

Assemblée générale 2024

# Rapport d'activité 2023



# AG 2024 : PÔLE « EDUCATION »

## • **Médiation scolaire : Cours du Sacré Coeur**

Année encore bien chargée : surveillance, encadrement du temps du midi (cantine et cours), accompagnement éducatif sport & culturel, permanence, CDI, accueil du soir et du matin, aide aux devoirs, Nous avons une belle équipe de SCV sur qui on peut s'appuyer.

Toutes ces missions, du lundi au vendredi, mercredi matin inclus, sont réalisées par une formidable équipe de collaborateurs salariés, soutenus par des SCV en affinement de projet professionnels. Tous sont toujours disponibles et rendant service ; chacun, malgré quelques freins ou difficultés personnelles, ont su donner le meilleur de lui-même.

Mme Bernay, la nouvelle directrice, est à l'écoute de nos besoins et s'intéresse ouvertement au bien-être de tous.

Les relations avec la directrice adjointe, en charge du primaire, sont quelques peu plus complexes ; peu disponible et peu enclin à nous soutenir, elle ne favorise pas un climat de bien être pourtant indispensable aux regards des difficultés dans l'accompagnement de tous ces jeunes.

## • **Le centre de loisirs CAP'Tivan : Juliette Coste**

Il accueille des enfants de 3 à 12 ans tout au long de l'année, les mercredis et vacances scolaires. Nous sommes ancrés en plein cœur de l'établissement scolaire du Sacré-Cœur dans la ville de CAEN, cela apporte une stabilité aux enfants puisqu'une partie d'entre eux est scolarisée dans l'école.

Quelques chiffres sur les années 2022 et 2023, nous sommes passés de 207 à 190 inscriptions en 6-12 ans ainsi que 70 à 74 inscriptions en 3-5 ans. Nous constatons donc une légère augmentation d'environ 6% chez les 3-5 ans et une diminution d'environ 9% chez les 6-12 ans. La répartition s'établit comme suit à 61% il s'agit d'enfants extérieurs et 39% des enfants scolarisés au Sacré-Cœur.

### ***Pour l'année 2024-2025 :***

- Nous souhaitons continuer à développer nos différents outils de communication et élargir nos adhérents sur le territoire de CAEN.
- Découvrir les nouveaux lieux de proximité.



## • Le centre de loisirs CAP'Ybara : Clémence Pelech Catherine

Suite à la sollicitation de la municipalité de Grentheville, depuis la rentrée de janvier 2024, CAP'Sport a ouvert un nouveau centre de loisirs au sein de cette commune : CAP'Ybara. Nous accueillons les enfants dans deux locaux : la salle des fêtes que nous aménageons à chacune de nos venues et un espace partagé bibliothèque / lieu d'accueil 3 – 5 ans.

Au cours de ce premier semestre, nous avons pu accueillir un total de 36 enfants répartis comme ceci : 7 enfants de 3 à 5 ans et 29 enfants de 6 à 12 ans.

Parmi ces enfants, les deux tiers sont issus de fratries et une majorité sont grenthevillais.

En ce qui concerne la répartition des enfants selon leur tranche d'âge, nous constatons que plus des trois quarts ont entre 5 et 9 ans. Nous remarquons également qu'un peu plus de la moitié des enfants inscrits ne viennent que sur les vacances scolaires. Quant au reste, 1 seul enfant ne vient que les mercredis, 2 de façon occasionnelle et les autres les mercredis et vacances scolaires.

### **Perspectives :**

- Pour le second semestre, nous souhaitons avoir de nouvelles inscriptions notamment avec l'entrée à l'école de certains enfants.
- Afin d'avoir plus de visibilité, une pancarte indiquant le centre et qui sera mise sur le mur de la bibliothèque, est en cours de réalisation.
- Nous envisageons également d'organiser un évènement afin de nous faire connaître.



## • Frénoville : Tanguy Salaun

Sur le territoire de Frénoville, nous encadrons quatre actions phares.

Au sein même de l'Ecole primaire :

- Le temps du midi : Culturel et sportif (20 enfants minimum au culturel pour le culturel et 15 minimum en Sport).

Différentes activités proposées : coloriages, création de bracelet, peinture, scoubidou, origami, ou : encadrement de jeux traditionnels, de sports innovants, de sports collectifs.

- l'EPS : (toutes les classes : 23 enfants par classe) animation sous forme de cycle de 6 séances de disciplines différentes choisies avec les enseignants : une évaluation est réalisée en tout fin de cycle.

- Aide aux devoirs : (22 minimum d'enfants par niveaux) un soutien scolaire pour les niveaux de primaires du CP au CM2 est proposé.

L'aide se déroule de 17h à 17h30 ; sont animées ensuite des activités sportives.

Lors de chaque vacances scolaires :

- Un stage multiplicatif : organisé la deuxième semaine de chaque vacances scolaires avec des thèmes différents à chaque fois. Il se déroule tous les après-midis au gymnase de Frénoville ; nous accueillons au minimum 30 enfants.

