité de l'activité des ECC dans le cadre des Groupements d'Entraide Mutuelle (loi N° 2005-102, du 12 février 2005 pour l'égalité des droits et des chances et la citoyenneté des personnes handicapées).
- **Le Conseil Départemental du Calvados** soutient financièrement les actions que nous menons sur son territoire depuis la création de l'association. Mais la subvention octroyée a considérablement diminué entre 2011 et 2015, soit une baisse de plus de 50%. Depuis, le maintien de la subvention à hauteur de 10000 € est un vrai soulagement pour l'association.
- **Le Conseil Départemental de la Manche** a octroyé dans le cadre de la Conférence des Financeurs 2023 une subvention de 4000€ pour le projet, « Prévention de la perte d'autonomie : Accompagner et promouvoir des projets culturels et artistiques auprès des personnes en souffrance psychique afin d'améliorer leur santé globale et leur intégration sociale». Ainsi qu'une subvention de 1600 € pour le projet, « Prévention de la perte d'autonomie : Améliorer la santé physique et psychique et l'estime de soi au travers la pratique d'activités physiques».
- **La ville de Vire** s'est engagée dès la création de l'ECC de Vire par la mise à disposition d'un local. Depuis 2015, elle affirme son soutien en allouant une subvention exceptionnelle celle-ci était de 1500€.
- **La ville de Caen**, apporte une subvention de fonctionnement de 500€ et dans le cadre de l'appel à projet « Santé Bien-être » de 1800€. Pour cette dernière, nous avons en 2021, signé une convention triennale. Cela a permis de financer également la réalisation du journal de l'association « Les RéActeurs de l'Espace » et de développer un programme autour de la santé (nutrition, jardinage, pratique de sports adaptés).
- **La ville de Louvigny** s'est engagée aux côtés de l'association depuis plusieurs années, par la mise à disposition d'un terrain dans le but de réaliser le jardin extraordinaire de l'ECC de Caen.
- **La ville de Granville** soutient symboliquement l'association en 2022 avec une subvention de fonctionnement de 500€.
- **La Caisse Primaire d'Assurance Maladie du Calvados** a apporté pour la cinquième année consécutive son soutien financier à l'association pour un projet global de santé, principalement accès sur la nutrition et la pratique d'activités physiques adaptés au sein des Espaces Conviviaux Citoyens de département.
- **La Caisse Primaire d'Assurance Maladie de la Manche**, par décision du 24 Novembre 2021 de la Commission d'Action Sanitaire et Sociale, a accordé une subvention d'un montant de 5000 euros, sur la période du 01/01/2022 au 31/12/2022. Ce soutien pour les adhérents de l'association et de l'Espace Convivial Citoyen de Granville, en souffrance psychique et usagers de la santé mentale, favoriser leur participation aux ateliers proposés par l'association afin

d'agir à l'amélioration de leur santé globale : physique et psychique et leur intégration sociale.

- **L'Agence Régionale de Santé de Normandie**, dans le cadre de l'appel à projet « de Prévention – Promotion de la Santé 2020 » a accordé une subvention de 11 000 euros, pour un projet intitulé « Agir pour la santé des personnes en situation d'handicaps psychiques » pour la troisième année consécutive. Depuis 2020, nous sommes régis par une convention pluriannuelle.

- **Les partenaires techniques**

Advocacy Normandie adhère auprès d'un ensemble de structures et de fédérations, en voici la liste pour 2023 :

- URIOPSS de Normandie (Union régionale interfédérale des oeuvres et organismes privés non lucratifs sanitaires et sociaux)
- France Asso santé
- ORS-CREAI (Centres régionaux d'Etudes, d'actions et d'informations en faveur des personnes en situation de vulnérabilité)- GE MEDIA (Le Groupement d'Employeurs MEDIA)
- S3A (Structure Associative d'Aide aux Associations)
- PRISME (Pratiques, Recherches, Information en Santé Mentale)
- HMVA (Handicap Mieux Vivre Accueil)
- Planeth Patient (La Plateforme Normande d'Éducation Thérapeutique)
- FAS Normandie (Fédération des Acteurs de la solidarité Normandie)
- FADS National (Fédération des Acteurs de la solidarité)
- ARDES (Association Régionale pour le Développement de l'Économie Solidaire)
- ACSEA (Association Calvadosienne pour la Sauvegarde de l'Enfant à l'Adulte)

Afin de renforcer, clarifier et rendre plus lisibles nos actions et nos liens avec nos partenaires non financeurs, nous avons des conventions en cours avec :

- L'association S3A et le GE MEDIA dans le cadre d'un soutien technique au siège social de l'association.
- Rapport d'Activités 2022 – Advocacy Normandie 15
- L'Etablissement Public de Santé Mentale de Caen, afin de favoriser les passerelles entre les services de soins et les ECC, et plus particulièrement avec l'Unité Ariane. Notre président est président de la Commission des usagers de cet établissement.
- L'Institut Régional du Travail Social (IRTS) de Normandie, concernant l'accueil de stagiaires éducateurs (la convention de partenariat a été revue et améliorée en 2015 et a été signée début 2016)
- L'Association Cap'Sport, dans le cadre d'un projet intitulé « Sportez-vous bien »
- Aviation Sans Frontière, dans le cadre de journées découverte de l'aviation et des « Ailes du Sourire »
- L'Union Départementale des Sapeurs-Pompiers du Calvados : dispense d'une formation aux gestes de premiers secours.

Nous collaborons également avec :

- Le PSYCOM : promotion et participation à une formation du PSYCOM
- Le Réseau de Services pour une Vie Autonome (RSVA), dans le cadre de groupe de travail ou de concertation (CDCPH, Guide parentalité....) ou de formations
- France Asso Santé – Union régionale des associations agréées d'usagers du système de santé, car nous avons 5 membres qui siègent dans des commissions d'usagers d'établissements de santé.
- Fédération des Acteurs de la Solidarités dans le cadre du Conseil Régional des Personnes Accueillies
- ATMP
- L'ADAPT
- la Nuit du Handicap

Plus spécifiquement à Granville :

- La Ville de Granville et son CCAS
- Le Comité Départemental de Sports Adaptés de la Manche
- l'association « Slam'va bien », concernant les ateliers « Ecrire et Dire » sur l'E.C.C de Granville.
- Le centre social « Agora » de Granville,
- l'association « La ville à vélo », concernant des sorties hebdomadaires avec les adhérents de l'E.C.C de Granville.
- l'Animathèque,
- le lycée Marland,
- le centre aquatique l'Hippocampe,
- La médiathèque,
- Le Centre Médico-Social, la compagnie Charivari Palace,
- la scène conventionnée d'intérêt national « Art en territoire » l'Archipel,
- l'UDAF de la Manche
- Le centre social les Unelles à Coutances,
- La Fondation Bon Sauveur
- l'Hôpital de Jour « les Salicornes »
- Le CH de Pontorson

Plus spécifiquement à Caen :

- La ville de Caen, son CCAS et son Conseil local en Santé Mentale
- La Commune de Louvigny
- le Foyer Léone Richet et son association Welcome
- La Comédie de Caen,
- La ligue des droits de l'Hommes
- Le SAVS le phare,
- L'association revivre-
- Handicap Mieux Vivre Accueil,
- Le réseau Territoire Lecture à la Bibliothèque Alexis de Tocqueville de Caen et la bibliothèque de la Pierre Heuzé dans le cadre de projet autour du livre avec l'E.C.C. de Caen,
- L'association la Bulle

Plus spécifiquement à sur Vire :

- La Mairie de Vire : mise à disposition d'un bureau pour l'animatrice, et de salles municipales en cas de besoin. Octroi d'une subvention annuelle.
- Le Centre Social municipal Charles Le Maître : invitation à des randonnées pédestres, et co-pilotage du projet restauration.

- Le Centre Socio-Culturel CAF : invitation à leurs animations, et co-pilotage du projet restauration.
- La Maison Familiale Rurale de Vire : dispense d'une formation à l'hygiène en restauration.
- L'Association Aviation sans frontière : baptême de l'air une fois par an.
- L'APAEI (ESAT Bellaie et Roullours, IME, SAVS, SASLA) : diffusion de nos plannings et plaquette auprès de leurs usager.e.s, et accompagnement de ces dernier.e.s à Advocacy.
- Le Service d'Insertion ANAIS de Barenton (SAVS) : diffusion de nos plannings et plaquette auprès de leurs usager.e.s, et accompagnement de ces dernier.e.s à Advocacy.
- La Fédération des Acteurs de la Solidarité : octroi de chèques vacances pour favoriser l'accès de nos adhérents aux séjours collectifs proposés par l'Association.
- L'Association Sports et Loisirs adaptés : emprunt de notre local 2 vendredi par mois.
- L'UNA du Calvados : emprunt de notre local plusieurs fois par an.

Plus spécifiquement à Lisieux :

- La Commune et son CCAS,
- La communauté d'Agglomération
- Le théâtre
- La Médiathèque
- Le Soliself,
- Le centre social CAF
- Le lycée Victorine Magne (Paul cornu 2021)
- La ligue des droits de l'Homme
- L'Association de ciné débat
- ESI 14

LES ACTIONS DE L'ASSOCIATION

LA REPRÉSENTATION DES USAGERS DE LA SANTÉ MENTALE

La représentation des usagers de la santé mentale dans les instances administratives et divers groupes de travail est un objectif majeur pour l'association ADVOCACY Normandie, car elle permet de faire entendre la voix des personnes en souffrance psychique souvent non entendues par les responsables institutionnels. Au cours de l'année 2023, les administrateurs ont rempli leur mission de représentation à l'occasion de nombreuses réunions auxquelles ils participent bénévolement.

- Commission, fédérations, associations où siège un représentant d'Advocacy Normandie

INSTANCES	TERRITOIRE	TITRE
Intercommunale pour l'Accessibilité des Personnes Handicapées de la Communauté d'Agglomération de Caen la mer	Caen La Mer	Représentant associatif
Association des Foyers de Cluny	Calvados	Administrateur
CDCA- Conseils départementaux de la citoyenneté et de l'autonomie du Calvados	Calvados	Titulaire
CDCA- Conseils départementaux de la citoyenneté et de l'autonomie du Calvados	Calvados	Suppléant
CDSP du Calvados- Commission des Soins Psychiatriques	Calvados	Membre
CDU- Commission des Usagers de la Clinique de la Miséricorde	Calvados	Représentant des usagers
CDU- Commission des Usagers de la Clinique Notre Dame de Vire	Calvados	Représentant des usagers-Président
CDU- Commission des Usagers du Centre de Lutte contre le Cancer François Baclesse	Calvados	Représentant des usagers
CDU- Commission des Usagers du centre Hospitalier de Vire	Calvados	Représentant des usagers
GFPH - Groupement Français des Personnes Handicapées	National	Administrateur
CLUD- Comité de Lutte contre la Douleur CHU de Caen	Calvados	Membre
CVS de l'IME Pro de Démouville	Calvados	Membre au titre de l'ACSEA
Conférence Nationale de Santé	National	Membre

CVS du Foyer Léone Richet	Calvados	Membre au titre des Foyers de Cluny
Maison relais de Falaise « Soitoit »	Calvados	Administrateur
CDU- Commission des Usagers de la Fondation Bon Sauveur de Saint Lo	Manche	Représentante des usagers
CDU- Commission des Usagers de la Fondation Bon Sauveur de la Manche	Manche	Représentante des usagers
CTS – Conseil Territorial de Santé	Calvados	Vice-Président
ACSEA : Association Calvadosienne pour la Sauvegarde de l'Enfance et de l'Adolescence	Normandie	Administrateur
APSV (Accueil des Personnes en Situation de Vulnérabilité) - ACSEA/AAJB	Normandie	Membre de la commission permanente
ATMPI4 (Association Tutélaire des Majeurs Protégés du Calvados)	Calvados	Administrateur
ARS: Agence Régionale de Santé de Normandie - CTS : Conseil Territorial de Santé	Normandie	Collège représentants Usagers (Titulaire)
CPAM 14 - Conseil des CPAM	Normandie	Représentant des usagers
CRPA Normand : Conseil Régional des Personnes/accueillies et accompagnées Normand	Normandie	1 Délégué + Membre de COPIL
CRSA : Conférence Régionale de la Santé et de l'Autonomie (ARS)	Normandie	Collège représentants Usagers (suppléants)
FAS Normandie : Fédération des Acteurs de la Solidarité	Normandie	Administrateur
Groupement d'Intérêt Public - MDPH	Normandie	Suppléant
MDPH du Calvados : Maison Départementale des Personnes Handicapées : CDAPH du Calvados : Commission des Droits et de l'Autonomie des Personnes Handicapées	Normandie	
ORS-CREAI Normandie : Centre Régional d'Etude et d'Actions pour l'Insertion	Normandie	Administrateur
UNAASS -Union Nationale des associations agréées d'usagers du système de santé	Normandie	Administrateur
URAASS -Union régionale des associations agréées d'usagers du système de santé	Normandie	Titulaire - vice-président
CFHE - Conseil Français Européen des Personnes Handicapées	National	Administrateur
CNCPH - Conseil National Consultatif des Personnes Handicapées - Commission santé, bien-être et bientraitance	National	Administrateur

LES ACTIONS MILITANTES ET D'EXPRESSION

- Le festival Pop&Psy

“Comment nous sommes passés d'adhérents à militants”

5 adhérents ; Charlène, Benoit, Cécile, Cyrille et Marceline ainsi que Eve, déléguée régionale d'Advocacy Normandie ce sont rendu à la 2ème édition de Pop & Psy, en novembre 2023.

L'idée du festival a été proposé en réunion professionnel. Ce sont les animateurs qui ont fait la proposition aux adhérents.



Certains, comme Charlène n'était pas partante au départ, car elle était soucieuse de sa fatigabilité et des contraintes liées aux traitements. Ou encore Cyrille qui avait peur de l'inconnu mais c'est finalement lancé se disant que ça lui ferait du bien.

Durant le séjour, nous avons été dans une auberge de jeunesse à Paris.

Dans le festival différentes prestations sont proposé, tel qu'une table ronde sur les addictions, ou bien un concert de Nadya - Drag Queen.

Cécile: “J'ai apprécié la table ronde, faite par une autrice de BD, Lisa Mendez, qui était pleins d'humours et de second degré.

Une addiction est toujours remplacée par une autre, l'alcool à la nourriture à l'achat pour combler un vide.

J'ai apprécié l'apéritif servi car il n'y avait pas d'alcool et aucun regard stigmatisant car tout le monde était pareil.”



- **La Semaine d'Information sur la Santé Mentale**

Les semaines d'information sur la santé mentale (SISM) s'adressent au grand public. Chaque année, citoyens, associations, professionnels organisent des actions d'information et de réflexion dans toute la France. Les SISM ont eu lieu du 9 au 22 octobre 2023.

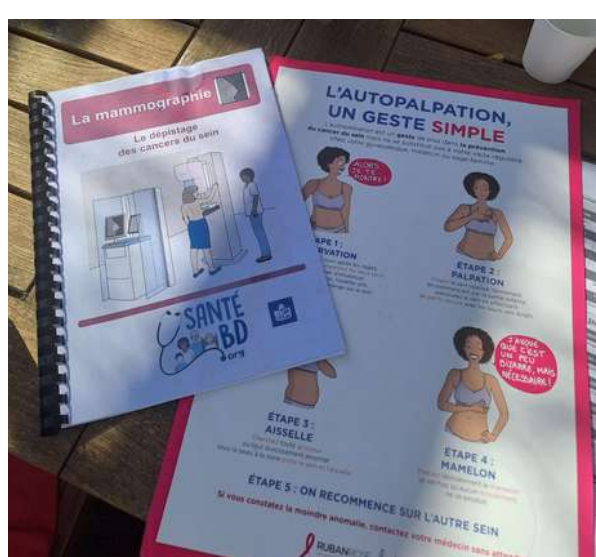


Cette 34ème édition avait pour thème "À tous les âges de la vie, ma santé mentale est un droit". Pour faire rendre compte que notre santé mentale, aussi bien que notre santé physique, nous suit tout au long de notre vie. Il est important d'en prendre soin tout en prenant en compte les spécificités de certaines périodes de la vie.