### **Freins :**

- Salle de motricité et cuisine peu adaptées pour l'aide aux devoirs,

- Difficultés à mettre en place les activités sportives sur le temps du midi avec les grands,

- Comportement des enfants sur le temps du midi parfois compliqué.

### **Perspectives 2024 :**

- Sur le temps du midi remettre en place une classe par jour,

- Remettre en place cycle sportif sur temps du midi

## • AE -Saint Jean : Kenny Champy

**Quantitativement :** J'ai eu entre 5 et 15 sur l'ensemble de l'année et des activités que j'ai pu encadre avec Pacôme.

**Qualitatif :** J'ai proposé des activités diverses et varier.

**Phases réalisés :** J'ai commencé une phase de découverte des enfants et j'ai poursuivi une phase d'apprentissage des enfants.

**Satisfactions :** Pacôme et moi-même sommes particulièrement satisfait de ce que j'ai pu faire sur l'école Saint-Jean durant l'année scolaires.

**Freins :** Nous devons leurs proposé une activité culturelle et nous leurs laissons le choix de faire des puzzle, lecture de libre dans la bibliothèque en cas de mauvais raison climatique ou que nous avons les terrains extérieurs impraticable.

**Perspectives :** Mettre en place une solution de replis pour les activités en intérieur que les plus grands nombres puissent venir.



### • EPS - Saint Jean : Kenny Champy

**Quantitativement** : nous avons accueilli entre 15 et 20 enfants des Classe de Maternelles sur l'ensemble de l'année (avec Pacôme : SCV)

**Qualitativement** : J'ai proposé des activités diverses et varier et j'ai encadrer des sports donc l'école souhaite mettre en place comme de l'athlétisme, Hockey et du Rugby.

Phares réalisés : J'ai commencé une phase de découverte des enfants et j'ai poursuivi une phase d'apprentissage des enfants en EPS.

**Satisfactions** : Pacôme et moi-même sommes particulièrement satisfait de ce que nous avons pu mettre en place pendant l'année scolaire sur l'école Saint-Jean.

**Freins** : Solution de repris trop petit pourvoir accueillis tous les enfants que nous avons au Cours d'EPS et Pacôme et moi-même souhaite mettre en place car la salle de sieste était trop petite de faire une bonne activité.

**Perspectives** : Avoir une salle plus grande pour voir faire les Cours de Sports pour les Maternelles.

### • EPS Cours du Sacré-Cœur : Kenny Champy

**Quantitativement** : J'ai eu entre 24 et 27 sur l'ensemble de l'année et des activités que j'ai pu encadre avec Anas, Jimmy en débuts d'année et aujourd'hui je suis avec Alexis et Eliza

**Qualitativement** : J'ai proposé des Sports diverses et varier tels que Hockey, Frisbee, Athlétisme, Flag Rugby et cela a vraiment plus aux enfants et se sont pas mal débrouiller sur les différents sports qu'ils ont pu pratiquer au cours de l'année et des différents cycles proposé par les différents encadrants.

Phares réalisés : J'ai commencé une phase de découverte des enfants et j'ai poursuivi une phase d'apprentissage des enfants sur certains phase de développement de l'enfant.

**Satisfactions** : Je suis satisfait de ce que j'ai pu faire sur l'école du Cours du Sacré-Cœur avec

**Freins** : Solution de repris trop petit pourvoir accueillis tous les enfants qui en tout sécurité souhaite venir.

**Perspectives** : aucune ; la directrice adjointe (en charge du primaire) a décidé de remettre l'EPS dans les mains de ses institutrices.

### • Animations Décathlon : Kenny Champy

**Quantitativement** : J'ai eu entre 8 et 10 enfants sur les anniversaires de l'année et des activités que j'ai pu encadre au cours de l'année.

Décathlon propose 2 formules pour les anniversaires

**Qualitativement** : J'ai mis en place les 3 sports que les parents avaient choisi auparavant sur l'anniversaire dès leur(s) enfant(s) et chaque fois j'organise pour que les enfants puisse s'épanouisse complètement sur les activités et qu'il reparte avec le sourire et qu'ils puissent garder un très bon souvenir de l'anniversaire qui ont pu vivre avec ses copains et copines.

**Phares réalisés** : Je suis retourné l'année dernière pour voir le fonctionnement des anniversaires avec l'animateur de décathlon Loan et par la suite je me suis imposé car à chaque fois Décathlon veulent que ça soit moi qui vienne faire des anniversaires en plus d'eux ou en remplacement des animateurs présent.



**Satisfactions :** Je suis satisfait sur les différents anniversaires que j'ai faits car les enfants et les parents sont très content de l'organisation de l'anniversaire

**Freins :** La dispositions de certains lieux d'activités et le rétrécissement des espaces de pratique en cas de mauvais temps

La découverte des anniversaires des enfants que j'ai l'honneur de faire sur la journée ou l'après-midi aux moments où j'arrive à décathlon.

**Perspectives :** Je souhaite avoir les noms des enfants ainsi que le choix des activités pour que je puisse réfléchir en amont voire le mercredi.