- **Octobre Rose**

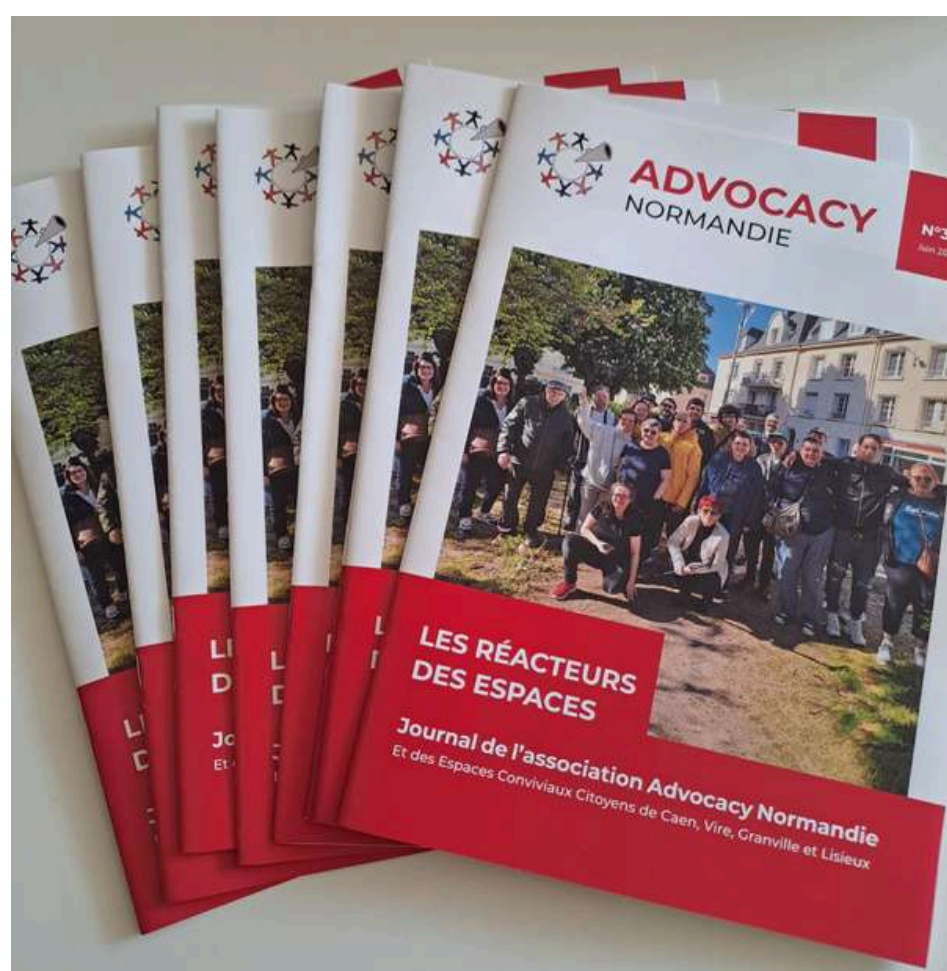
A l'occasion d'octobre rose, le RSVA, la Ligue contre le cancer et le centre François Baclesse organisent des visites blanches d'habitué les 10 et 19 octobre 2023.

Avec pour volonté de permettre aux personnes en situation de handicap de mieux appréhender les examens de santé, des visites blanches sur le déroulement d'une mammographie et la présentation du parcours de santé dans le cadre d'un dépistage d'un cancer du sein ont été organisées les 10 et 19 octobre avec des adhérents de l'ECC de CAEN.



Un livret d'accompagnement et des outils de communication ont également été diffusés auprès des adhérents afin de poursuivre cette sensibilisation tout au long de l'année.

- Le journal d'informations de l'association "Les réacteurs des Espaces"



Cette publication permet à l'association de communiquer et de mieux se faire connaître en tant que lieux de socialisation, d'entraide et de convivialité pour les personnes en souffrance psychique, autant auprès des professionnels de la santé, du social et du médicosocial, que des personnes en souffrance psychique ou du grand public.

De plus, face à la méconnaissance de la souffrance psychique du grand public, les adhérents des ECC avaient un besoin d'expression et de reconnaissance. L'association avait ces dernières années, perçu le besoin de développer des outils de communication.

En 2012, c'est grâce au soutien financier de la Ville de Caen, dans le cadre de son « appel à projet santé », puis de la ville de Vire à partir de 2015, que le bulletin d'information « les Réacteurs des Espaces » a pu voir le jour.

Nous avons publié deux numéros cette année.

Ce bulletin est diffusé auprès des partenaires de l'association, la version électronique ainsi que la mise en ligne du journal sur le site internet d'Advocacy Normandie, permet de toucher un plus grand nombre de lecteurs: usagers des services précités, professionnels, familles, associations, grand public, étudiants, etc.

- Participations citoyennes

En 2023, les adhérents des différents ECC ont participé à des groupes de travail ou comité de pilotage ; tel qu'un **colloque sur la réhabilitation psycho-social** s'intitulant "la voie du rétablissement", en lien avec le CLSM, le 15 juin 2023 au centre des congrès à Caen.



L'objectif principal de ce colloque était de permettre une rencontre entre les professionnels du sanitaire et du médico-social, les personnes concernées ainsi que les proches aidants.

Nous avons assisté à des échanges sur les nouveaux programmes, modules, de partager des pratiques et des initiatives de soins orientés rétablissement.

Nous avons pu entrevoir de nouvelles collaborations avec les partenaires présents.

Les adhérents ont également pu participer à **3 CRPA** cette année.



Le CRPA Normandie est issu de la fusion de deux instances en 2017 : le CRPA Haute-Normandie créé en 2013 et le CRPA Basse-Normandie né en 2015.

Cette fusion à l'échelle de la Région Normandie est une application de la Loi du 7 août 2015 portant sur la Nouvelle Organisation Territoriale de la République (NOTRe). Les modalités de fonctionnement et d'organisation des CRPA sont définies par le Décret du 26 octobre 2016 relatif aux « instances de concertation permettant d'assurer la participation des personnes prises en charge par le dispositif d'accueil, d'hébergement et d'accompagnement vers l'insertion et le logement des personnes sans domicile ».

Le CRPA est une instance de rencontres, de débats et de propositions sur l'élaboration, la mise en œuvre et l'évaluation des politiques publiques dans le champ de l'hébergement et de l'insertion, et plus globalement de la lutte contre la pauvreté.

Le CRPA a pour objectifs de :

- Permettre aux personnes concernées d'exercer leur citoyenneté,
- Diffuser, promouvoir et rendre accessible la participation de tous,
- Évaluer et faire évoluer les politiques publiques,
- Participer aux instances publiques de concertation.

Le CRPA s'adresse :

- Aux personnes directement concernées par les situations de pauvreté, d'exclusion ou de précarité,
- Aux intervenants sociaux, à toutes les personnes intéressées et aux pouvoirs publics (sur invitation et dans la limite d'un tiers des participants).



LES PROJETS ET PARTENARIAT BIEN-ÊTRE : SANTÉ RÉGIONAUX

• Sportez-vous bien, avec CAP'SPORT

Nous avons imaginé avec Cap'Sport le projet "**Sportez-vous bien**". Ces événements sont ouverts à tous à partir de 16 ans. L'objectif de la journée est de partager un moment convivial autour d'une pratique partagée, en permettant à un public mixte de se rassembler.

Il y a eu deux rencontres durant l'année 2023 pour cet événement.





L'association Cap'Sport est une structure spécifique émergeant initialement du champ sportif (déclarée en préfecture, affiliée à l'UFOLEP et l'APELS, agréée Jeunesse et Sport...) Elle s'attache depuis 2008, à valoriser des actions ou initiatives de proximité favorisant l'émergence et le développement du lien social. "L'outil Sport est ainsi utilisé comme facilitateur d'intégration, un accélérateur de comportements responsables et autonomes."

- **Découverte de l'aviation avec les Ailes du Sourire d'Aviation Sans Frontière**

Cette activité a permis aux adhérents de l'ECC de Vire, Granville et Lisieux de se retrouver en partageant un moment et des souvenirs exceptionnels !



LES MOMENTS CONVIVIAUX RÉGIONAUX

- **Les galettes des rois**



Dans chaque ECC, l'organisation de la Galette des Rois est un moment convivial et l'occasion de réunir les adhérents et les partenaires pour présenter les vœux pour la nouvelle année. Cela fut l'occasion de se rassembler après cette longue période d'interdiction et de renouer des liens avec les adhérents et les partenaires.

- **Le repas de fin d'année**

Le repas de fin d'année a eu lieu "Ô jours heureux" à Hérouville.

Une centaine de personnes avaient fait le déplacement pour l'occasion et célébrer Noël tous ensemble.



SOMMAIRE

1

Caen

p. 20

2

Vire

p. 36

3

Granville

p. 45

4

Lisieux

p. 63

Préambule

Un grand remerciement à ceux qui s'impliquent dans la vie du lieu. Il fonctionne correctement grâce à leur engagement quotidien : ouverture et permanence, ménage, entretien du jardin, conduite camion, gestion des courses et comptes de la cafétéria, lien avec le voisinage, accueil de visiteurs, participations aux réunions avec les partenaires et bien d'autres choses si importantes quand elles sont menées par le collectif et avec conviction dans le respect de nos valeurs associatives !

Ce lieu n'est pas parfait mais il vit par nous mêmes pour renforcer les liens, et éviter l'isolement social. C'est cela qu'il faut préserver.

1. Cette possibilité d'implication au quotidien est le coeur du projet d'un GEM. Pour cela, je m'applique dans mon rôle d'animateur à mobiliser le sens que chacun veut donner à sa présence citoyenne dans notre collectif,= voire au-delà...

Pourquoi je viens ? Qu'est ce que j'y trouve d'intéressant pour moi ? Comment puis je contribuer à ce collectif ? Est ce que cette venue m'apporte quelquechose de positif pour ma santé et mon bien être? Et ailleurs, que se passe t-il ?

Je remercie les adhérents qui se sont mobilisés pour faire le bilan de cette année 2023. Vous retrouverez leurs points de vue dans ce rapport d'activité.

Bonne lecture !

Julien

• Les adhérents

49 adhérents, 20 contrats visiteurs qui ont abouti à 4 nouvelles adhésions

Le groupe est resté stable en nombre (-2 adhérents) . 4 nouvelles personnes ont adhéré suite à la signature d'un contrat visiteur de 3 mois pour un total de 20 sollicitations. 7 personnes sont venues seules, c'est à dire sans accompagnement physique d'un professionnel mais sur conseil de l'un d'entre eux ou d'une connaissance.

• L'équipe

Salariés : Julien CATASSO, responsable de l'animation de l'Espace Convivial Citoyen

Depuis fin novembre, et suite à une sollicitation de l'association Unis Cité, nous avons le plaisir d'accueillir Emma de Cussy et Louise Lebreton, étudiantes en psychologie, dans le cadre d'un service civique. Elles accompagnent la vie du lieu tous les lundis et mardis après-midi. Elles apportent un soutien non négligeable au travail de l'animateur !

Nous tenons vivement à les remercier et à les féliciter pour leur forte implication dans les projets et leurs disponibilités auprès de nous !

Intervenants Activités :

Hanna Granotier éducatrice culinaire (prestataire Bien Dans Son Assiette)

Mathilde Besnard médiatrice du livre (BAT Caen la Mer)

Marjolaine Maurice médiatrice au musée des Beaux Arts de Caen

Régis Beauperain : animateur yoga et relaxation (adhérent bénévole)

Giani Fundari : animateur yoga et relaxation (adhérent bénévole)

• Fonctionnement de l'ECC

• Le lieu et son organisation

L'Espace Convivial Citoyen est situé au 11 place Maurice Fouque, quartier St Gilles à Caen.

Pour y venir, les lignes de bus twisto 4, 5, 10 ,12 desservent les arrêts Reine Mathilde, Abbaye aux Dames et Vaugueux ainsi que le tram à l'arrêt St Pierre. Le stationnement est gratuit dans le quartier.

L'environnement direct est agréable puisque à proximité immédiate se trouve le Parc d'Ornano et l'Abbaye aux Dames, le théâtre des Cordes et à environ 5 mn de marche la rue du Vaugueux et ses nombreux restaurants, le château de Caen, le port de plaisance et la Bibliothèque Alexis de Tocqueville.

• Réunion hebdomadaire et fonctionnement

46 séances/ 941 participations/ 10 à 26 pers/ Moy 20,45

Les horaires habituels du lieu sont :

Lundi de 13h30 à 17h

Mardi au vendredi 9h30 à 17h

Samedi ménage 12h à 14h puis ouverture à 14h à 16h

La réunion hebdomadaire se tient tous les lundis à 15h dans nos locaux. Depuis déjà plusieurs années , il n'est pas rare que nous soyons aux alentours de 25 . Chacun est libre d'y venir ou pas. Elle est menée par l'animateur ou par des adhérents en cas de besoin. C'est un temps d'échange sur les projets, sur l'actualité de l'association, de passages d'informations sur la vie culturelle locale et sur la vie associative.

C'est aussi pour le groupe un temps de régulation, de proposition d'activités par les adhérents et l'animateur . Chacun peut alors organiser sa venue en semaine en fonction de ses impératifs de vie. Elles sont consignés dans un classeur d'activité pour que les absents sachent ce qui est prévu et s'il y a des places disponibles afin de s'inscrire. Nous déterminons qui fera les ouvertures et fermetures et nous redistribuons les clefs de permanence pour la semaine.

En général, 4 à 6 personnes différentes font des permanences au cours d'une semaine.

Nous avons désormais 4 adhérents qui sont en capacité de conduire le camion ce qui a permis des sorties sur des week-ends, des temps de vacances de l'animateur ou des soirées. C'est donc un outil très précieux pour envisager des projets en dehors des temps de travail de l'animateur.

Paroles d'adhérents :

J'y viens pour :

« savoir les activités qui auront lieu dans la semaine et m'inscrire »

« rencontrer les nouvelles personnes et voir le groupe »

« proposer des activités et sorties »

« avoir les infos nouvelles de la vie de l'asso (Compte rendu CCC, CA, infos des autres ECC)
»

« avoir des nouvelles des adhérents absents »

« sortir de l'isolement et ne pas être seule »

« m'inscrire aux permanences d'ouverture »

« discuter de sujets sérieux »

« discuter avec Julien (animateur) »

• Les activités d'expression et d'intérêts culturels

32 séances /264 participations/ 3 à 20 pers /Moy 8,25

Avec la bibliothèque de Caen La mer : 10 séances 62 participants

Nous collaborons désormais avec Mathilde Besnard (médiatrice du Livre) et sa collègue Anne Elisabeth.

Les actions mise en place cette année :

- Prise de contact en mars à l'ECC avec Mathilde pour connaître les attentes des adhérents et faire part des projets envisageables. Mise en place d'emprunt collectif de livres pour alimenter une mini bibliothèque de prêt à l'ECC.
- Animation à partir d'une malette pédagogique (livre sonore et atelier aquarelle) autour du thème des oiseaux. .
- Visite guidée de toute la Bibliothèque Alexis de Tocqueville et découverte du fond partenaire et emprunt de livre pour un coin lecture à l'ECC.
- atelier d'écriture avec Gaelle Pingault
- Visite de l'expo Sempé à la BAT
- Rencontre lecture avec Gaelle Pingault (autrice)
- Spectacle « La Clé »
- Visite de l'expo sur la reconstruction de Caen et atelier carte de vœux

Parole d'adhérent :

« J'ai bien aimé l'expo sempé c'était super. Le prix Facile à Lire aide beaucoup pour donner envie de lire c'est ludique.

« J'apprécie le système d'emprunt de livres à l'ecc. »

« Il faut trouver des créneaux pour que tout le monde puisse venir. On a un bon contact avec Mathilde. »

« J'ai beaucoup apprécié l'atelier d'échange club de lecture »

« La participation à l'élection des livres faciles à lire c'est bien ! »

- Projet musée des beaux-arts

À partir de mars, nous avons travaillé un projet artistique avec les résidents d'Habitat Inclusif de l'APAEI de Caen et de la MAS de Bretteville sur Odon. Depuis octobre, Marjolaine Maurice, médiatrice au musée des beaux-arts de Caen, nous accueille une fois par mois pour des visites ateliers en lien avec les collections permanentes et temporaires du musée. 9 adhérents se sont inscrits pour ce cycle de 7 séances qui se poursuivra jusqu'en juin 2024. Un engagement financier de 14€ a été demandé aux adhérents. Chaque visite atelier est l'occasion de découvrir une nouvelle technique en lien avec des œuvres du musée : croquis au pastel et aquarellisation, carton perforé et encre, peinture acrylique sur grand format pour la réalisation d'un paysage au fusain, atelier de gravure, pastel gras et jeux sur les couleurs, effet de transparence et de superposition, réalisation d'objets détournés...

Paroles d'adhérents :

« J'apprécie beaucoup le contact avec Marjolaine. »

« C'est l'occasion de voir des expos et de faire des ateliers sur ces sujets. Ça stimule la création ! »

- Projet clown

Cette action nous a été proposée par Géraldine Pichot qui a travaillé pour l'association à Granville. Une réunion d'information a eu lieu en janvier regroupant 13 adhérents afin de présenter le projet et la démarche clown.

6 adhérents ont participé à 4 ateliers d'octobre à décembre qui se sont poursuivis en début d'année 2024. Merci à la MJC du Calvaire Saint-Pierre qui nous a prêté gracieusement une belle salle de danse.

Parole d'adhérent :

Didier : « j'ai trouvé bien ce projet pour travailler le corps et l'esprit. Au début, on a créé notre personnage de clown. Mon clown c'est Pierrot ! On a travaillé sur nos émotions pour les faire ressortir dans le jeu de clown. C'était formidable, je le referai si ça recommence. On a parlé éventuellement d'animer l'AG avec les clowns Granvillais en juin 2024. »



- Sortie spectacle théâtre

Agathe Caron médiatrice à la comédie de Caen est venue nous présenter la saison des spectacles en septembre. Nous avons la chance d'être situés proche du théâtre des cordes ce qui facilite l'accès au spectacle le soir. Les adhérents sont de plus en plus à l'aise pour fréquenter ce lieu car ils connaissent les professionnels du Cdn. Grâce à la conduite du minibus et aux propositions de covoiturage par certains adhérents, la question du transport après le théâtre ne semble plus être un frein pour sortir sans la présence de l'animateur.

Parole d'adhérent :

« Ça fait du bien, c'est relaxant. J'apprécie le fait d'être ensemble pour aller au théâtre. »

« Agathe s'arrange pour nous expliquer les pièces et nous motiver à y aller. Les pièces sont très variées c'est parfois émouvant... »

« Aller chercher les billets responsabilise les adhérents. »

« J'ai de la reconnaissance envers le théâtre qui nous permet l'accès gratuit aux spectacles. »

- Séance ciné à l'ECC

Sur proposition d'adhérents, 2 séances ciné ont été diffusées à l'ECC de Caen.

Paroles d'adhérent :

« C'était une bonne idée en petit groupe. »

« Il faut être bien installé, pourquoi ne pas le faire plus souvent le dimanche ? »
« Il faut éviter les activités en parallèle pour que le lieu soit plus au calme. Il faut relancer le projet l'année prochaine ».

- Le Jardin Extraordinaire

34 séances/ 363 participations/4 à 19 pers/ moy 10,6

Cette année encore, nous nous sommes rendus dans notre Jardin Extraordinaire de Louvigny environ 1 fois /semaine de début mars à fin octobre.

Beaucoup d'adhérents utilisent le bus Twisto pour venir et repartir du jardin d'autres viennent avec le camion de l'association. Le cadre de verdure offert est exceptionnel car la plupart des adhérents vivent en ville en appartement.

Souvent c'est un adhérent qui prend la responsabilité de l'ouverture du jardin. C'est un bel espace de liberté et de prise d'initiative !

Nous avons fait la plantation d'un pommier offert par Didier en novembre, nous l'avons surnommé « l'Arbre de l'Amitié » .

Nous avons aussi cultivé dans notre serre les légumes d'été après avoir fait les semis à l'ECC. Les personnes qui le désirent peuvent participer aux activités de jardin en fonction de leur envie et de leur état de forme. Notre présence étant limitée à une journée par semaine, nous ne cherchons pas à produire beaucoup. Les adhérents aiment y partager de la convivialité en plein air notamment autour du repas...



Parole d'adhérents :

Martine : « On apporte chacun notre nourriture et j'aime bien le moment du repas tous ensemble. J'ai participé à l'installation des 2 ruches du foyer Martin-Luther-King. J'ai enfilé la tenue d'apicultrice »

Didier : « souvent on joue à la pétanque après manger, j'ai participé à tondre, à gérer les toilettes sèches, j'ai apporté des pommes de pin pour le barbecue et j'ai aussi jardiné. »

Marie-thérèse : « quand on ne va pas au jardin ça me manque ! Ça me permet de prendre l'air et j'aime bien car on mange tous ensemble. J'avais un jardin avant, mais je ne peux plus travailler la terre malheureusement. On a ramassé noix, artichauts mirabelles, cerises et aussi pommes, framboises et mûres avec lesquelles on a fait de la compote. »

• Repas conviviaux

34 séances/ 392 participations/ 3 à 21 pers/ moy 11,5

• Gouters et pâtisserie

Nous avons organisé de nombreux goûters cette année pour fêter plusieurs anniversaires à la demande des adhérents concernés. Dans ces occasions, l'association offre les boissons et l'adhérent apporte des gâteaux. Parfois cela donne aussi lieu à des ateliers pâtisserie : crêpes, madeleines etc...

Paroles d'adhérents :

« C'est sympa tout le monde ramène quelque chose, ça rassemble, et ça fait plaisir c'est convivial. »

« Plaisant d'être avec eux pour fêter l'anniversaire, ça nous rassemble »



• Organisation de repas conviviaux

Plusieurs repas conviviaux ont été organisés à l' ECC. Nous nous déterminons sur un menu. Nous divisons le prix des achats de denrées par le nombre de personnes. Certains s'occupent de faire à manger, d'autres de mettre la table d'autres encore s'occupent du rangement.

Sous l'impulsion d'adhérents, il y a aussi des repas partagés où chacun apporte quelque chose à mettre en commun en fonction de ses moyens.

Paroles d'adhérents :

« 1 fois par mois c'est bien, 12 personnes c'est le bon nombre. »

« Il faut une meilleure organisation sur qui ramène quoi lors des repas partagés mais c'est plaisant, à faire plus souvent ! »

• Organisation d'ateliers nutrition avec Hanna Granotier de Bien Dans Son Assiette (9 ateliers 56 participants.

Cet atelier a lieu dans les locaux de « Bien dans son assiette » ce qui permet de changer de notre cadre habituel. Ils sont très appréciés des adhérents car ils permettent de découvrir des produits et des goûts inconnus.

Cette année nous avons travaillé sur les saveurs du monde, notamment asiatique. Hanna est très pédagogue et les petits groupes favorisent les échanges ! Il n'est pas rare que les adhérents parlent de leurs souvenirs d'enfance ou de leur quotidien à la maison.

Nous ramenons aussi parfois des plats à faire goûter au reste du groupe ou chez soi. En décembre, pour les fêtes de fin d'année, nous avons fait un atelier sushi de Noël à l'ECC ! Foie gras, saumon... 23 adhérents sont venus pour un cocktail dégustation à la Japonaise !

Parole d'adhérents :

- « Génial, j'adore ! C'est bien expliqué, Hanna est pédagogue. »
- « On apprend plein de trucs »
- « Possibilité de refaire chez soi car on nous donne des conseils »
- « Différents thèmes, c'est varié »



• Événement et vie associative régionale inter ECC

Cette année nous sommes allés au carnaval de Granville où nous avons retrouvé les Virois et les Granvillais qui nous ont accueilli pour pique-niquer au sein de leur ECC, merci à eux. Le spectacle du défilé était sympa et impressionnant.

• Galette des Rois

Il y avait une bonne ambiance et du monde pour notre galette des rois à l'ECC ! Avec l'aide de Julien, les adhérents ont écrit le discours d'accueil et pris la parole devant un auditoire nombreux (adhérents, partenaires, voisins...). Durant la journée, certains ont assuré la permanence des adhésions, accueilli les invités. L'équipe était au top pour servir boissons et galettes et remettre au propre le local. Quand l'année commence ainsi c'est motivant !

• Repas régional au jardin

Les 4 ECC ainsi que de futurs adhérents de St Hilaire du Harcouët se sont retrouvés au Jardin Extraordinaire de Louvigny le 20 juillet. C'était une excellente journée, nous étions 72 personnes. À cette occasion, nous avons la présence de Didier Lohner (ECC Lisieux) et de sa collègue musicienne qui nous ont accompagné avec de la musique toute l'après-midi. On a dansé et chanté ! Chaque ECC avait apporté de quoi garnir le buffet en salades composés pour accompagner les grillades et en dessert.

Parole d'adhérents :

- « J'ai bien aimé préparer le barbecue »
- « Se retrouver entre les 4 ECC fait rencontrer d'autres personnes »

- Repas de Noël

Samedi 16 décembre à midi, nous étions environ 90 personnes à participer à ce repas. Dès le mois de juin, un collectif inter ECC s'est réuni autour d'Eve (Déléguee Régionale) pour préparer cet événement : visite et choix du resto,, animation... Le choix s'est porté sur le restaurant « Ô Jours heureux ! » à Hérouville saint-clair. Belle ambiance ! Nous avons pu danser grâce à la mise à disposition de la sono.

Parole d'adhérents :

- « On se retrouve, on parle avec tout le monde on danse »
- « C'était bien organisé, lieu bien choisi qui se prête bien à un grand repas »
- « Ça a fini trop tôt, à 17h30 »
- « La danse c'était super »
- « Pourquoi pas inviter d'autres associations »

- Restitution théâtre de l'ECC Vire

mercredi 12 Avril, nous avons été invité par les amis Virois pour leur soirée théâtre version cabaret !

Parole d'adhérents :

- « Super plaisir de se retrouver, manger ensemble et voir leur représentation »
- « Moments sympas, ça fait plaisir de les voir jouer et de les applaudir »
- « Passages amusants, ils ont bien joué ! »

- Europsy

Jeanne, Brigitte et Gilles sont partis au festival Europsy à Liège en Belgique du 2 au 5 mai avec un collectif inter ECC accompagné par Eve, Ludovic et Nathalie et des personnes du foyer Léone Richet.

3 réunions préparatoires ont eu lieu en début d'année pour préparer ce départ. Le groupe était logé en Auberge de Jeunesse. Même si l'ambiance au sein du groupe fut bonne, et que les bons souvenirs sont nombreux, les retours sont mitigés quant à l'organisation et au contenu de ce festival.

Parole d'adhérents :

- « Accueil pas terrible, nourriture pas bonne. »
- « L'organisation des animations était moyenne »
- « J'ai apprécié le théâtre et la rencontre avec d'autres structures »
- « Voyage long, hébergement bien mais sans plus »

• Activités bien être et sport

53 séances/ 991 participations/4 à 14 pers/ moy 6,5

• Ateliers yoga, relaxation, taï chi

Ces ateliers ont lieu à l'ECC. Ils sont animés bénévolement par Giani et Régis. Ils permettent aux adhérents de pratiquer une activité douce en étant avec des personnes de confiance.

Paroles d'adhérents :

Jeanne « ça me fait du bien je voudrais qu'il y en ait plus, ça calme mon cerveau, c'est doux »

Alain « j'ai bien aimé le Taïchi, on se relâche, exercice de respiration super, on se sent bien après. »

Martine : « c'était bien, relaxation allongée c'est mieux. »

Marie-Jo : « sympa de faire ça avec les adhérents, ça apporte du bien-être. »

• Photo langage

Ces ateliers ont pour but de favoriser la parole et de renforcer fortement les liens entre les personnes. Nous partons d'un thème commun. Par exemple l'amitié . A partir de ce thème chacun choisit une photo, la décrit et dit pourquoi il a choisi cette photo. Ensuite, le reste du groupe échange autour de cette photo, les points de vue se croisent, les souvenirs remonte parfois à la surface. C'est parfois de grandes émotions qui arrivent. Les uns sont à l'écoute des autres...

Parole d'adhérent :

« c'est bien et intéressant ça permet de mieux connaître les gens ça serait bien que ça continue . »

« c'était un peu dur d'expliquer, mais j'aime bien, je voudrais bien de nouveau regarder. »

« l'intermédiaire de l'image permet d'échanger plus facilement sur un thème. »

• Sport adapté

3 évènements 29 participations

Nous avons organisé 3 demi-journées Sportez Vous Bien en partenariat avec l'association Cap'Sport. Elles ont regroupé de 42 à 85 personnes.

Elles ont eu lieu en avril au gymnase de Ouistreham, en juin au gymnase de Mondeville et en novembre au gymnase de Louvigny.

Nous nous retrouvons à partir de 12h30 pour un pique nique libre ce qui est l'occasion de créer de la convivialité pour faire connaissance avec les personnes des autres structures. Les activités ont lieu de 13h30 à 16h30 et commencent par la formation d'équipes mélangées et accompagnées par au moins un encadrant. 7 à 8 ateliers sportifs sont en général proposés. Les groupes tournent toutes les 20 minutes sur les ateliers. La journée se termine par un goûter offert par Advocacy aux participants.

Les structures participantes sont diverses :FAM, MAS, FOA, ESAT, GEM, SAVS, IME...Ces journées sont vraiment l'occasion de rencontres très larges entre les publics mais aussi les professionnels ce qui favorise les passerelles entre publics et renforcent les liens partenariaux.

Nous sommes aussi allés 2 fois pratiquer gratuitement l'escalade à la salle Happyk située à l'entrée de Décathlon Mondeville grâce à l'invitation de la Pension de Famille Joséphine Baker. Nous les remercions !

Parole d'adhérents :

- « J'aime beaucoup, on découvre des sports, pas de pression pour participer, et c'est adapté à tout le monde »
- « J'aime pas tellement le sport mais j'y suis allé pour essayer. »
- « C'est bien ces journées, Cap'Sport est super, mais j'ai plus le temps car je fais du sport ailleurs maintenant.
- « l'escalade ça m'a marqué, je pensais ne pas y arriver, et je l'ai fait 2 fois, monter tout en haut ! J'aimerais le refaire... »
- « C'était bien l'inter-structure avec J. Baker je voudrais en faire plus. »
- « Sentez vous sport c'était hyper intéressant, dépassement de soi, bien adapté »



Lors des SISM, nous avons aussi participer à « Sentez vous sport » pour découvrir le bien être que procure l'activité physique.

• Jeux de Société

Au quotidien le jeu est très présent à l'ECC, les adhérents jouent souvent au tarot mais aussi à d'autres jeux comme le tock, le chromino, les jeux de dés etc.. .

C'est une manière d'être en groupe, de rigoler, de se changer les idées.

Nous avons eu la chance cette année, de nous voir offrir une table de ping-pong par Monsieur et Madame Clou ! Quel bonheur de les avoir comme voisins... Nous l'avons installé quelquefois durant l'été dans le jardin derrière l'ECC. Merci à eux !

La pétanque est aussi très appréciée notamment lors de nos journées au Jardin Extraordinaire mais aussi pour jouer sur la place Maurice Fouque devant notre lieu.

Parole d'adhérent :

- « J'ai appris à jouer à la pétanque mais je voudrais retourner à la ludothèque pour

découvrir de nouveaux jeux. »

« Il faudrait avoir de nouveaux jeux ce serait cool, faut varier, on adore les jeux en extérieur »

« ça crée de la cohésion de groupe, on rigole, et c'est convivial »

« la pétanque c'est bien, j'aime ça les jeux sont biens, j'aime bien jouer au domino avec les couleurs ».

« j'aime bien même si je n'ai pas trop l'occasion de jouer, mais je suis content quand on me propose... »

« j'aime bien le jeu des couleurs.»

- Sorties plein air randonnée, géocaching, balade

Bouger ensemble en nature ou en visite est synonyme de convivialité pour beaucoup.

Jeanne exprime le dépassement de soi par la force du groupe : « il y a de l'entraide, ça rapproche et donc ça crée d'autres liens plus profonds entre nous ».

Alain : « la taille du groupe doit dépendre de l'activité. On peut se sentir seul quand on est trop nombreux. J'aime faire des sorties car on est en petit groupe, ça permet de souffler... »

Nous avons la chance d'avoir des adhérents chauffeurs Michel, Marie Jo, Denis.

Les adhérents ont initié des sorties en utilisant le camion le soir ou sur des temps de week end ou de vacances de l'animateur comme cet été où de nombreuses sorties avaient été programmées !

Arromanches, Luc sur mer, ferme aux escargots, Pointe de la Hague, Grimbosq...

Parole d'adhérents :

« Des randos plus souvent ce serait bien car ça aère, on découvre des lieux. J'aime bien les pique-niques quand il fait beau, niveau accessibilité on prend le temps »

« au géocaching, on découvre des lieux en se baladant, on cherche des boîtes, ça donne un but... »

« J'adore les sorties culturelles, musées, découvrir des choses... C'est bien aussi les sorties le soir »

« Avoir accès à des pièces de théâtre me rend heureuse... »



• **Accès aux vacances**

6 réunions/ 8 jours de vacances cumulées/14 vacanciers.

- Séjour à Clécy du 26 au 30 juin. 6 adhérents.

Ce séjour a été organisé à partir de 3 réunions qui ont permis de choisir le gîte, d'organiser la vie quotidienne (menu repas, répartitions des tâches collectives, état d'esprit...) et d'envisager des activités possibles durant le séjour.

La participation des adhérents était de 50€ grâce au soutien du programme Vacances pour Tous qui a financé 70% du coût réel du séjour grâce à des chèques ANCV.

Les vacanciers sont partis avec le camion de l'association. L'animateur était présent en début et fin de séjour et a rendu 2 visites au groupe pour s'assurer que tout allait bien.

Les activités durant le séjour : randonnée, point de vue départ de parapente, achat de fromage, glace et yaourt à la bergerie des Ber'tommes, balade à la Roche d'Oëtre, restaurant Aux Rochers, petites balades vers les guinguettes le soir, restaurant, pédalo...

Malheureusement, ils ont connu une péripétie qui les a marqué...