### • École des loisirs - CSC : Elisa Boisard

Notre équipe intervient au Cours du Sacré-cœur, pour un public enfants (6-10 ans) ; nous sommes présents de 16h30 à 18h30, répartis en 2 temps.

En premier lieu, sur l'aide au devoir (1h) puis sur un temps loisir dans l'attente des parents (1h).

#### - L'aide aux devoirs :

L'objectif est d'accompagner et aider les enfants pour leurs devoirs. Nous avons en moyenne une quarantaine de participants par soir répartis dans plusieurs classes (pour l'étude du soir). Le nombre d'enfants depuis le début de l'année est relativement le même.

#### - Le temps de loisirs :

Le nombre de participants est similaire à celui de l'étude, les parents peuvent venir chercher leurs enfants entre 17h30 et 18h30.

Durant l'année 2023/2024 nous avons mis en place, sur le second temps, des activités sportives et culturelles, préparées en amont (minimum 2 par soir).

Ce nouveau projet a permis aux enfants ainsi qu'aux animateurs de s'investir davantage. Il rend ce temps gai et vivant.

La participation à ces activités est basée sur le volontariat des enfants, ce qui rend le nombre de participants aléatoire. (Entre 0 et 12 enfants environs) ;

Ce nombre incertain d'enfants présents sur nos activités proposées peut les rendre complexes.

**Perspectives :** pour remédier à cela, pour l'année 2024/2025, l'idée serait de mettre en place un système d'inscription par thème : exemple "activité sport", "jeux de société", "jeux de cour", "manuel et créatif".

Ces activités démarreraient après l'étude avec des animateurs référents pour chacune d'elles par période (1 mois par exemple) dans laquelle les enfants s'engageraient à participer, pendant tout le cycle, aux activités proposées. A la fin d'une période, les enfants ainsi que les animateurs pourraient s'inscrire sur un autre thème.



# AG 2024 : PÔLE « POLITIQUE TERRITORIALE »

## • Pass'Sport de Rue: Hugo Elie

Ces créneaux sont à destination des enfants des quartiers prioritaires de la ville. Nous proposons ainsi de l'activité sportive à destination des jeunes de 6 à 12 ans. Nous sommes une équipe de 8 éducateurs, tous salariés. Nous avons eu une fréquentation fluctuante au cours de l'année (la météo étant une condition essentielle pour la pratique). L'âge moyen des enfants est aux alentours de 8ans. Le projet Olympe a permis d'insuffler une nouvelle dynamique aux créneaux.

Pour l'année prochaine il serait intéressant de repenser le dispositif, passer à un format bimensuel sous la forme de tournoi multi sports dans un lieu unique (difficulté d'avoir un nombre constant d'enfant), Accentuer et développer l'effet passerelle avec les clubs des alentours, Faire venir les différents ACM sur les regroupements.



## • Ecole des Sports et des Loisirs Epron : Hugo Elie



Ces créneaux sont à destination des enfants de 3 à 12 ans, séparés en deux groupes pour l'activité (3-5 et 6-12). Nous avons eu en moyenne de 21 enfants au total sur chacun des créneaux. La majorité des enfants vient de l'ACM d'Epron. Nous proposons ainsi toute sorte d'activités sportives à visé ludiques afin que chacun des enfants soient impliquer au maximum dans l'activité.

Pour l'année prochaine il serait intéressant d'optimiser les infrastructures (pas de but de hand / panier de basket inaccessible / avoir un double des clés), de faire venir les clubs des alentours (judo / tennis par exemple) pour faire découvrir aux enfants et d'établir un temps de réunion pour la préparation des séances.

### • **Pass'Sport de Champions: Ambre Lavoue**

C'est un centre de loisirs localisé à HSC, ouvert durant les vacances scolaires et accueillant des enfants de 6 à 12 ans. On y réalise de la pratique sportive par le biais de semaines d'activités multisports.

Au dernières vacances le stage a comptabilisé 17 inscrits, ce qui n'avait pas eu lieu depuis juillet 2023 et qui nous a permis de réaliser des activités plus complètes. En effet depuis quelques mois le stage ne dépassait que rarement les 10 inscrits. Si nous avons pu atteindre de nouveau ce chiffre c'est grâce aux opérations de communication qui ont été mises en œuvre juste avant.

Pour le reste de l'année, nous ferons tout pour que le stage continue sur cette lancée et bénéficie d'une visibilité constante.



### • **Ludothèque & Création de rue : Ambre Lavoue**

La ludothèque est un créneau proposé le lundi de 16h30 à 17h30 ainsi que le mercredi de 14h à 16h30 et création de rue, le mercredi de 9h30 à 12h. Ayant trop peu de présence sur ces deux dispositifs ils sont devenus complémentaires.

L'objectif étant de rassembler autour du jeu et de l'activité culturelle les petits et les grands. De ce fait, chacun de ses créneaux n'est plus réservé à son activité originelle. Nous mettons en place à l'extérieur, depuis quelques semaines avec le beau temps, des activités culturelles et des jeux de sociétés afin de toucher le plus de public possible.

A ce jour nous avons plus de 15 enfants venant d'un mercredi à l'autre. L'objectif pour le reste de l'année est de faire en sorte que ce nombre reste constant même lorsque le temps sera moins favorable.