Sylviane : «On a loué un pédalo défaillant et on a chaviré, je ne sais pas nager. J'ai eu très peur car il y avait du courant et j'aurai pu me noyer... ».

Heureusement, plus de peur que de mal, les adhérents ont été secourus à temps. Ils ont été en partie indemnisés par l'assurance de l'association pour leurs biens endommagés.

Certains ont tout de même été fragilisés par cette expérience et ne referont pas de pédalo tout de suite...

Parole d'adhérents :

« Partir avec un animateur est plus sécurisant en cas d'incident. »

« Gîte accueillant, bien aménagé et équipé, chambres agréables, cadre verdoyant et reposant »

« Chacun avait proposé de préparer un repas ou d'aider, bonne organisation et bons moments dont on garde des souvenirs ensemble....»

- Séjour au Puy du Fou du 13 au 16 septembre 2024

Ce séjour regroupait 8 adhérents accompagnés de l'animateur. Il a été organisé de la même façon que celui de Clécy .Les adhérents ont payé 50€ pour un coût réel de 205€ tout compris par personne, toujours grâce à Vacances pour Tous.

Nous logions en mobil home à l'extérieur du parc, dans un bon camping dont nous avons pu profiter de la piscine, du restaurant et du terrain de pétanque ! Ce cadre était idéalement reposant car les longues journées de marche étaient très fatigantes.

Nos entrées au Parc du Puy du Fou comprenait 2 jours de visite, les restaurants du midi et celui du soir pour le spectacle nocturne.

Paroles d'adhérents :

Marie Thérèse : « ...Hésitante à cause du coût et d'une préoccupation dans mon logement, finalement je ne regrette pas d'être partie grâce aux chèques ANCV. Je n'étais pas parti en vacances depuis 1982 ! Beaucoup de chaleur et de marche mais le parc est magnifique, merveilleux ! »

Didier : « J'ai bien aimé les restaurants à thème du parc. J'y étais allé il y a longtemps, ça a beaucoup changé. Ça ne faisait que 5 mois que je venais à l'association, ça permet de faire plus connaissance entre nous ».

Claire : « J'ai adoré le restaurant le dernier soir pour aller voir le spectacle nocturne des « Noces de Feu ». J'aime bien partir en groupe avec l'animateur pour l'ambiance, la bonne entente entre nous et en plus on se divise les frais de séjour.

Michel : « C'était une première expérience de départ en groupe et j'appréhendais un peu. Partir seul c'est pas très motivant...Finalement j'avais les boules de rentrer ! Ça aide à créer du lien entre nous... »



• L'engagement militant et le renforcement de la citoyenneté

31 séances/ 179 participations/ 1 à 11 pers/ moy 5,8

Cela prend des formes très variées comme accueillir et présenter l'ECC, collaborer et échanger collectivement avec d'autres acteurs, participer à des actions de formation ou d'information...

• Semaines d'Informations en Santé mentale

Cette année le thème était : « A tous les âges de la vie, ma santé mentale est un droit »
Nos adhérents ont été très impliqués lors des Copil SISM animés par Gérald Halley (coordinateur CLSM).

Beaucoup de liens humains se créés lors de ces temps. Cette dynamique favorise pour les adhérents un sentiment de fierté ainsi qu'un regain d'intérêt concernant leur implication citoyenne et la reconnaissance de leurs besoins spécifiques.

Nous avons notamment participé à l'événement place Bouchard à Caen qui réunissait beaucoup de partenaires afin de sensibiliser le grand public à la question de santé mentale.

Les adhérents se sont rendus à d'autres événements organisés par les partenaires comme « sentez-vous bien ! » par le service sport adapté de l'EPSM

Denis est intervenu lors d'un ciné débat au cinéma Lux, qui parlait de la question du logement. Plusieurs adhérents étaient présents dans la salle et ont pris la parole.

Plusieurs personnes ont vu la conférence gesticulée sur les troubles bipolaires.

Nous pouvons nous féliciter de l'investissement grandissant des adhérents lors de ces événements militants et de leur aisance. Ils font valoir leur point de vue et véhiculent les valeurs d'Advocacy sur les questions d'accès à la citoyenneté.



Voici d'autres sollicitations auxquelles nous avons répondu présent !

- 20/01 Accueil et présentation du dispositif « Un chez soi d'abord ». 4 pers
- 24/01 Rencontre sur la refonte du site internet de l'EPSM Caen avec M Kubler
- 26/01 Intervention collective au séminaire IRTS « 20 ans après la Loi 2002-2, la participation des usagers, mythe ou réalité ? ». 8 pers
- 30/01 Prêt de locaux aux « Entendeurs de voix »
- 15/03 Organisation d'une causerie sur l'isolement social avec Doriane Regoin, stagiaire éducatrice au Foyer Léone Richet, pour son mémoire de fin d'étude. 8 pers
- 22/03 Accueil du Foyer Oxygène d'Ifs. 8 pers.
- 12/04 Porte ouverte à la pension de famille J.Baker de l'association Revivre 6 pers.
- 2 au 5/05 Festival Europsy à Liège (Belgique). 4 pers
- 25/05 Participation au CRPA Normandie 2pers.
- 15/06 Colloque Normandie Réhabilitation au centre des congrès de Caennais. 9 pers
- 17/06 Tournoi de pétanque à Caen avec l'ECC Lisieux et l'association Norm'handi. 8 pers
- 13/07 CRPA Normandie. 3pers

- 21/09 Formation Psycom. 2pers
- 05/10 Accueil du SAMSAH Envol atelier « le jardin de dedans » (Prépa SISM 2023)
- 10/10 Visite du centre de dépistage du cancer du sein à Baclesse. 4 pers
- 21/10 SISM 2023 : Conférence gesticulée « To be or not to bipolaire ? » 7 pers
- 16/11 Conférence de S3A et l'ARDES sur la gouvernance associative. 4 pers
- 22/11 conférence gesticulée : « IVG 50 ans après la loi » 1 pers
- 24 et 25 /11 Festival Pop & Psy à Paris. 1Pers

• Introduction

Le déroulement de cette année 2023, au sein de l'espace convivial et citoyen de Vire, a suivi de nouveau les projets divers des adhérents tels que la confection de plats à emporter pour le week-end, les sorties en autonomie, la réalisation d'un séjour en groupe.

Mais aussi des activités militantes telles que le CRPA, la participation au Contrat Local de Santé, le festival Pop And Psy.

• L'équipe d'animation

- Les adhérent.e.s

30 adhésions ont été enregistrées.

Le groupe est composé de 21 hommes, de 7 femmes et de 2 personnes morales.

Il y a eu 5 contrats visiteurs conclus en 2023 en fin d'année.

- Rappel de nos représentants 2022-2023 :

Représentants des adhérents :

- M. LEBRAUT Alain et M. RETORIANO Jessy en tant que titulaires.
- M. LESAUNIER Patrick et M. MILLE Christophe en tant que suppléants.

Administrateurs :

- Mme VAUTIER Jocelyne
- M. JAMES Bernard
- M. LEVIONNOIS Gilles

Le salarié : M. Yannick COUTANT, animateur depuis mars 2022

- Les intervenants extérieurs

Ils nous font partager leur passion et la mettent au service de nos envies d'évasions

culturelles 2005.

Mme Ghislaine GLOUX : musicothérapeute pour la chorale Advocalise et de l'atelier Slam

M. KOSTENBAUN Dan : comédien salarié du PRÉAU de VIRE, animateur de l'atelier théâtre

• **Fonctionnement de l'ECC**

- Les ouvertures :

Les horaires de l'animateur sont restés inchangés en 2023.

Durant cette année, 247 heures de permanence ont été faites, avec 9 sorties en totale autonomie :

- Visite en groupe aux portes ouvertes de l'ESAT Le Grand Pré
- Sortie pêche à pied
- Carnaval de Granville
- Restaurant-bowling
- Randonnée à Gast
- Fêtes des ECC au Jardin extraordinaire
- Nuit du handicap à Ouistreham
- Match de foot à Caen
- Visite Ste Mère l'Eglise et son musée du parachutisme

• **Vie de l'espace**

- Le théâtre

Le 28 mars 2023, les acteurs du groupe Théâtre ont fait leur restitution devant 112 personnes à la Halle Michel Drucker de Vire.

9 adhérents ont participé à cette activité à raison de 14 séances de répétition et 4 réunions.

Cette année nous avons fait le théâtre avec un nouvel acteur, Dan a remplacé Najda pour nos répétitions. Au début, nous avons une appréhension, car nous avons nos habitudes avec Najda, mais très vite Dan a su nous mettre en confiance et comprendre ce que nous voulions.

Pour cette pièce, nous sommes partis de diverses idées proposées au fil de nos réunions

théâtre. Nous la voulions humoristique. Elle a pris forme au fur et à mesure de nos répétitions, et le groupe aussi.

Parole d'adhérent :

Bernard : « Cette année, le théâtre a été assez difficile pour moi. Je ne croyais pas réussir, mais les adhérents m'ont aidé, je me suis reposé et j'ai réussi. »

Nous nous sommes soutenus, encouragés,entraidés, encore une très belle expérience. Nous remercions chaleureusement toutes les personnes venues nous applaudir, la ville de Vire pour la mise à disposition de la halle, Michel Drucker, et Mickaël le régisseur pour le gros travail à la technique.

- Le chant

Constitué de 6 personnes, le groupe de chanteurs Advocalise s'est lancé cette année dans une nouvelle aventure.

En concertation avec Ghislaine, les adhérents voulaient apporter quelque chose de nouveau à cet atelier chant. Nous avons fait plusieurs réunions pour rechercher ce que nous pourrions apporter comme nouveauté à notre groupe de chant et nous sommes tous tombés d'accord pour nous lancer dans le slam.

Ghislaine nous a expliqué la façon dont le slam est construit, puis à travers nos discussions, nos échanges, à la suite de mots posés par chacun, un titre est sorti, un texte qui nous ressemblait, puisque de nos pensées et de nos émotions il était né.

Devant notre enthousiasme, Ghislaine nous a proposé de faire un enregistrement en studio pour le mettre sur CD. Nous sommes allés chez elle pour enregistrer en studio. Avec un accueil très chaleureux, Ghislaine et son mari nous ont vite mis à l'aise pour cet exercice tout nouveau qui demande de la concentration. Ils ont vraiment été formidables et sommes ressortis de cette expérience grands de l'avoir fait.

Nous les remercions chaleureusement de nous avoir accompagnés avec tant de bienveillance ainsi que pour l'arrangement musical et l'enregistrement.

Nous sommes aussi fiers d'avoir pu proposer notre slam lors de la restitution de la troupe théâtrale, car c'est important de concrétiser le travail accompli.

- Les sorties en autonomie

Nous avons pu faire neuf sorties en autonomie grâce à nos chauffeurs, que nous remercions.

David nous a emmenés aux portes ouvertes de l'ESAT de ROULLOUR, nous avons pu découvrir pour certains, revoir pour d'autres les différents ateliers. Des échanges intergénérationnels sur le travail ont suivi.

Thierry nous a emmené à une sortie sur la côte Granvillaise afin de pratiquer la pêche à pied.

Il voulait nous transmettre son savoir faire, malheureusement le temps n'était pas de la partie et cela a fini en découverte du littoral.

Ensuite, Thierry nous a permis de faire une randonnée à l'étang du Gast avec un pique-nique.

Jessy nous a emmenés au Carnaval de Granville. Comme l'année dernière, nous avons partagé ensemble des moments où tout le monde fait la fête, se lance des confettis. Cela vaut bien une randonnée, car nous avons beaucoup marché. Cette journée reste toujours un très bon souvenir.



Il nous a permis aussi un soir d'aller faire un restaurant suivi d'une partie de bowling. Les échanges entre adhérents sont conviviaux et nous sortons du quotidien et du travail en étant ensemble.

Nous nous sommes également rendus à la Nuit du handicap à Ouistreham. Malheureusement, le temps ne nous a pas permis de rester longtemps et d'en profiter.

C'est à Caen qu'un soir, il nous a conduit pour assister à un match du stade Malherbe.

La dernière sortie a été la visite de Sainte Mère à l'église. Après un repas sur la place de l'église, nous sommes allés visiter le musée du parachutisme.

Grâce à nos deux chauffeurs, nous avons pu passer un moment mémorable, au rassemblement régional des Espaces Conviviaux Citoyens dans le jardin extraordinaire de Caen. En effet, nous avons emmenés avec nous les gens de Pause-Café de Saint-Hilaire-du-Harcouët. Tous les adhérents ont participé à leur manière à cet évènement.

- Les réunions hebdomadaires

Avec l'arrivée d'adhérent.e.s travaillant en ESAT, les réunions hebdomadaires ont évolué en 2023 afin que ceux qui travaillent puissent participer pleinement à la vie de l'Espace.

Nous avons décidé de nous réunir en réunion deux fois par mois au lieu de quatre, mais par contre à 17h15 pour permettre à tous les adhérents de venir. Cela a permis d'avoir beaucoup plus de participants, de mieux faire passer les informations, de faire connaître les projets et de laisser le temps aux travailleurs de s'organiser.

Cinq réunions hebdo ont été réalisées en autonomie.

La moyenne de fréquentation aux réunions hebdomadaires est de 13 personnes, avec un minimum de 7 personnes (avant changement) et un maximum de 21 personnes.

- Les conseils conviviaux et citoyens

En janvier, le premier CCC a concerné le budget prévisionnel de l'année.

En avril, le deuxième CCC concernait la démarche DLA et de la gouvernance.

Cette année, au vu de la conjoncture, il a été décidé de ne pas élire de nouveaux représentants d'adhérents et de prolonger les mandats en place.

- Vivre ensemble : repas et goûter

Comme à notre habitude, nous nous sommes souvent retrouvés à partager un repas, un goûter, pour un anniversaire ou tout simplement pour être ensemble. Ce sont toujours des moments où les échanges se font dans la plus grande simplicité.

Tout le monde participe, souvent les adhérents étant présents en journée préparent et organisent le repas et les gens qui ne viennent pas, ensuite, font le rangement, la vaisselle et le ménage.

Les tablées restent assez importantes, de 10 à 20 personnes suivant le moment de la journée.



• Les sorties

- Les sorties culturelles

Sur Vire : Nous avons effectué deux visites à la Médiathèque-Ludothèque. Patrick, qui a une carte, expliquait comment les adhérents pouvaient emprunter des livres. Alain nous racontait sa passion pour les chars de combat en voyant un livre à ce sujet. Nous nous déplaçons dans les allées suivant les sujets recherchés.

Nous avons visité la Taverne des Jeux, c'est un endroit où l'on peut jouer en buvant quelque chose, c'est un endroit très convivial, mais les jeux paraissent assez compliqués.

Les 20 de chaque mois, il est possible d'aller au théâtre pour des représentations gratuites. Une dizaine d'adhérents en ont profité.

- Notre séjour : À la découverte de la Vendée

Nous avons pu au cours de celui-ci découvrir une partie du patrimoine. En effet, nous avons visité une ferme des agneaux des prés salés du Mont-Saint-Michel, navigué sur le Marais Poitevin, admiré l'un des plus grands aquariums d'Europe à La Rochelle, le port de La Rochelle, fait une randonnée sur l'île de Noirmoutier, découvert les Machines de l'île à Nantes.

Paroles d'adhérents :

Gaëlle A : Nous avons passé un bon séjour, on a bien profité et passé de supers moments ensemble. Il y avait de belles sorties, accompagnées de bons restaurants. À aucun moment nous ne nous sommes ennuyés et le séjour est passé trop vite. Il me tarde de pouvoir recommencer.

Tout d'abord, nous avons visité une ferme avec des moutons et des agneaux. La dame était très gentille et nous a payé un café en terrasse avec vue sur le Mont-Saint-Michel. J'ai joué avec leur petit chien gardien de troupeau.

On a fait un pique-nique au zoo de Nantes, j'ai vu des dauphins et les animaux de très près dans le Minibus, nous rigolions bien tous ensemble. Yannick et Antoine faisaient des blagues en voyant les animaux.

Lorsque nous sommes arrivés au gîte, nous étions fatigués de notre journée, car il y avait de la route.

Le gîte était très beau, avec de grandes chambres avec douches et WC, tout était à notre disposition.

Le lendemain matin, Jessy, Rémi et moi avons préparé le petit déjeuner pour tout le monde.

Ensuite, nous sommes allés faire une balade en barque sur le marais poitevin et le batelier a fait sortir des flammes du fond de l'eau. C'était impressionnant.

L'aquarium de La Rochelle était magnifique, et j'ai poussé le fauteuil de Rémi.

À Nantes, nous avons grimpé dans le gigantesque éléphant en bois qui avance vraiment très lentement en arrosant les gens qui sont en bas.

Patrick L : Cela faisait 4 ans que je n'étais pas parti en vacances. Tout le monde a été sympa, c'était beau.

J'ai aimé la ferme, c'était joli avec les moutons et les petits. Il y avait aussi des poneys.