## • **Baby Gym: Ambre Lavoue**

Le baby Gym est un créneau qui a lieu le vendredi matin de 9h45 à 11h. Il se compose lui-même de deux créneaux de 9h45 à 10h15 et 10h15 à 10h45. Il s'agit de parcours motricité à l'intention des tous petits de 1 an à 3 ans. Chaque semaine nous essayons de leur proposer des parcours divers et variés afin qu'ils redécouvrent à chaque séance. Nous les accompagnons vers une meilleure motricité dans différents domaines sur un modèle de "laisser jouer" pour les guider vers l'autonomie.

Cependant récemment il y a peu d'inscrits, l'objectif serait donc qu'à la rentrée nous réalisions des opérations de communication avec le café des parents et des enfants afin de redynamiser le dispositif.



## • **Ecole des Loisirs HSC: Joseph Dauphin**

### **Contexte et objectifs du dispositif**

Le dispositif "École des loisirs" a été mis en place pour offrir aux enfants de 6 à 12 ans une initiation sportive à travers des jeux ludiques. L'objectif principal était de promouvoir l'activité physique et d'aider les enfants à découvrir et à développer leurs intérêts sportifs.

### **Communication**

La promotion du dispositif a été réalisée principalement via des flyers et des affiches déposées dans les écoles et divers lieux publics. Cette stratégie de communication a permis d'attirer un petit groupe d'enfants dès la première partie de l'année.

### **Participation**

Un groupe de 10 enfants a été constitué au début de l'année grâce à ces efforts de communication. Ce groupe a démontré une forte fidélité, car tous les enfants ont continué à participer aux activités du dispositif tout au long de l'année.

### **Activités et déroulement**

Les activités ont été conçues pour être à la fois ludiques et éducatives, mettant l'accent sur différentes disciplines sportives chaque semaine. Les enfants ont eu l'opportunité de découvrir une variété de sports, ce qui a contribué à élargir leurs horizons et à maintenir leur intérêt.

## Résultats et impact

Le dispositif a non seulement réussi à maintenir un groupe stable de participants, mais il a également atteint un objectif clé : aider certains enfants à identifier le sport dans lequel ils souhaitent s'investir plus sérieusement. Plusieurs enfants ont exprimé leur désir de se licencier dans des clubs sportifs spécifiques l'année suivante, démontrant ainsi l'impact positif de cette initiation sur leur passion et leur engagement envers le sport.

## Conclusion

Le dispositif "École des loisirs" a connu une année réussie, avec une communication efficace qui a permis de constituer et de maintenir un groupe engagé de 10 enfants. L'approche ludique et variée des activités sportives a non seulement divertie les enfants mais a aussi joué un rôle crucial dans la découverte de leurs intérêts sportifs futurs. Cette année prometteuse augure bien pour le développement et l'expansion future du dispositif.

### • CAP1 & CAP2 :

Au cours de cette année, un total de 12 enfants ont été accueillis au CAP1 (Local 217) et 23 au CAP2 (Local PRE).

En cette fin d'année, 4 enfants sont sortis du CAP 1 : 2 pour en changement d'école et intégration à un autre dispositif, 2 pour lesquels nous n'avons plus eu de nouvelles. En ce qui concerne le CAP 2, la mise en place des groupes a été assez difficile. Au début, il y avait peu de présents.

De plus y a eu un turn-over en raison des activités périscolaires pratiquées. Nous constatons également sur ce même CAP des irrégularités de présences pour 1/3 des enfants. Cela se justifie par le fait qu'ils n'ont pas de leçons ou qu'aucune personne ne puisse venir les chercher.

Pour le CAP 1, les absences sont en général justifiées (maladie, sortie scolaire) par les parents qui nous le signalent en amont.

Nous constatons également un lien différent avec les parents selon les CAP possiblement dû à leur localisation : le CAP 1 étant au cœur du quartier et le CAP 2 étant situé dans les locaux du PRE avec la présence régulière des référentes du dispositif de la ville.

### Perspectives :

Nous souhaiterions éviter un turn-over et que les enfants (et parents) se tiennent au contrat signé en début d'année et soient présents lors de chaque temps (sauf raisons justifiées).



### • Ecole des Sports HSC: Marion Bissey

Cette année 29 enfants ont adhéré au dispositif Ecole des Sports (3-5 ans) sur Hérouville, contre 24 l'année dernière. Le groupe est assez homogène, néanmoins nous avons 11 enfants qui ont ou vont prendre 6 ans dans l'année. Il faut donc s'attendre à un turn over assez important puisque ces enfants ne pourront pas se réinscrire à la rentrée sur le dispositif. Nous renseignons donc les familles sur les différentes possibilités d'activités pour leur enfant. Sur chaque séance, nous avons une moyenne de 17 enfants. Le lieu (Gymnase Humbert) et le nombre d'encadrants (5) sont appropriés pour ce groupe. Néanmoins pour quelques activités, il serait nécessaire d'avoir du matériel adapté à leur taille, il faudra donc dresser un inventaire et faire une demande en conséquence.