Au zoo, j'avais oublié ma casquette aux dauphins ; puis les animaux s'approchaient du minibus. On a vu des gazelles, des lions, des girafes, des éléphants en liberté sans cage. J'ai fait les courses avec tout le monde. Rémi nous attendait dehors.



Rémi L : Je n'ai que des louanges à faire de ce voyage et je remercie Advocacy pour m'avoir permis de me sortir ainsi en dehors des murs de l'Ehpad.

Le groupe était soudé.

Au Safari, j'ai aimé voir les animaux de près et aussi les dauphins. L'élevage des moutons du Mont Saint-Michel m'a rappelé des souvenirs de quand je travaillais à la ferme. C'était beau.

Les jeunes ont été formidables avec moi, ils ont même poussé mon fauteuil, car je fatigue facilement pour marcher.

La balade en barque était très agréable, on voyait bien la nature et quelques animaux.

Pour la visite de l'aquarium, je remercie Gaëlle qui a poussé mon fauteuil.

Je suis monté en haut de l'éléphant, je ne pensais pas pouvoir aller si haut. Ensuite, on a visité la galerie de toutes les bestioles articulées.

Patrick L (suite) : Le soir, on a découvert nos chambres, la piscine chauffée, et la grande terrasse où il y avait le barbecue.

On a fait de la barque pendant 2 h sans ramer, car c'est un monsieur qui poussait. Il nous parlait des serpents, des ragondins qui vivaient sur le marais poitevin et avaient fait du feu dans l'eau. On a visité l'aquarium de La Rochelle avec les requins et après le port.

À Noirmoutier, on s'est fait avoir par un restaurant qui a dit qu'il était complet, mais nous en avons retrouvé un mieux avec une dame très gentille.

Le jeudi, j'ai été dans la piscine jusqu'à la taille, car il fallait que je fasse attention avec mon appareil auditif et j'ai vaincu ma peur avec l'aide de Jessy pour entrer dans le jacuzzi.

Après, c'était le barbecue et on a tous fait le repas, Aurélien et Jessy ont cuit la viande.

Pour le départ, tout le monde a fait le ménage pour que le gîte soit propre avant de partir.

Merci à Advocacy pour ce voyage.



- Le festival Pop and Psy

Découverte de cette année que ce festival Pop and Psy , un mélange de festival pop dans un univers dédié à la santé mentale. Il pourrait aussi s'appeler : hors-jeu la stigmatisation, tellement la fréquentation de ce festival rassemble un nombre de gens tellement différent.

Parole d'adhérente :

Charlène : Je sais que j'y suis déjà allée cette année et je laisserais facilement ma place pour que quelqu'un puisse découvrir ce super festival, mais croyez-moi, si je peux, j'y retourne.

Et pourquoi pas faire un stand Advocay ?...



- Les sorties loisirs divers

- Sorties Bowling à Vire : moment convivial autour du jeu ;
- Sorties Sportez-vous bien avec l'association Cap Sport : lien social autour du sport
- Baptême de l'air avec Les Ailes du sourire : découverte et dépassement de soi dans la convivialité ;
- Randonnées conviviales
- Sortie Jardin à Caen (inter ECC)
- Concours de pétanque à Lisieux
- Festival Pop and Psy
- Cinés débats à l'ECC Le débarquement, les chercheurs en folie
- Pique-nique à la Datée avec l'ecc de caen et les personnes de pause café (St Hilaire du Harcouët)

• **L'engagement militant et le renforcement de la citoyenneté**

• Stagiaires élèves en médecine

Lors des SISM, nous avons accueilli deux stagiaires de la faculté de médecine de Caen, en effet celle-ci a le mérite d'avoir inclus un module sur la sensibilisation au handicap.

Les adhérents étaient impatients de faire leur connaissance et c'est tout naturellement qu'ils ont partagé leur espace privilégié avec sincérité et bienveillance.

Nos invitées, mises de suite à l'aise par cet accueil, ont facilement ensuite inversé les rôles et entamé les discussions avec la même bienveillance.

Différents thèmes ont été abordés, notamment celui des SISM de cette année : « À tous les âges de la vie, ma santé mentale est un droit », mais aussi celui des déserts médicaux.

Par la mise en place d'une activité pour les adhérents par les stagiaires, nous avons pu mettre en évidence ensemble que parfois le handicap invisible de la santé mentale pouvait induire une mise en difficulté des personnes et avant la mise en situation de cette activité, elles ont su s'adapter et tenir compte de certains paramètres pour faire en sorte que cet atelier soit un réel succès à tous les niveaux.

Cette analyse de la place de chacun peut être réellement transposable à un professionnel qui reçoit une personne fragilisée par sa santé mentale.

Elles se sont inspirées de l'arrivée d'Halloween pour proposer aux adhérents de faire la décoration de notre vitrine. Le résultat a dépassé leur espérance, car elles ont rencontré une participation pleine et entière de la part des adhérents qui les ont chaleureusement remerciés.

Le stage s'est terminé par un goûter partagé et avec le message que cette rencontre fut une belle réussite et que les adhérents renouvelleraient cette expérience avec plaisir.

• Nuit du handicap

Jessy a conduit le camion pour nous conduire à la Nuit du handicap

Les adhérents ont participé aux différents CRPA.

Paroles des adhérents :

Christophe C : Moi qui hésitais vraiment à participer, ça a été une super expérience, j'ai pris la parole devant tout le monde, c'était super, je recommencerais, mais là, c'est dommage, mais bien quand même, car je suis embauché à l'ESAT ? Je ne serais plus disponible.

Charlène a participé au contrat local de santé et au festival Pop and Psy.

Jocelyne est représentante des usagers à l'hôpital de Vire.

Bernard est représentant des usagers à la clinique de Vire.

• Nos partenaires associatifs et institutionnels

La mairie de Vire : mise à disposition d'un bureau pour l'animateur, gratuité de la salle de théâtre :

- Le centre social municipal Charles Lemaître : partenariat restauration ;
- Le centre social CAF : partenariat restauration ;
- L'association Cap Sport : animation de journées sportives adaptées ;
- L'association Aviation sans frontière : baptême de l'air ;
- L'APAEI : accompagnement des usagers vers Advocacy et prêt d'un véhicule pour le repas de Noël de notre Association ;
- Le service d'insertion Anaïs de Barenton (SAVS) : accompagnement des usagers vers Advocacy ;
- La Fédération des acteurs de la solidarité octroie des chèques vacances pour favoriser l'accès de nos adhérents aux séjours collectifs que nous élaborons ;
- L'UNA du Calvados : partenariat d'activité avec le local

• Nos projets pour 2024

Voici nos projets pour l'année à venir :

- Nouvelle troupe de théâtre adhérent.e.s et poursuite du projet Slam pour Advocacise
- Rapprochement avec Pause-Café de Saint-Hilaire-du-Harcouët
- Projet SISM avec l'équipe mobile de rétablissement de Vire, 2 adhérentes advocacy référentes
- Projet en partenariat avec le CCAS et le Service Social de Vire ;
- Projet d'agrandissement de l'espace de Vire toujours d'actualité, travaux après signature
- Développer la façon d'aborder le festival Pop and Psy.
- Participer à la suite du D L A

GRANVILLE

• Introduction

En 2023, l'Espace Convivial Citoyen de Granville fêtait son quatorzième anniversaire.

• Les adhérents

En 2023, vingt-six adhésions ont été réalisées. Sept personnes ont signé un « contrat visiteur » afin de découvrir l'association et ses actions.

Nous habitons en majorité à Granville et certains.es dans les communes environnantes. Les nouveaux arrivants ont connaissance de l'existence du GEM par le biais du secteur médico-social, sanitaire et associatif, notamment l'Hôpital de Jour « Les Salicornes » et le Centre Médico-Psychologique « Les Epiettes ».

Certains.es d'entre nous expriment le sentiment d'isolement et l'intérêt que nous portons à l'association est lié à l'opportunité de faire des rencontres humaines, des activités militantes et/ou de loisirs.

• Fonctionnement et ouverture de l'ECC

L'Espace Convivial Citoyen de Granville occupe un local de 70 m² situé au 608 rue Saint Nicolas 50400 Granville. Le local comprend plusieurs parties : un espace cafétéria, une grande salle de réunion, une kitchenette, un espace multimédia, un WC et le bureau d'accueil.

Le lieu est ouvert du lundi au vendredi et le week-end ponctuellement en fonction de nos projets. Nous assurons l'ouverture du lieu au travers d'un planning de permanences et de répartition des clés.

Actuellement, la répartition des clés est gérée de cette manière : elles sont distribuées en fonction de nos disponibilités, le lundi lors de la réunion hebdomadaire. Elles doivent être remises dans la boîte aux lettres, chaque jour, à la fermeture du lieu, excepté pour celui d'entre nous qui récupère les clés le vendredi. Il devra les garder jusqu'au lundi après-midi afin d'ouvrir l'ECC.

• L'organisation

▪ La réunion hebdomadaire

Elle est essentielle pour la structuration de la vie du lieu. Elle est menée par l'animateur. C'est un temps d'information, de débat et d'organisation. L'ordre du jour est établi en fonction des priorités du moment et de nos préoccupations. On établit le planning d'animation de la semaine à partir des propositions et des engagements de chacun.

Cinquante et une réunions sont réalisées dont sept animées par les adhérents-es avec douze adhérents-es en moyenne. Elle se tiennent au Centre Médico-Social jusqu'au mois d'août 2023 et à la Maison des Associations par la suite.

Cette année 2023 est un peu particulière en terme de fonctionnement, l'animateur titulaire suit une formation depuis octobre 2021 jusqu'au premier trimestre 2024. Afin de compenser ses absences, l'association recrute une salariée jusqu'à juin 2023.

Parole d'adhérents :

« J'ai dû mal à prendre en note lorsque je m'occupe de l'agenda d'un autre adhérent, il faut faire attention à la durée de la réunion, c'est un bon temps de travail car cela permet de s'organiser entre les actions de l'association et nos RDV personnel, la nouvelle salle ne nous permet de pas une bonne visibilité avec le rétro projecteur, un peu trop d'information en même temps, j'ai un peu de mal à tout noter, avant de commencer notre réunion, nous avons de temps pour d'échanger entre nous, c'est bien la réunion du lundi, c'est très bien, le point négatif la réunion est décalé au niveau des horaires, cela ne m'arrange pas mais je m'adapte, les réunions lorsque l'animateur n'est pas là, on les prend en charge, il y a une continuité dans la gestion des réunions hebdomadaires, on devient de plus en plus autonome, même si lorsque l'animateur n'est pas là, il y a moins de monde à la réunion, la salle aucune visibilité au niveau du rétro projecteur. »

▪ La cafétéria

Nous proposons un panel de boissons à prix coûtant en libre-service. L'investissement financier de l'association dans l'achat des boissons est remboursé par notre participation financière. Nous sommes deux à avoir constitué un groupe « cafétéria » au cours de l'année 2023. Nous nous réunissons une fois par semaine pour réaliser la comptabilité. De même, nous nous impliquons dans la gestion du stock et des achats.

En 2023, les recettes couvrent les dépenses de la cafétéria. Malgré cela, des incidents de paiement sont fréquents - deux possibilités - la ou les personnes ne paient pas ou se servent dans la caisse. Nous abordons ce sujet lors de différentes réunions hebdomadaires mais cela se renouvelle régulièrement. Nous continuons de questionner notre fonctionnement autour de ce problème. Nous tenons à remercier Béatrice et Isabelle pour la gestion comptable de la caisse et des achats concernant la cafétéria. Cinq vérifications des recettes sont réalisées.

Paroles d'adhérents :

« Je suis contente de faire la compta de la cafet, l'inconvénient, c'est lorsqu'il manque des sous, il faut préciser que chacun doit payer ces consommations, on a pas mal de choix et c'est pas cher, il faut dire aux responsables de la cafet de faire le réassortiment, faire attention lors du réapprovisionnement, mettre les boissons tièdes derrière les boissons froides,

le gros problème ce sont les personnes qui ne paient pas ou le vol d'argent, depuis que l'on fait les comptes toutes les semaines, on a moins de problème, c'est un point positif pour la cafet, pour l'ambiance trop de suspicion. »

- Les tâches administratives

Nous organisons la rédaction de courriers, la mise sous pli, la création de carnets d'adresses ainsi que l'envoi de courriers, bilan du mois (nombre d'adhérents-es par activités), rédaction du projet d'animation, du bilan projet d'animation de l'année précédente etc. Ce travail, fastidieux pour certains-es, est nécessaire au bon fonctionnement du lieu. En 2023, nous avons participé à 27 séances avec une moyenne de trois adhérents-es par atelier.

Paroles d'adhérents :

« je trouve cela bien cela me permet d'être au parfum, de se rendre compte du travail à faire et du travail accompli, c'est de gestion, on est bien organisé mais es fois on se plante, c'est un peu fastidieux mais il faut le faire, ce n'est pas que l'animateur qui fait cela nous implique »

- Transport et véhicule

L'Espace Convivial Citoyen de Granville possède un camion de neuf places. Depuis le projet sécurité routière qui a eu lieu fin 2012, ceux d'entre nous titulaires du permis B, ont la possibilité de conduire le véhicule. Ainsi, nous avons retrouvé de la mobilité, cela nous donne la possibilité de nous investir dans des projets au plan régional et national. Depuis la fin d'année 2016, nous accompagnons tout nouvel adhérent dans la conduite du camion de l'association.

En 2023, cinq adhérents-es conduisent le camion de l'association dont un pour la première fois. Cet accompagnement vise deux axes : l'aisance de la conduite et la sécurité des passagers.

Paroles d'adhérents :

« sept adhérents-es conduisent le camion, ce n'est pas suffisant pour moi, Cela nous permet de nous rendre aux différents RDV et activités, Pour moi qui si conducteur, le camion n'est adapté à mon handicap, les adhérents-es conduisent c'est bien, »

- Entretien des locaux et matériel

Nous avons effectué quatorze séances avec une moyenne de deux adhérents-es par séance.

Paroles d'adhérents :

« Pas beaucoup de monde pour faire le ménage, essayer de mettre en place un roulement entre les adhérents, un groupe d'adhérents-es courageux va réfléchir à la mise place d'un rideau sur la vitrine en 2024, c'est fait régulièrement, merci à Emmanuel, on se met à plusieurs pour faire l'entretien »

• Atelier cuisine et repas conviviaux

Un projet autour de l'éducation à la santé est financé avec le concours de l'ARS via l'appel à projet prévention et promotion de la santé.

Le repas est un moment chaleureux et convivial. Il permet la découverte de nouvelles recettes, des échanges de savoir-faire. Les adhérents-es acquièrent et/ou développent des connaissances concernant l'élaboration d'un repas équilibré. Le menu est élaboré en réunion du lundi. Certains-es d'entre nous s'occupent des achats alimentaires. Puis, l'ensemble des inscrits participe à la réalisation complète du repas : de la préparation au rangement, en passant par la dégustation.

En 2019, avec le concours de deux enseignantes Mme Boutrois et Mme Anderson du Lycée Marland et les étudiantes en BTS Diététique, nous avons mis en place l'atelier « plaisir de manger ».

Il a pour objet :

- La pratique adaptée de la diététique, de la gestion budgétaire et de l'hygiène culinaire pour les adhérents.
- L'acquisition de compétences et savoirs adaptés aux besoins des adhérents à travers d'outils pratiques (FALC : Facile à Lire et à Comprendre)

En 2023, il y a eu soixante et un repas : six « repas conviviaux » (repas que nous avons cuisiné) avec une moyenne de sept participants, cinquante-quatre « repas partagés » avec une moyenne de deux participants.es (chacun apporte son repas), un pique-nique avec trois participants et trois goûters d'anniversaire avec une moyenne six participants (confection de gâteaux, crêpes, etc.).

L'objectif de douze repas conviviaux par an (un par mois) n'est pas atteint. L'intérêt des adhérents-es pour les repas conviviaux connaît un déclin important.

Concernant l'atelier plaisir de manger, l'ensemble des Travaux Dirigés (TD) sont réalisés avec une moyenne de quatre participants-es. Les Travaux Pratiques (TP) ne sont pas réalisés car les professionnels-les étaient soit en formation soit en arrêt de maladie. Au-

delà, nous réalisons huit séances de travail avec une moyenne de deux personnes pour l'organisation de cet atelier.

Paroles d'adhérents :

« Nous n'avons pas fait beaucoup de repas conviviaux l'année dernière, c'est un bon moment de convivialité, bonne ambiance et tout le monde participe, moment de plaisirs et de partage, avoir dû matériel adapté pour les personnes avec un handicap physique, le repas partage c'est bien car pas de cuisine à faire, tu ne manges pas seul, tu peux apporter des gâteaux, on peut fêter les anniversaires, on peut organiser des repas festives, tous les adhérents-es ne participent au rangement, c'est bien cela se passe bien le repas convivial c'est un moment privilégié, les choses se font naturellement, c'est bien organisé, le fait de faire les courses la veille c'est bien »



• Les activités de bien-être

- Le Vélo en partenariat avec l'association « La ville à Vélo »

Mai 2013, un adhérent fait part au groupe de l'existence de l'association la ville à vélo. Nous les contactons et nous montons un projet autour de sorties à vélo. Depuis, les bénévoles de « La Ville à vélo » accompagnent des adhérents lors de balades (sauf intempéries), les mardis ou mercredis après-midi pendant deux heures et ce de manière non-lucrative.