### • Ecole des Sports & des Loisirs décathlon: Zoé Binet

Nous avons depuis cette année ouvert un nouveau créneau école des sports et école des loisirs au Decathlon de Mondeville. Pendant 1h30 les enfants de 3 à 5 ans et de 6 à 12 pratiquent du multisport. Nous avons eu au maximum 32 enfants et au minimum 7. En moyenne, nous réussissons à avoir 12 enfants avant l'arrivée de CAP'Ybara et 19 après leur arrivée. Toutes les séances ont été maintenues.

L'animation se fait avec 3 salariés et 1 service civique, ce qui nous permet d'être à 2 sur chaque groupe. Aucune réunion n'est prévue, les séances sont créées sur les temps de préparation de chaque collaborateur. La création des séances est donc difficile car nous n'avons pas ce temps en commun et aucun temps de préparation individuelle au même moment.

Nous avons relevé des points d'améliorations pour cette activité, l'activité est très difficile à mener avec les deux groupes car la place disponible n'est pas suffisante pour deux tranches d'âge différentes. Je pense qu'il serait mieux de se projeter l'année prochaine avec une seule tranche d'âge (6/12 ans) car ils sont plus nombreux et le matériel est plus adapté pour ce groupe. La tenue d'une réunion de préparation, ou un temps de travail en commun serait bénéfique pour la conception des séances et le bilan de chacune d'elles.

# AG 2024 : PÔLE « INSERTION »

## • **Solidar'Sport à Lisieux : Elisa Boisard**

L'activité Solidar'Lisieux permet à des personnes immigrées de profiter de différentes activités physiques et sportives afin d'encourager les interactions sociales.

Ce créneau regroupe une quinzaine de participants chaque jeudi pendant 1h30.

Les participants sont réguliers et friands de ce qui est proposé avec des ateliers variés et totalement accessibles qui permettent à chacun de comprendre et de pratiquer.

Pour cela, trois encadrants sont présents : un éducateur sportif, une personne en service civique et une médiatrice socio-sportive.

Malheureusement nous avons observé une chute de participation depuis la période du ramadan. Certains participants n'ont pas pu poursuivre assidûment les séances ; d'autres ont vu leur emploi du temps modifié par leur rentrée en formation.

En bref, une fin d'année n'offrant pas une fréquentation aussi conséquente qu'au démarrage de l'action.



## • **"Atelier Mobilité» : Philippe Pasquier**

Nombre de séances : 42 | Lieu : site de Beauregard - HSC | Nombre de participation : 75 (moyenne de 3/5 de septembre 2023 à décembre 2023 ; puis baisse de fréquentation de janvier à juin 2024, reprise progressive en perspective...)

Besoins pris en compte :

1/ **Pratique du vélo** : Initiation (jamais pratiqué), -Reprise du vélo (revoir les "bonnes bases"), -Perfectionnement (gestion de ses déplacements, de son effort, de son vélo...),

2/ **Pratique atelier** : Initiation à l'entretien de base de son vélo (nettoyage, graissage, réglage de base, changement de pneu/chambre à air, réparation d'une crevaison, pression des pneus, contrôle des éléments de sécurités).

- Perfectionnement de l'entretien de son vélo (réparation, changement d'une chaîne, changement de câbles de freins, de dérailleurs, changement de patins de frein, dévoilage de roue...) transmission d'information/orientation :

- Information sur les offres de services du territoire (plateforme mobilité, twisto, réseaux de piste cyclable, la maison du vélo...), les différentes lignes de bus, de trams...

Satisfaction :

3/ **Partage d'expérience autour du vélo**, donner envie de pratiquer/pratique durable du vélo, reprise du vélo, développement de l'autonomie / de compétences en générale....

### **Freins :**

Manque de formation / perfectionnement de l'équipe, manque d'investissement pour impulser une dynamique sur cet atelier...

### **Orientation et projet :**

- Finir de rendre le lieu d'accueil de Beauregard opérationnel (aménagement, rangement...)
- Se réunir avec les acteurs du territoire afin de créer un collectif, de mieux communiquer, orienter et prendre en charge les publics bénéficiaires,
- Continuer la formation interne, se perfectionner dans l'accompagnement des publics à travers cet atelier mobilité de façon générale...

### **• Solidar'Multi : Lucas Benahmed**

Anciennement appelé « Solidar'Hand/Basket », ou avec deux de mes collaborateurs, Alexis et Elisa, nous avons proposé, avec deux de mes collaborateurs, Alexis et Elisa, des actions en direction de 26 bénéficiaires (10 en moyenne par séance) en situation de handicap physique ou moteur, mais aussi des personnes en remobilisation.

Des cycles d'animation et de la découverte de multiples sports : Hand, Basket, Tchouck, Volley, Football, Badminton, Tennis de table, Pétéca, Tennis, ont ainsi pu être proposés. Nous avons pu voir tout au long de l'année une progression significative sur les différentes pratiques, aussi bien dans la réalisation des gestes spécifiques, que dans le placement, mais aussi dans les contours de chaque pratique : vocabulaire sportif, poste, histoire de la discipline.

Au-delà de la pratique sportive, un climat de convivialité a régné sur les séances, où nous avons pu avec nos moyens apporter aux bénéficiaires parfois un coup de pouce, grâce à des temps d'échanges aussi bien avant pendant et après les séances, également en dehors via des échanges par téléphone. En répondant également à des besoins de certains, aide sur le transport, échange avec foyer ou curatrice, effet passerelle vers des clubs spécifiques.

### **Perspectives d'évolution :**

- Création d'une équipe de sport adapté Basket-ball
- Faire plus d'activités extérieures : CO, VTT, Tir à l'arc, Athlétisme





### • Bilan SolidarFoot : Lucas Benahmed

Le lundi soir : créneau qui a vu le jour au mois de décembre, à la suite d'une demande significative d'un groupe de copains venant d'Afghanistan, pour la pratique du Futsal. Nous avons pu voir avec ma collaboratrice Titia, un créneau avec une belle mixité, car en plus du groupe initial nous avons pu voir 2 personnes en situation de handicap ainsi qu'un réfugié Ukrainien prendre part à nos séances.

Après 10 séances de futsal, nous avons pu profiter des infrastructures du Club Laique Colombellois afin de pratiquer sur des terrains en herbe, pour un cycle de 6 séances.

### ***Perspectives d'évolution :***

- Inscription à un championnat de futsal ou de foot en herbe ou l'inscription à un championnat de futsal ou de foot en herbe ou la création de notre propre championnat.



## • ABCD : Clémence Pelech Catherine

Cette année a été un peu particulière car nous avons eu peu d'adhérents dès le début d'année. Nous avons accueilli au maximum 4 adhérents qui, pour des raisons diverses (*déménagement, maladie, retour en activité salariale*), ne pouvaient plus venir.

A l'heure actuelle, un seul adhérent est encore présent. Nous avons également ouvert un créneau plus individualisé pour travailler sur les besoins spécifiques étant ouverts aux adhérents et collaborateurs. En raison d'un emploi du temps ne correspondant pas à ce créneau, des collaborateurs sont venus travailler le mardi matin et un animateur se détachait pour eux. Cependant, au vu du nombre d'adhérents, la décision a été prise de supprimer ce second créneau individuel.

### **Perspectives :**

Nous souhaitons au cours de l'été (ou en début d'année 2024 - 2025) réaliser un diagnostic de territoire afin de recenser les besoins, les attentes, les demandes du public et ajuster le créneau (sur le fond et la forme).



## • Atelier Bricolage : Julien Lemarchand



Nous avons accueilli en moyenne 5 participants par ateliers qui ont œuvré sur différents projets.

Notre plus gros projet a été la réalisation de 8 jardinières surélevées pour le quartier des belles-portes en partenariat avec Inolya. J'aurais aimé accueillir plus d'habitants sur ce projet.

Il y a eu deux freins lors de ce projet : l'outillage et la récupération du matériel

### **Perspectives :**

Je souhaiterais réaliser plus de projet avec les savoir-faire et les compétences des participants.

Créer et apprendre ensemble pour développer leur projet.

## • Chantiers Participatifs : Julien Lemarchand

Tout au long de l'année, nous sommes intervenus sur différents chantiers que ce soit de la plantation, de l'entretien, de la peinture ou bien de la pose de clôture. En moyenne nous avons 2 à 3 participants sur chaque chantier. Avec l'expérience de chacun nous avons réalisé le plus beau projet de cette année qui a été la pose d'une nouvelle clôture.

Freins :

- Manque de consommable
- Manque de matériel

### **Perspectives :**

J'espère avoir plus chantier pour faire découvrir aux participants les différents milieux qui existe et pourquoi pas créer des vocations.

## • Atelier Numérique : Julien Lemarchand

L'atelier numérique à accueilli 2 à 3 personnes par ateliers au cours de l'année. Pour apprendre les bases et pour pouvoir utiliser seul ses outils numériques. Chaque participant à des besoins différents et aussi des compétences qu'ils peuvent nous transmettre. Alors qu'on observe une fracture numérique importante je trouve ça dommage de recevoir de moins en moins de public. Ce qui est dommage car nous avons tout ce qu'il faut comme matériel.

### **Perspectives :**

Je pense qu'il faudrait créer des cycles en fonction des niveaux et rappeler aux gens ce que nous faisons.

## • Un temps pour soi : Léa Gonfroy

Ouvert l'an passé, ce créneau nommé "un temps pour soi" se base sur la volonté d'avoir une cellule d'écoute et d'accompagnement à destination de toutes. Les mots clefs définissant ce temps sont l'écoute, le respect, la bienveillance, l'accompagnement, les échanges, la liberté et l'individualité. En effet, chaque personne adhérente de CAP'Sport le souhaitant peut venir, 45 minutes, le mercredi matin, aussi souvent que souhaité et nécessaire échanger autour de sujets divers et variés. Il s'agit d'un moment visant à prendre soin de soi, via la considération de son bien-être mental.