Cette action nous permet de faire une activité sportive, mais également de mieux appréhender notre environnement. Lors de ces moments d'évasion, les intervenantes soucieuses de faire connaître la pratique de ce sport, sont attentives au rythme de chacun. De plus, cela crée des moments d'échanges sur des thèmes divers et variés.

En 2023, dix-neuf sorties à vélo sont organisées avec une moyenne de deux cyclistes par sortie. Nous tenons à remercier Madame Loquet, Madame Poullain pour leur implication et leur présence le mercredi après-midi.

Parole d'adhérents :

« C'est bien, ça me plaît, c'est difficile lorsqu'il pleut, ».

▪ Le sport adapté

Le Comité Départemental de Sports Adaptés (CDSA) organise plusieurs rendez-vous sportifs. Nous participons ainsi à deux séances d'activités multisports à Coutances et Ouistreham avec une moyenne de six participants.

En partenariat avec l'association Cap'Sport d'Hérouville Saint-Clair, trois journées sportives ont lieu avec un nombre de cinq participants.

En partenariat avec l'association Cap'Sport d'Hérouville Saint-Clair, trois journées sportives ont lieu avec un nombre de cinq participants.

Nous tenons à remercier le Comité Départemental d'Education et de Gymnastique

Volontaire de la Manche d'avoir initié un travail collaboratif pour la mise en place de douze séances d'activités physiques adaptées appelées « gym douce » avec une moyenne de dix participants.

Nous apprécions ces activités diverses et variées. Nous remercions les salariés et les bénévoles du CDSA 50/14 et de Cap'Sport pour leur accueil et pour le temps qu'ils consacrent à l'organisation de chacun des événements.



Paroles d'adhérents :

« C'est top, cela fait du bien, c'est super, je ne suis pas trop sportif, cela nous permet de pratiquer une activité physique à notre rythme, sans pression des encadrants-es, on a mal après l'activité mais cela est bénéfique, lorsqu'on fait des activités physique adapté, cela fait du bien, on le fait dans la bonne humeur, c'est bien, c'est top, on est mélangé c'est cool, les animateurs/trices sont sympa ».

▪ Piscine « l'Hippocampe »

En 2023, nous sommes allés cinq fois à la piscine de Granville avec une moyenne de quatre participants.

Paroles d'adhérents :

« C'est bien, Cela permet de nous détendre, On peut faire du Vélo, du step, boire un thé, on a accès au jet massant, au sauna, au hammam, c'est bien, c'est pas chère au niveau bien être c'est bien, c'est chouette, »

Pour conclure, nous trouvons que les activités sportives sont à développer car nous apprécions ces moments.

Pour conclure, nous trouvons que les activités sportives sont à développer car nous apprécions ces moments.

▪ Balade, promenade

Nous organisons neuf balades aux alentours du local. Ces temps d'une durée de trente minutes à une heure de marche sont l'occasion pour nous de reprendre une activité physique mais adaptée à notre rythme avec une moyenne de quatre participants.

Paroles d'adhérents :

« C'est bien les balades, On sort un peu, on voit d'autres paysages, On voit du monde, On a pas besoin d'être systématiquement accompagné par un salarié, c'est bien se balader, je trouve cela sympa, c'est convivial ».

▪ Atelier Santé des Femmes et des Hommes

Nous travaillons autour de deux axes, l'animation des séances par deux adhérentes et la participation d'autres adhérents-es aux séances en fonction du sujet abordé.

Pour tendre vers cette intention d'animation, ces deux personnes ont suivi une formation de quatre jours auprès de Promotion Santé Normandie sur le thème : « intervenir sur des questions de santé auprès d'un groupe ».

Avec le soutien de l'animateur, quatorze séances sont réalisées. Elles se déclinent comme suit :

- Quatre séances, avec une moyenne de dix participants-es, réalisées par trois professionnelles du secteur social, médico-social et de la santé autour de sujets liés à la sexualité, les Infections Sexuellement Transmissibles (IST), les menstruations, le handicap, la parentalité, les addictions,
- Dix séances avec une moyenne de deux participants-es sont consacrées à la préparation des interventions ou leur bilan.

Nous tenons à remercier Madame Puiseux, psychologue et chercheuse en sciences humaines, Madame Viger du CEGID UC IRSA, Madame Lamy du centre de santé sexuelle de Granville et Madame Tratz d'Addiction France.

Paroles d'adhérents :

« La séance sur les violences sexuelles, cela m'a rappelé des mauvais souvenirs mais cela m'a permis de mettre des mots sur mon histoire, j'ai été un peu gêné de parler de sexualité en public, c'est positif de pouvoir parler de sexualité, on apprend des choses, Cela fait du bien, des interventions de qualité, j'ai cela bien mais cela fait peur (les maladies), »

• Les activités d'expression

- L'atelier « Ecrire et Dire » en partenariat avec l'association Slam'va bien

Ce partenariat existe depuis 2009. Un vendredi sur deux, un intervenant défrayé se rend dans nos locaux pour réaliser l'atelier « Ecrire et Dire ».

L'atelier « Ecrire et Dire » est gratuit pour nous. C'est l'occasion de nous exprimer à l'écrit dans un premier temps, puis, dans un second temps, à l'oral devant le groupe. Outre le fait que l'écriture sert d'exutoire, nous apprécions de nous voir inviter à nous dépasser au moment où nous déclamons nos textes. Quatorze ateliers sont organisés, nous sommes huit participants en moyenne.

Paroles d'adhérents :

« C'est bien écrire et dire, j'adore, j'aime bien, j'écris mal mais j'adore, super, trop bien, la personne qui anime elle est très bien, On écrit et on lit devant tout le monde c'est top, lorsqu'on fait écrire et dire, on travaille sur un thème des fois on rigole et des fois on rigole pas, dès fois les mots sont rigolos, cela nous permet de revoir l'orthographe, le vocabulaire, Cela permet de rédiger des textes, de nous exprimer en public, de prendre de l'assurance de la confiance, penser à essuyer le tableau, c'est bien bien bien ça me plaît bien, je trouve que c'est super comme activités, ça fait marcher le cerveau et j'apprends plein de truc, l'intervenant est bien. »



- Causerie / photolangage

Il s'agit de temps d'échanges entre les usagers sur des thèmes divers et variés. Quatre causeries dont deux animées par deux adhérents sont réalisées avec une moyenne de sept participants par séance.

Concernant le photolangage, une séance est réalisée avec cinq participant-es.

Paroles d'adhérents :

« Cela permet de parler sur un thème sans que l'on soit jugé, Le photolangage, c'est bien, Cela permet de s'exprimer et de parler de soi, C'est bien les causeries, Il faudrait en faire plus, Dès fois des personnes nous coupent la parole, il faut attention à cela, c'est intéressant, c'est flippant d'entendre les difficultés des autres, on partage nos problèmes et ce permet d'évacuer, en plus c'est gratos mais cela ne remplace pas le psy »

▪ Loisirs créatifs

En 2023, dix-neuf ateliers sont réalisés dont quatre de préparation et quinze animés par une adhérente avec une moyenne cinq participants-es. Lors de ces séances sont créés des cartes de Saint Valentin, des bonhommes en pot de terre cuite, des décorations de Noël. Après discussion, les adhérents souhaitent continuer l'atelier de loisirs créatifs sur l'année 2024.

Paroles d'adhérents :

« C'est sympa, C'est bien, C'est plus que bien, C'est trop bien, Il faut savoir être concentrer, cela développe l'imagination, cela fait plaisir d'entendre les adhérents-es dire ça, Lorsqu'il y a des difficultés, Véronique vient à notre secours, On s'entraide entre adhérents-es, Cela fait plaisir de partager mes connaissances avec les adhérents-es, c'est bien, on content de pratiquer, c'est convivial on fait à plusieurs, on apprend des choses, »

▪ Le journal « Les Réacteurs de l'espace »

En 2023, deux éditions du journal « Les Réacteurs de l'Espace » sont publiées par l'association. Huit séances sont organisées avec une moyenne de cinq participants. Le journal nous permet de donner notre point de vue sur les actions et activités que nous menons dans l'ECC.

Paroles d'adhérents :

« On se remémore l'activité, on en parle tous ensemble, on en parle et on rédige l'article, on choisit des photo pour illustrer, on peut écrire des poèmes, ce n'est pas toujours évidant de trouver ces mots, »

▪ Théâtre

En 2020, sur la demande des adhérents des quatre ECC de l'association Advocacy-Normandie, la déléguée régionale répond à un appel à projet concernant le subventionnement d'activités théâtrales. Financement acquis, cela nous permet de mettre en place un projet d'expression théâtrale et corporelle entre l'ECC, l'Archipel, scène conventionnée d'intérêt national « Art en territoire » et la Compagnie Charivari Palace. Une résidence est réalisée en 2023 avec neuf participants-es. Nous créons un spectacle et accueillons trente et un spectateurs.



Paroles d'adhérents :

« Je veux refaire de la scène, du plateau devant le public, J'ai aimé ma scène avec Isabelle, Cela m'a fait du bien de monter sur scène et vaincre ma peur du public tout en m'exprimant sur ma vie quotidienne. On a peur et après cela fait du bien et on voit jusqu'où on peut aller.

Cela permet de nous libérer, On se sert de notre imaginaire pour créer des personnages, Lorsqu'on est sur scène on est de bonne humeur et je remercie l'intervenant, le soir j'étais éreinté surtout après la restitution et aussi, après les journées de création, On choisit le thème de nos scénettes, c'est bien et je veux le refaire, je n'ai pas pu le faire, c'est top, l'intervenant est super, il enlève nos complexes, c'est une activité qui fait beaucoup de bien, le côté négatif c'est stress mais on le gère, on est vraiment on est content d'avoir relevé le défi , c'est un challenge, on apprend beaucoup de choses, on se marre, on décompresse, »

▪ Lecture de textes

Sur une proposition d'une adhérente, nous mettons en place un atelier « lecture de textes ». Autour de chansons et de poèmes, nous échangeons sur notre ressenti et notre interprétation personnelle. Cela permet de confronter nos idées sur les textes, d'appréhender ces auteurs au regard de leur époque et de leur imaginaire. Quatre séances sont réalisées avec une moyenne cinq participants dont une à la médiathèque.

Paroles d'adhérents :

« C'est bien, C'est chouette, Cela nous permet de lire à voix haute, On choisit les textes ou les livres que l'on veut présenter, Cela nous permet de se remettre à la lecture et de se concentrer sur la lecture, D'écouter les autres, on se partage la lecture et on discute, on réexplique le texte, pour une personne qui n'a pas accès à la lecture c'est bien car on utilise aussi les bandes dessinées, »

▪ Atelier radiophonique

A partir d'une idée d'une adhérente de l'association, nous contactons Madame Tarayoun Mitidja afin de coconstruire un atelier Radiophonique. Cette action débutée en mars 2022, se termine en 2023. Trois séances sont réalisées avec une moyenne de six participants.

Paroles d'adhérents :

« c'était chouette, on a aimé, l'intervenante nous encourageait, »

- Atelier d'art clownesque

Les ateliers d'Art Clownesque, par leur pédagogie orientée sur la conscience du corps et l'accueil des émotions, s'inscrivent dans une démarche multidimensionnelle de mieux-être personnel et collectif. Ils invitent chacun.e à créer ou recréer du lien social, à retrouver de la dignité et de l'estime de soi.

Les valeurs humanistes, bienveillantes et valorisantes qui les encadrent favorisent l'expression artistique, orale, écrite, sensorielle et corporelle offrant à chacun.e l'occasion de se libérer des sentiments d'isolement, d'exclusion, de mésestime de soi, du manque de confiance en soi et en les autres.

Cet atelier a vu de jour en mars 2023, neuf adhérents-es participent aux séances qui ont lieu une fois tous les quinze jours.

Paroles d'adhérents :

« On est un clown pendant trois heures, Cela nous permet de prendre confiance en nous, On fait le clown sans être un clown, On est une autre personnes pendant trois heures, On porte un nez de clown, On se costume, On se Maquille, On fait des exercices de détente, On chacun surnom, Cela permet de s'évader On sort de soi-même, cela nous permet de de décompresser, il n'y a pas d'interdit, on est à l'aise, cela décontracte, on rigole, auto dérision, l'animatrice est géniale »



- **Les sorties**

Nous utilisons cet outil afin de sortir de l'isolement social et de l'entre soi. Il s'agit de construire une action (sortie à la journée) ou un projet (séjour de vacances). Cela répond à une envie, à un besoin de faire ensemble et de partager des moments de convivialité. Il s'agit, aussi, de partager les compétences de chacun : l'un d'entre nous est détenteur du permis de conduire, peut conduire le camion et transporter les non-conducteurs. un atelier d'organisation des « sorties 2023 » ont mis en place avec 6 participants-es.

- Les sorties locales

Le département de la Manche nous permet de bénéficier d'un cadre touristique riche. Ainsi, les sorties dans les alentours sont organisées, six en 2023, balade à Jullouville, à Saint Pair, visite du zoo de Champrépus, baignade à Coudeville,... Nous nous arrêtons

souvent pour prendre un verre et discuter. En 2023, nous étions en moyenne quatre participants-es pour les sorties locales.

Paroles d'adhérents :

« Cela nous permet de nous évader de l'Ecc de de Granville, Cela permet de mieux de connaître, On découvre des lieux, c'est bien les sortie, c'est sympa, cela change, les visites on apprend des choses, c'est de la découverte. ».

- Les sorties mutualisées avec les ECC de Caen, Vire et Lisieux

En 2023, deux sorties mutualisées sont organiséee : barbecue à Louvigny, baptême de l'air avec l'association les ailes du sourire. Nous étions en moyenne 5 participants. Quatre adhérents.es assistent à la représentation théâtrale des adhérents de l'ECC de Vire au Centre Dramatique National de Normandie Vire.



Paroles d'adhérents :

« La barbecue c'était super, on a chanté, trop de monde pour moi, on a bien mangé, L'avion j'espère que cela va avoir lieu en 2024, L'avion c'est un belle expérience, j'avais les chocote avant de monter, l'exposition c'est super, c'est chouette, Louvigny j'aime bien, cela permet de voir l'ensemble des membres de l'association, le baptême de l'air c'est génial ».

- L'animathèque et jeux de société au local

L'Animathèque, gérée par le centre social l'Agora, a vu le jour en 2013. Il s'agit d'un lieu d'accueil au sein duquel on peut s'installer pour jouer, lire la presse, avoir accès à un ordinateur. En 2023, nous participons à une séance, nous étions 5 adhérents-es. Il est à noter que certains adhérents, individuellement ou en groupe alternent des temps entre l'animathèque et le local de l'association. Nous félicitons les adhérents-es d'avoir pris cette initiative.

En 2023, nous avons organisé neuf séances de jeux au local avec une moyenne de trois adhérents.es.

Paroles d'adhérents :

« Trop bien, je vais quasiment tous les jours à l'animathèque, c'était bien, ça détend et cela me permet de me concentrer, cela fait sortir de l'Ecc, j'aime le scrabble, cela permet de ne pas être tout seul ».

- Sortie de loisirs

Nous organisons des sorties bowling, nous y sommes allés deux fois avec une moyenne 6 participants.es.

Parole d'adhérents :

« je trouve cela bien je me détend me concentrer aussi pour viser les quilles un moment sympathique et de convivialité, j'ai dû mal car les boules sont trop lourdes, bonne ambiance, on peut boire une verre c'est agréable, c'est pas mal, le patron nous connaît il est gentil, on est tranquille il n'y a pas beaucoup de monde ».

- Le séjour

Les séjours sont l'occasion de nous réunir sur un projet collectif. Ce temps d'échange, nous donne la possibilité de nous organiser autour de vacances malgré les contraintes liées au temps de travail de l'animateur. L'organisation du/des séjour.s requiert que nous échangions avec l'animateur sur nos souhaits. Nous réalisons différentes recherches, notons nos préférences. Le budget du séjour quant à lui reflète les choix des adhérents autour de ce projet.

En 2022, nous avons organisé de séjour à Gras en Ardèche. Sept adhérents.es participent à ce séjour.