D'un point de vue quantitatif : il y eut 33 rendez-vous demandés sur l'ensemble des créneaux possibles entre septembre et le 31 janvier pour 16 de demandés entre cette date et le 11 juin. Pour cela, 25 des rendez-vous demandés entre septembre et fin janvier furent honorés contre 10 entre début février et le 11 juin.

D'un point de vue qualitatif : les personnes reçues rapportent des améliorations positives dans leur quotidien respectif et/ou des avancées sur des situations singulières difficiles.

Des enquêtes qualitatives n'ont pas été menées afin de ne pas nuire à l'alliance de travail construite jusqu'à présent. Cela pourra faire l'objet d'une investigation a posteriori des rendez-vous, une fois ceux-ci terminés.



## • Parlons-en : Léa Gonfroy

Fin d'année 2023, une association de la MDA, l'ACDIS, nous a demandé s'il était possible d'ouvrir une activité visant à accueillir des personnes initialement allophones, afin d'échanger librement autour de diverses thématiques, de se familiariser et/ou s'acculturer à la langue française parlée et pouvoir échanger avec des personnes en français.

Ainsi, un créneau fut ouvert le lundi matin de 10h30 à 11h30. De L'ouverture le 29 janvier 2024 jusqu'au 16 mai nous accueillions entre 1 à 8 personnes à chaque fois. Les disponibilités de chacun·e des personnes étant diverses et la demande s'intensifiant, l'association à la demande initiale demanda la possibilité d'ouvrir un second créneau le jeudi après-midi. Sur l'ensemble de ces temps nous avons pu, collectivement, échanger en français, parfois en anglais si nécessaire, dans un cadre se voulant chaleureux et bienveillant, questionner les attentes / besoins / demandes spécifiques des personnes et du groupe constitué, faire des jeux / animations autour de la connaissance / interconnaissance, des différences culturelles, valoriser les savoirs individuels et participer à l'ouverture socioculturelle, il y eut des préparations au passation de diplôme / certificat de FLE (français langue vivante étrangère) notamment lorsque les personnes étaient seules sur ces créneaux. Les évènements géopolitiques mondiaux ont pu interférer dans la venue de certain·es (deuils, perte de proches, absence de nouvelle de zones de guerre, etc...), d'autres sont entrés en formations ou en activité professionnelle. Dernièrement, sans présences, les créneaux ont dû se fermer. Nous avons évoqué plusieurs fois avec les participant·es la création d'un groupe WhatsApp afin de faciliter les échanges et se tenir informés des venus ou non de chacun·e.

Pour autant, cela était difficilement réalisable par le statut d'alternante et la présence-absence particulière d'une collaboratrice et le manque de téléphone professionnel qui aurait nécessité des échanges récurrents à partir d'un téléphone personnel, sur un forfait personnel, sur des temps non définis pouvant impacter et brouiller la vie personnelle - vie professionnelle.

Cela est en réflexion et serait intéressant à interroger à la lueur des expériences de l'ensemble des collaborateur·ices à ce sujet, il nous semble.



# AG 2024 : PÔLE « SANTÉ »

- Développement de la pratique (nombre d'adhérents adultes en progression de façon générale, d'activités), grâce notamment à des propositions en adéquation avec la demande des adhérents (Step, Zumba, créneaux APA du vendredi...), à l'investissement des pilotes de ces dispositifs !
- Développement de partenariat (convention signée, en cours de finalisation, projet) ex : France Addiction, clinique de la miséricorde, clinique de Brocéliande, centre Maurcice Tubiana, FAM d'Aunay sur Odon...
- Développement d'accueil de public avec des problématique de santé ++ (public IMAPAC, ALD plus ou moins invalidante, personnes cérébro-lésé, orientation Prescrit'Sport du territoire d'HSC et Mondeville/Caen...)
- Développement de compétences au niveau de l'équipe interne :
  - Formation "premiers secours en santé mentale" (quatre personne), formation ETP/Romain
  - Formation avec "France addiction" (Cinq personne),
  - Formation "animation écologement" (santé et environnement), (quatre personne) ...
- Participation à des forums en lien avec la santé physique et mentale, le handicap (CAP' sur ma vie d'adulte, Etat généraux du Handicap, forum personnes cérébro-lésé d'Aunay Sur Odon, premier forum emploi et santé mentale...),
- Participation à des groupes de réflexion en lien avec la santé (cité éducative, Atelierr Santé Ville, CD14 et troubles du spectre autistique...)
- Participation à des animations afin de faciliter la pratique de suite, l'effet passerelle, de personnes atteinte d'ADL (semaine bleu, animation / Mormandie'Sport contre le cancer, animation destinée aux anciens patients de la clinique Brocéliande ce Caen...).
- Perspectives :
  - Optimiser l'existant, monté en compétences de l'équipe interne de façon générale,
  - Mise en œuvre du projet de remobilisation sociale et professionnel avec l'outils UFO3S (maison sport santé société) : accueillir, informer, prendre en charge et développer des compétences par le biais de l'outil socio-sport santé, afin de lever les freins à l'employabilité en lien avec la santé !