Paroles d'adhérents :

« j'ai bien aimé la visite des grottes de Chauvet 2, c'était bien, je partant pour l'année prochaine, pas mal, la piscine c'est bien, on s'est promené à pied dans les petits chemins, on a été restaurants, on a marché dans les rues d'Aubenas et de Vallon Pont d'Arc, c'était mes premières vacances j'ai trop kiffé, super ambiance sorties trop cool, malgré des soucis le dernier il y avait un concert, c'était trop cool, béa m'a offert un set de table sur le thème des grottes Chauvet 2, c'est pas facile de vivre en groupe, c'était incroyable c'était pas mal, j'ai aimé les petites routes, la piscine c'était bien on a vu le maire, il était très gentil. ».

▪ **L'engagement militant, le renforcement de la citoyenneté et l'entraide entre adhérents**

Il s'agit pour nous, si nous le souhaitons, de participer à la vie militante de l'association. Cela comprend plusieurs formes d'implication.

▪ Les besoins associatifs inhérents à la vie du lieu

Cela comprend des actions de communication comme la réalisation et la distribution de courriers pour la galette des rois, pour l'Assemblée Générale, aux partenaires et aux adhérents ; la diffusion d'affiches et de plaquettes pour nos partenaires, les vœux de M. Ménard maire de Granville...

Cela inclut la réalisation des rapports d'activités et financier de l'année écoulée, projet d'animation et budget prévisionnel de l'année suivante, la participation au Conseil d'Administration, aux Conseils Conviviaux Citoyens, à l'Assemblée Générale,...

Paroles d'adhérents :

« Je trouve cela bien cela nous permet de voir tout ce que l'on fait chaque année et cela nous permet de comprendre tout ce que l'on fait pour l'association, on donne de notre temps mais c'est bien, cela me convient, on fait le bilan de l'année, c'est top, toutes ces tâches nous occupent et on voit ce que l'on accomplit toute l'année, cela nous permet de voir notre vie active dans l'association, et aider l'animateur, cela donne de l'autonomie et des responsabilités, c'est vachement important, cela fédèrent les adhérents-es, cela nous implique dans l'association, lorsqu'on va au CA on parle des problèmes avec les adhérents-es, cela donne de l'importance à notre parole, nous ne sommes pas des pions ».

▪ La semaine d'information sur la Santé Mentale (SISM)

Nous avons participé aux semaines d'information en Santé Mentale du 10 au 23 octobre 2022, dont le thème était « pour ma santé mentale, agissons pour notre environnement ». Avec la Compagnie Charivari Palace, nous avons construit une représentation théâtrale. Nous avons accueilli environ une trentaine de spectateurs-es.

Nous remercions l'ensemble des partenaires et plus particulièrement la mairie de Granville et l'Archipel, scène conventionnée d'intérêt national « Art et Territoire » pour leur implication et leur soutien pour ce projet.

▪ Représentation des usagers

En 2022, nous avons repris notre engagement autour du Contrat Territorial de Santé Mentale de la Manche. Le vice-président participe au bureau du Commission spécialisé en

Santé mentale élargie (CSSM élargie) et au bureau du contrat territoriale de santé (CTS) en présentiel ou par visio-conférence. Il a été élu président de la commission des usagers de la CTS.

Le vice-président est nommé par l'ARS à la (CDU) Commission Des Usagers et le comité d'éthique de l'hôpital de Pontorson et élu administrateur sur le Dispositif d'Appui à la Coordination et du bureau du comité d'éthique.

Sur un plan individuel et réalisé par le vice-président :

- L'accompagnement de l'association de patients « Pause-café » de Saint Hilaire du Harcouët concernant l'ouverture d'un nouveau GEM dans cette même ville,
- Le suivi politique, administratif et technique quant à la mise en place et l'ouverture du GEM de Saint Hilaire du Harcouët,
- Participation aux Assemblées Générales des différents partenaires

Paroles d'adhérents :

« On ne le fait pas et on n'a pas le droit de faire, nous avons été évincés du projet d'ouverture d'un GEM sur St Hilaire du Harcouët, on n'a pas le droit à la parole, on est très peu informé, on nous a mis devant le fait accompli, il y aurait dû avoir plus d'échange d'info, c'est de la rétention d'information ».

▪ Solidarité entre adhérents

En 2023, l'entraide entre adhérents-es s'est faite sans l'appui de l'association.

« entre adhérents-es des coups de main sont réalisés , exemple déplacer des meubles, monter des meubles, cela me paraît normal de donner un coup de main, ».

▪ Conférence, journée d'étude, questionnaire, ciné débat, rencontre partenaires...

Trois adhérents-es participent à la journée d'étude organisées par Santé Mentale France, Normandie.

Trois adhérents-es participent à la une journée du conseil départemental de Manche sur le thème de « l'autodétermination ».

Six adhérents-es participent à la une visioconférence en lien avec le thème du « suicide », organisé par l'observatoire national sur le suicide.

Treize adhérents-es participent à la trois journées du CRPA organisé par la FAS.

Trois adhérents-es participent à une journée du CDPA organisé par la FAS.

6 adhérents-es rencontre Mme Rebillon coordinatrice CTSM.

Sept adhérents-es organisent et participent au ciné débat avec la projection film documentaire « sur l'Adamant ».

Cinq adhérents-es participent au festival Europsy à Liège en Belgique et au festival Pop and Psy à Paris. Un album photographique est réalisée par trois adhérentes comme supports souvenirs de cette manifestation.

Six adhérents-es participent au questionnaire du CDSA14.

Une adhérente participe au Copil CLS et à deux réunions pour le CLSM.

Sept adhérents-es accueillent des patients-es de la MAS de Saint Plancher et de l'hôpital de jour de Granville.

Cinq adhérents-es participent à l'organisation de la nuit du handicap en coopération avec la ville de Granville, des associations du secteurs sociales, médico-sociales, de la santé, caritatives catholiques et des associations de bénévoles de la ville de Granville. Neuf adhérents-es participent à cette journée du 10 juin 2023.

Paroles d'adhérents :

« Je trouve cela très intéressant, bien que des fois les propos tenus par les professionnels-les ne sont pas adaptés à notre vocabulaire, on est bien reçu, Cela permet de militer et de parler de nos soucis, de dire ce qui ne va pas, c'est top pour Europsy ce n'était des vacances, les repas pas top, cela permet de se voir entre adhérent-es des différents Ecc, conférence sur le suicide ce n'était adressé pr les adhérents-es, mais pour les professionnel-les, le CRPA c'est hyper intéressant, pop and psy j'ai bien aimé les témoignages sur les addictions, les rencontre avec des associations qui apportent des conseils et informations, c'était bien, agréable»

▪ Développement Local d'Accompagnement de l'Economie Sociale et Solidaire (DLA)

Fin 2023, deux intervenants des associations S3A et l'ARDES, nous accompagnent pour une évolution de notre gouvernance associative. Pour cela, ils établissent un diagnostic de nos point forts, de nos point faibles et les leviers disponibles. Un atelier est réalisé avec la participation de six adhérents. Ce travail continue sur l'année 2023.

Paroles d'adhérents :

« Les deux intervenants se sont présentés et ils ont présenté le but du DLA, En petit groupe, on a parlé de la manière dont nous fonctionnons, avant nous avons fait des jeux de présentation. On a débriefé sur l'organisation de la journée, cela nous a remis en perspective le fonctionnement des ecc et de la gouvernance, »

• Formation

Nous accueillons pour une durée de deux semaines une étudiante en troisième médecine et trois étudiantes infirmières dans le cadre du Service Sanitaire des Etudiants.es en Santé (SSES). Le thème sur lequel, elle travaille avec les adhérents-es est : la nutrition. Dans le cadre du cursus de médecine, nous accueillons pour une durée d'une semaine deux étudiantes en deuxième année de médecine pour un stage d'observation.

Paroles d'adhérents :

« Ils sont sympas, ils ont monté un projet sur la diététique, cela nous permet de partager des savoirs, ça bouscule nos habitudes, le stage d'observation d'une semaine est peut-être un peu court, Elles sont venues nous voir au théâtre, elles ont participé à l'échauffement, elles étaient ravies, il y a de la réciprocité dans les échanges entre étudiant-es et nous, ».

• Nos partenaires

Comme nous l'avons vu, dans le cadre de nos actions, nous avons rencontré différents partenaires, en voici une liste non exhaustive :

Le Centre Social l'Agora, l'Espace Pierre et Marie, Ville à vélo, Slam Va Bien, l'Hôpital de Jour « les Salicornes », la Mairie de Granville, Cap'sport, CDSA 50, le CDEVGM, les Ailes du Sourire, l'Animathèque, le centre aquatique l'Hippocampe, la médiathèque, le Centre Médico-Social, la compagnie Charivari Palace, la scène conventionnée d'intérêt national « Art en territoire » l'Archipel, la mairie de Granville, Mme Tarayoun (metteuse en scène, comédienne, animatrice pour la Radio Sud Manche...), d'activités ».

Parole d'adhérents :

« Nos partenaires nous aident beaucoup, ils sont à l'écoute, ils donnent de leur temps en générale c'est toujours bien, c'est valorisant, on travaille l'inclusion cela diversifie les contacts, les partenaires sont divers et variés cela donne une grande amplitude

• Les Festivités

En 2023, nous coorganisons avec les différents ECC, le repas de Noël associatif au restaurant « Les jours heureux » à Hérouville Saint Clair. Les adhérents ont organisé le repas de Noël de l'ECC au restaurant l'embarcadère à Granville. Deux adhérentes

participent à la galette des rois du CH de Pontorson et deux adhérentes déjeunent au Grand aigle à Granville. En 2023 et comme chaque année nous organisons la galette des rois afin de remercier partenaires, financeurs et adhérents de leur implication dans l'association.

Paroles d'adhérents :

« C'est convivial, la galette des rois à Pontorson c'était super, C'est fatigant la route et lorsqu'il y a trop de monde, repas de Noel les toilettes on ne pouvait pas fermer la porte, j'avais d'être enfermé, au point de vue de l'organisation je ne mangeais pas de foie gras on a trop attendu, c'était un peu de bazar, lorsqu'on a fini le repas on ne savait pas ou mettre nos manteaux, c'était bon sauf dessert, on a dansé, on ne savait ou trouver de l'eau, pas de slow ni de musique assez diversifiée, c'était bien il y avait de l'ambiance, on avait l'impression de les responsable associatif avait une attitude condescendante, il faisait leur béat ils se sont sentis obligés de venir voir, nous, les adhérents-es, ».



Conclusion :

« Nous espérons continuer notre action au sein du territoire granvillais avec de nouveaux projets, le travail sur la gouvernance associative, d'activités physiques adaptées avec l'hôpital de jour de Granville... Il en est de même sur une autre échelle géographique avec le festival Pop and Psy à Paris. »

LISIEUX

• Introduction

En 2023 nous avons avancé dans la continuité de réunir toutes les forces vives pour mener des projets variés, favoriser les rencontres, apporter une autre vision du handicap, développer le partenariat.

L'Espace Convivial Citoyen un lieu privilégié d'échange et d'inciter l'engagement de chacun à encourager le changement de la vision sur le handicap visible ou invisible qui donne toute sa place au bien-être et « mieux être » de la santé mentale de tous. Nous partageons des moments conviviaux, pour communiquer, se confronter, se questionner, se mobiliser... pour mieux connaître et comprendre son environnement, ses pairs. Cette année des activités diverses comme faire de nombreuses sorties découvertes et culturelles, randonnées, séjours « pour le vivre ensemble », activités sportives, ... Mais nous avons également, privilégié les rencontres diverses extérieures ou en interne, comme des cinés débats.

Nous partons quelques jours, en vacances à Paris, ensemble avec l'ECC de Vire, pour des visites dans la Capital qui ce voyage été une découverte pour beaucoup.

Si possible nous favorisons de nouveaux projets et mettons en œuvre ceux envisagés dans le projet d'animation. Le partenariat s'étend selon les opportunités, et se freine ailleurs pour des directions différentes à nos actions. Chacun répond aux besoins immédiats de son public.

• Equipe d'animation

• Salariée

Depuis le 17 octobre 2022 Nathalie Van Hooland est l'animatrice de l'Espace Convivial Citoyen de Lisieux (ECC).

- Stagiaires

- 1- Trois étudiants en médecine sur 3 semaines

Choisis, comme chaque année, par le RSVA et le service sanitaire, pour accueillir en Mars 2023 trois stagiaires, étudiants : deux futurs infirmiers dont un en reconversion, et un futur kiné, dans la continuité de la sensibilisation et information des étudiants sur le handicap psychique et physique.

Cette année, nous avons à nouveau eu le plaisir d'être invité à la journée de lancement de L'Action de Sensibilisation aux Handicaps créer depuis plusieurs années par le RSVA et L'UFR qui a prévalu à trois adhérents de l'ECC de Lisieux de faire une intervention auprès de la faculté de Médecine de Caen, pour apporter leur témoignage.

- 2- Une stagiaire en reconversion professionnel durant 2 semaines

Nous avons reçu en stage durant deux semaines en janvier, une stagiaire d'ACSEA désireuse de découvrir ce qu'est le travail d'un animateur de GEM.

- Intervenants extérieurs

Une dynamique s'est établie, à l'espace par de nombreux alliés qui nous soutiennent et apportent leur savoir-faire et savoir être.

Pour les principaux :

Didier LOHNER, musicien, chanteur, intervenant atelier percussions et chant. Didier s'engage dans de nombreuses actions auprès du groupe.

Anne VALERIE suite à son stage, de reconversion, en discutant durant celui-ci de son ancienne profession qui a été la coiffure durant plus de 20 ans, nous avons échangé sur la possibilité de créer des ateliers coiffures une fois tous les deux mois. Et c'était parti ! Nous avons pu constater un impact significatif sur la confiance en soi auprès des adhérents. Une moyenne de 15 adhérents à chaque atelier coiffure.

L'association Norm'han'di de Lisieux avec qui nous partageons un moment de détente durant un tournoi de pétanque ou l'ECC de Lisieux, et Vire ont participé en partageant un repas au sein de l'espace de Lisieux.

Françoise RAUYER couturiere professionnel à la retraite, propose des ateliers couture tous les mercredis et parfois le jeudi après-midi pour ceux qui ne peuvent le mercredi. Nous avons fait connaissance de Françoise par l'intermédiaire d'une adhérente qui est sa nièce et qui lui a fait découvrir l'ECC. Une moyenne de 6 adhérentes et adhérents à chaque atelier du mercredi.



- Les adhérent.e.s

Quotidiennement, nous informons toutes personnes franchissant la porte de l'espace, mais également les promeneurs qui n'osent pas entrer et que les adhérents interpellent gentiment sur notre action et mission.

Nous proposons le contrat visiteur lors de la première visite ou plus tard selon les personnes.

Nous échangeons sur ce contrat, leur donnant le document et propose aux personnes de rester, ou de revenir, et de les informer des activités de l'association.

Nous avons signé contrats visiteurs en 2023.

L'Espace Convivial Citoyen compte 38 adhérent-e-s dont 8 personnes ont adhéré à la fin de leur contrat visiteur

• **Fonctionnement de l'ECC**

- Organisation

Le règlement construit dès l'ouverture de l'ECC rythme l'organisation du lieu, afin d'organiser au mieux le fonctionnement de l'espace. Ce règlement définit les règles de fonctionnement de l'espace et le savoir être pour créer un climat bienveillant.

Nous nous laissons l'opportunité de réviser ce règlement et le soumettre au conseil d'administration car nous avons écrit dans celui-ci que chaque année, il pourrait être discuté et révisé ou pas, lors du conseil convivial citoyen et validé par le Conseil d'Administration d'Advocacy Normandie.

Le projet d'animation qui alimente la vie du lieu et des journées se construit en janvier avec tout l'ensemble des adhérents et des personnes en contrat visiteur. Il fait l'objet d'un bilan de l'an passé et détaille les actions à mettre en place pour l'année, les objectifs et les moyens nécessaires.

Il est ensuite présenté en Conseil convivial citoyen pour être validé auprès du Président et de la Déléguée Générale, pour au final être voté durant le Conseil d'Administration.

- Réunion hebdomadaire

Elle a lieu chaque vendredi après- midi, Elle est à 14h et dure environ 2 heures. Cette réunion a pour but d'organiser le planning de la semaine suivante, d'échanger des informations sur la vie de l'association et celle de l'ECC. Elle est l'occasion pour les adhérents de proposer, de valider des activités, des projets, de s'y inscrire. Chacun est invité à exprimer ses envies, son avis...Toutes les initiatives sont entendues et discutées.

C'est aussi un temps de régulation, un temps d'échanges sur les difficultés, les questionnements des personnes sur la vie du groupe. En moyenne entre 12 à 20 personnes participent à ces réunions.

Nous avons organisé 42 réunions hebdomadaires car des réunions sont également faites lors de l'absence de l'animatrice. Parfois, il a été nécessaire d'animer d'autres temps de réunion avec des groupes plus restreints pour l'organisation spécifique de sorties ou d'activités.

- Vie quotidienne

Nous continuons à fonctionner au bon sens et aux bonnes volontés.

Chacun à sa façon participe au quotidien, aide à maintenir le lieu propre et accueillant. Le ménage de l'ECC s'organise et se discute en réunion hebdo.

- Convivialités / vivre ensemble

Depuis qu'une adhérente met en scène nos vitrines sur divers thèmes et selon les fêtes de l'année, nous avons plus de visibilité et de fait, nous avons plus de personnes qui s'arrêtent et découvrent l'ECC. Et la participation de cette adhérente au concours de décoration de vitrine de Noël, nous a également permis d'être découvert par le service communication et des commerçants de Lisieux.



18 adhérents ont participé à la fête des voisins malgré un temps froid, et à nouveau à la Fête de la Musique avec Didier notre chanteur qui nous accompagne également pour participer en chanson à la nuit du Handicap à Ouistreham où 14 adhérents étaient présents pour participer au partage d'un repas et d'échanges avec les autres stands et les passants malgré la pluie qui a envahi cette journée.

18 adhérents ont participé à la fête des voisins malgré un temps froid, et à nouveau à la Fête de la Musique avec Didier notre chanteur qui nous accompagne également pour participer en chanson à la nuit du Handicap à Ouistreham où 14 adhérents étaient présents pour participer au partage d'un repas et d'échanges avec les autres stands et les passants malgré la pluie qui a envahi cette journée.

Nous organisons des repas en plein air (barbecue, pique-nique).

Une moyenne de 25 adhérents durant les repas partagés organisés avec les adhérents qui préparent le repas partageant des recettes et le savoir-faire d'un repas convivial.

Nous allons au restaurant associatif le Soli self de Lisieux, dont l'ECC est membre, avec en moyenne 8 à 12 adhérents. Et les adhérents au nombre de 8 à 10 vont également au Karaoké organisé par le Soli Self un samedi tous les trois mois.

Nous recevons aussi les ECC de Normandie en organisant un repas partagé ou un repas au Soliself.

Confectionné des goûters pour fêter des évènements personnels ou des traditions : la chandeleur, les anniversaires.

Fréquemment les adhérents apportent ou confectionnent à l'ECC des gâteaux pour ces évènements

Nous avons organisé un repas partagé le 31 décembre au soir avec 24 adhérents dont 5 adhérents de Caen.

Pendant l'été, nous nous sommes souvent réunis en plein air : Pique-nique, pétanques, balades en bord de mer...

La convivialité est toujours au rendez-vous tout au long de l'année du petit café quotidien aux plus grands évènements.



• Les activités de bien être

• Prendre plaisir ... à manger

Recevoir autour d'un goûter les EHPAD de Lisieux: Les balcons du Pays d'Auge et de la Villa Bérat Korian pour passer un temps ensemble et donner au mot convivialité et le sens du lien social avec des personnes qui ne sortent pas souvent de leur lieu de vie, en prenant soin de suivre les recommandations de la nutritionniste des établissements, des régimes alimentaires des personnes accueillis, des gateaux confectionnés ensemble : les adhérents et les personnes.

• Prendre plaisir...à bouger

Nous continuons régulièrement à marcher, et nous proposons des randonnées en alternance avec des promenades pour les personnes avec plus de difficultés de mobilité.

Le groupe apprécie ces sorties natures, souvent au nombre de 8 voir plus si co-voiturage possible, sortir de Lisieux pour découvrir son patrimoine et environnement. Des rencontres insolites au travers de ces promenades.

Comme échanger avec une anglaise qui nous fait découvrir le jardin aux statues créées par son mari. Une maison ancienne en rénovation par son propriétaire qui nous fait part en nous montrant ses découvertes sur le mur des signes du passé, comme des écrits et des photos anciennes cachés derrière du papier peint.

Nous avons fait une rencontre entre GEM Advocacy Normandie au Jardin du GEM de Caen qui est situé à Fleury sur Orne. Une sortie pour 6 adhérents pour aller voir le spectacle Holiday one Ice qui était le rêve des adhérents d'y aller au moins une fois dans leur vie.

Le souhait d'aller vers l'autre est une demande constante.

C'est ainsi que nous apprécions de plus en plus nos soirées dansantes, le samedi, qui nous permet de nous sentir « comme tout le monde », ou nous pouvons exprimer une forme différente de « bouger » en retrouvant le plaisir de danser et ou nous sommes de plus en plus nombreux.

Il est de même pour les sorties musées ou autres activités de plein air.

- Le sport et le challenge

Nous avons cette année participé à trois journées avec CAP sport « sportez vous bien » une moyenne de 8 adhérents et à un concours de pétanque avec le GEM de Vire aux nombres de 6 participants et 7 participants de Lisieux

Nous avons pu commencer au nombre de 5 adhérents, à faire du sport de souplesse et de détente adapté une fois tous les 15jrs avec un adhérent habilité en tant qu'ancien coach sportif associatif. Grâce à cette activité certains adhérents se sont inscrits dans des club de sports pour du yoga ou autres.

Nous avons comme chaque année pu voler grâce aux « ailes du sourire ».

L'achat d'un Babyfoot qui suscite des moments de match conviviaux

- Prendre plaisir... à souffler, à se ressourcer

Nous utilisons notre minibus 9 places moyennant une participation individuelle financière. Un seul adhérent selon ses disponibilités et l'animatrice conduisent le minibus. Ainsi les adhérents peuvent sortir de Lisieux et aller vers les autres. Ils insistent sur la nécessité de ces sorties qui rassemblent en moyenne 8 à 14 personnes (si possibilité de co-voiturage). Nous continuons à organiser plusieurs sorties de plein air en bord de mer, campagne bord de Lac et de loisirs : pétanque, bowling, etc...

Des sorties culturelles au théâtre de Lisieux et/ou aller applaudir un adhérent jouer sur scène, des arts de rue (château de Caen, Lisieux grands ouverts) de la musique (Concert-bal à Mosaïc, et Festivals divers), du patrimoine et de l'histoire (Expositions de photos, musée du Fromage, Musée de Bayeux, visite de la bataille du Bocage...).

Nous avons organisé Trois jours en camping sous des tentes au nombre de 6 adhérents pour aller découvrir la Baie de Somme. Ou nous avons pu également découvrir la vie en communauté en partageant les tentes et réalisant les repas



Nous avons pu bénéficier de chèques vacances grâce à une demande faite auprès de l'association FACE, une aide précieuse pour cette année 2023 où nous sommes partis 4 nuits deux jours Au Puy du Fou.

Ce séjour en Mobil-home nous a permis à 7 adhérents de découvrir la vie en communauté en partageant les tâches ménagères et les repas à confectionner, avec aussi, le plaisir d'aller au restaurant. Également, pouvoir avoir des vacances pour certains dont c'était la première fois, et d'autres sans avoir eu depuis des années et des années les moyens et l'accompagnement pour partir vers d'autres horizons.

• **Les activités d'expression**

Cette année, les adhérents, une moyenne de 6, sont allés aux ateliers d'écriture à la médiathèque avec la volonté de poursuivre cette activité dans l'optique de la création en 2024 de textes, saynètes, poèmes etc...affaire à suivre !

Didier anime un atelier chant, nous avons déjà un très large répertoire. Chacun choisit ses chansons et nous chantons tout simplement. Cet atelier s'est tenu tous les jeudis. Nous avons écrit pour les journaux « réacteurs » de l'espace.

Atelier dessins tous les lundis mis en place par une adhérente où en moyenne 5 adhérents y participent,...

Nous aménageons aussi l'espace pour que ce lieu soit encore plus « convivial ». Tous ces moyens d'expression sont importants et réunissent de 6 à 14 personnes. Les projets au fil des actions organisées et suivies s'améliorent par un échange constructif sur chaque action

Les projets de l'année et les actions sont donc portés par l'ensemble du groupe et nous en échangeons en réunion hebdomadaire.

Atelier théâtre mis en place cette année une matinée voir deux par semaine, avec 6 adhérents participants à cette expression qui donne une confiance en soi, une pratique de l'élocution et un projet pour 2024 de produire ces deux saynètes et chants en 2024 dans les EHPAD de l'Agglomération Normandie Lisieux.

• **Engagement, militantisme, citoyenneté**

- Durant la semaine des SISM

Nous sommes allés à découvrir un spectacle « Conférence Gesticulée » « To be or not to bipolaire », par Elodie Joly.

Durant un Spectacle organisé par notamment Chloé Martin Médiatrice de Santé-Paire/Paire-aidante professionnelle à l'EPSM de Caen. Durant cette rencontre pour avons pu échanger avec différentes personnes venant d'établissement en REHAB, et découvrir que l'on peut vraiment s'exprimer en faisant du théâtre qui est notre projet de 2023.

Au quotidien, les adhérents s'engagent pour le bon fonctionnement du lieu, se relaient pour assurer l'ouverture dans le souhait d'accompagner des personnes à découvrir le lieu et d'accueillir au mieux l'ensemble des personnes qui fréquente l'espace. Ils s'engagent pour faire connaître et reconnaître le lieu, rencontrent les partenaires, participent à la vie associative (Réunion hebdomadaire, CCC/ CA/ AG...), à la vie de la cité. Ils favorisent le bouche-à-oreille. Se mobilisent pour mener à bien les projets associatifs. Chaque adhérent est bénévole.

L'association milite afin de relayer la voix des adhérents, de faire entendre leurs opinions et d'exercer leurs droits, de s'informer et se former, de communiquer et d'agir pour une meilleure connaissance et reconnaissance des personnes en situation de handicap visible ou invisible.

Les adhérents de Lisieux s'inscrivent dans des actions militantes

Sensibiliser le public aux questions de santé mentale. Informer sur les différentes approches de la santé mentale. Rassembler les acteurs et spectateurs des manifestations, les professionnels et usagers de la santé mentale. Aider au développement des réseaux de solidarité, de réflexion et de soin en santé mentale. Faire connaître les lieux, les moyens et les personnes pouvant apporter un soutien ou une information de proximité.

- Au sein de l'agglomération et de Lisieux

Un adhérent représente les usagers au sein du groupe « l'accessibilité universelle » de l'agglomération de Normandie Lisieux.

Le souhait de l'Agglomération que les adhérents soient représentés par l'animatrice au sein du Conseil de développement citoyen qui s'est crée durant le milieu de l'année, ou des sujets d'ordre citoyen y sont développés, comme l'urbanisme, l'environnement et le tourisme.

Des rencontres solidaires pour le réemploi : Nous avons à cœur de pratiquer le réemploi en donnant les vêtements et autres objets qui ne servent plus à l'association ABI, au secours populaire et/ou catholique et à la ressourcerie

- La santé

Nous sommes toujours engagés dans le cadre du Contrat Local de Santé du territoire de la Communauté d'Agglomération Lisieux Normandie. Le CLS a été mise en stand-by pour des raisons de manque de personnel durant plus d'un an. La reprise est prévue en 2024.

raisons de manque de personnel durant plus d'un an. La reprise est prévue en 2024.

- La semaine Bleue

6 adhérents ont participé à un colloque qui a eu lieu durant la semaine bleue ou un stand de l'ECC était représenté et une conférence donnée par un médecin psychiatre et un psychologue ergothérapeute concernant « la santé mentale et le bien vieillir ».

Ils ont notamment écrit des textes sur ce sujet.

- Le PEL

Nous participons aux réunions du Plan Educatif Local, une par mois avec un thème différent à chaque fois. Des intervenants différents qui viennent de l'éducation, environnement, sport, santé, Ces participations où un adhérent différent est présent a permis de faire connaître plus largement l'ECC et d'être dans le programme de 2024 pour une présentation au sein du PEL auprès des partenaires éducatifs et autres des services sanitaires et sociaux.

- Podcast

2 adhérents sont allés à l' Atrium de Rouen pour répondre aux questions de classe d'étudiants de Cycle 3 en présence d'une pédo-psychiatre enfants et adolescents ; Les questions étaient orientées sur le handicap psychique et physique et comment le vivent-il au quotidien, le diagnostique etc...

- Les étudiants en médecine

Nous nous sommes investis à nouveau cette année dans l'action de sensibilisation des étudiants en 2ème année de médecine à une approche globale du handicap, organisée par le RSVA en partenariat avec l'UFR Santé de la faculté de médecine de CAEN. Nous avons partagé pendant 15 jours notre quotidien à l'espace avec 3 étudiants de l'UFR médecine de Caen et du service sanitaire et social, nous leur avons proposé un programme adapté pour leur permettre de mieux découvrir notre lieu, notre environnement, nos actions et nos valeurs.

Leur thème de travail cette année était le Sommeil. Celui-ci a été élaboré avec l'animatrice et les adhérents, qui ont permis la création d'un questionnaire. Les étudiants ont pu ainsi proposer un power point avec des suggestions sur le pourquoi du manque de sommeil, entre autres, et actions à mener sur l'aide à avoir un meilleur sommeil.

18 adhérents étaient au rdv pour découvrir la finalité de leur travail.

Nous avons témoigné, à nouveau cette année, à la fac sur le handicap physique et psychique.

- La nuit du Handicap

Nous nous sommes mobilisés pour « La Nuit du Handicap » à Ouistreham dont la mission est d'organiser chaque année, au mois de juin, une soirée festive, ouverte à tous, pour un moment de partage autour des plus fragiles, quel que soit leur handicap. C'est l'occasion pour chacun de créer des liens. Nous étions 12 avec la présence de l'ECC de Caen.

Nous avons chanté et participé aux actions proposées ce jour-là, tenu un stand, informé les visiteurs.

- CRPA

Nous avons participé au conseil régional des personnes accueillies/ accompagnées. 2 adhérents sont délégués au CRPA.

- Vie Associative

Nous avons préparé et participé aux différentes instances qu'organisent notre association, assemblée générale, conseils d'administration, conseils conviviaux citoyen,

Nous nous sommes investis dans la vie de l'espace convivial citoyen : réunion hebdomadaire, permanences, accueil...

Nous avons continué à tisser des liens, développer des solidarités au sein du groupe, de l'association, sur la rue Henry Chéron et à plus largement à l'ensemble de la ville de Lisieux.

Nous nous engageons à nous faire connaître au grand public, au réseau associatif et aux institutions.



Notre présence au forum des associations où 6 adhérents se sont relayés pour présenter l'ECC selon un planning établi de présence entre la Mairie et les adhérents de l'Espace. Nous avons déjà rencontré un grand nombre de personnes afin de présenter l'ECC depuis notre ouverture à Lisieux. Notre espace convivial citoyen prend place au cœur de la cité, il est identifié aujourd'hui par bon nombre de partenaires.

Nous avons continué cette année à présenter l'association et notre espace et avons rencontré de nombreux partenaires, les échanges ont été riches et variés. Les projets et les perspectives nombreux.

- Le Festival Europsy

A Liège en Belgique avec les ECC de Caen, Vire et Granville ou nous avons fait des rencontres enrichissantes et des ateliers pour la découverte d'autres adhérents de structures de personnes en situation de handicap Belge. Et celui de Paris Pop and Psy ou il y avait des adhérents de Caen, Vire et Granville avec nous et ou nous avons participé à des tables rondes sur la santé mentale.



Les perspectives pour l'année 2024 :

sont de continuer à nous mobiliser quotidiennement par solidarité, pour maintenir le lieu ouvert et accueillant, se souvenir du jour où nous avons été accueillis et continuer à faire de l'Espace Convivial et Citoyen :

- Un lieu ouvert à tous les citoyens
- Où nous apprécions la convivialité ... des heures à échanger autour d'un café ou thé, de repas partagés à échanger et imaginer des projets pour se cultiver, s'exprimer, s'amuser et s'enrichir des uns et des autres avec nos partenaires.

Nous continuons à être un lieu ouvert à tous les engagés...Où nous prendrons part cette année encore à de nombreux projets dans les domaines de la citoyenneté, de la santé, du bien être...

Également ouvert à toutes les bonnes volontés qui nous proposeront leurs compétences, leurs connaissances et leurs passions...

SITUATION ET COORDONÉES ADMINISTRATIVE

SIEGE SOCIAL

Maison des associations
10.18 Grand Parc 14200 Hérouville Saint
Clair
Tel : 02 31 94 70 25 - 06 38 95 89 44
Email :
delegation.regionale@advocacy-
normandie.fr



CAEN

11 Place Maurice Fouque, 14 000, Caen
Tél: 02 31 86 11 79
Mobile: 06 73 74 72 98
Email: caen@advocacy-normandie.fr

GRANVILLE

608 Rue Saint Nicolas, 50 400, Granville
Tél: 02 33 69 30 73
Mobile: 06 38 95 89 43
Email: granville@advocacy-normandie.fr

LISIEUX

82 rue Henry Chéron, 14 100, Lisieux
Tél: 09 51 41 80 95
Mobile: 06 17 25 51 93
Email: lisieux@advocacy-normandie.fr

VIRE

32 Rue André Halbout, 14 500, Vire
Tél: 02 31 68 77 68
Mobile: 06 86 11 26 78
Email: vire@advocacy-normandie.fr