## • STEP/Zumba : Welisane Moussongui

En 2022, le créneau Step/danse a subi une fin d'année difficile suite une faible participation. Cependant, une réorganisation stratégique en septembre a tout changé. En remplaçant un créneau de danse par une séance de Zumba et en ajustant les horaires, nous avons trouvé une solution. Désormais, le STEP se déroule de 18h à 18h45, suivi de la Zumba de 18h45 à 19h30. Cette modification permet aux adhérents de choisir entre les deux activités, ou même de participer aux deux. Grâce à cette nouvelle organisation, nous avons observé une augmentation significative du nombre de participantes, rendant l'année finalement très réussie.

### **Perspectives 2024 :**

- Après plusieurs sollicitations de la part des adhérents, pourquoi pas envisager un deuxième créneau de Step.

## • Caen on bouge/ Entretien corporel : Welisane Moussongui

Cette animation se déroule le mercredi soir, de 18h à 19h ; il a attiré une participation de 6 à 14 personnes environ chaque semaine.

Tout au long de l'année, ces séances ont été marquées par une ambiance conviviale et positive. Les participants ont pu bénéficier d'une variété d'exercices, incluant du renforcement musculaire pour développer la force, des séances de cardio pour améliorer l'endurance, et de la zumba pour allier fitness et plaisir de danser. Cette diversité d'activités a permis de maintenir l'engagement et la motivation des participants. Les moments de partage et de camaraderie ont également contribué à créer une atmosphère agréable, rendant chaque séance attendue avec enthousiasme.

## • Sport et Maternité : Welisane Moussongui

Ce créneau a été mis en place en novembre 2023 pour promouvoir l'activité physique pendant et après la grossesse, tout en créant du lien social entre jeunes mamans et futures mamans.

Malgré ses objectifs, le créneau a eu du mal à attirer une participation régulière. Après quelques passages de différentes femmes enceintes ou en post-partum, une seule adhérente a été très fidèle et a assisté à toutes les séances depuis son inscription. Pour améliorer la situation, il est envisagé de changer l'horaire du créneau, afin de mieux répondre aux contraintes des participantes. De plus, il est nécessaire d'améliorer la communication pour faire connaître ce dispositif de façon plus étendue.



## • Longe-côte : Tanguy Salaun

Dispositif qui profite à 13 bénéficiaires au minimum et qui se déroule les mercredis matin à Ouistreham.

Les adhérent(es) apprécient beaucoup cette activité douce aux bienfaits multiples pour la santé : renforcement musculaire, tonicité du corps, prévention de maladies musculo squelettiques...

### **Freins :**

- Pas de local pour se changer
- conditions météo et état de la mer peut se dégrader

### **Perspective 2024 :**

- Possibilité d'ouvrir un deuxième créneau
- Proposer en fin d'année une sortie sur une journée



## • Eterville : Jennifer Robert

“Gym Santé est un dispositif encadré par une éducatrice sportive certifiée en activités physiques adaptées. Il a lieu à Éterville chaque lundi durant une heure et regroupe en moyenne, une quinzaine de pratiquants. Parmi ces personnes, deux sont actives et le reste du groupe se compose de personnes séniore. Les séances comprennent principalement du renforcement musculaire ainsi qu'une partie cardio.

Le succès de l'activité permet l'ouverture future de deux nouveaux créneaux dès la rentrée prochaine avec du renforcement postural et de la zumba.

## • Bilan de la Forme : Jennifer Robert

Le créneau “Bilan de la forme” a lieu le mercredi de 9h à 12h sur rdv. Accessible à tous les adhérents porteurs ou non d'une pathologie. Ce bilan de la forme explore les capacités physiques mentales et sociales. Il comprend la réalisation de questionnaires et de tests physiques. Le premier est une prise de contact, qui nous permet de faire connaissance avec la personne afin de mieux la connaître via les questionnaires permettant de cibler le niveau d'activités, les freins à la pratique et le bien être mental et social, lors du deuxième rendez-vous nous réalisons les tests physiques (ex : sit to stand , équilibre unipodal...).

Nous avons accueilli 40 bénéficiaires sur ce dispositif depuis le 13 septembre jusqu'à aujourd'hui. Les orientations sont multiples : dispositif IMAPAC, orientation de la clinique de Brocéliande, et prescrit sport, centre hospitalier d'Aunay sur odon, HSC, Caen et Mondeville, médecin, kiné, services sociaux. Suite au bilan, on propose à la personne le ou les créneaux d'activité les plus adaptés.

Sur l'aspect communication, développement du créneau, il serait intéressant de réaliser une plaquette en détaillant l'intérêt de celui-ci afin de faire prendre conscience au public de la possibilité de faire un bilan de la forme au sein de l'association. Pour diversifier et élargir la proposition de nos tests, la dotation d'équipement spécifique serait un plus pour développer le créneau et rendre les tests plus ludiques. Ce qui pourrait motiver un plus grand nombre à réaliser un bilan.

### • **Atelier Santé forme : Jennifer Robert**

Le créneau a lieu le mercredi après-midi de 13h30 à 17h. A 13h30, nous commençons par un temps d'accueil ce qui nous permet d'échanger avec les participants. De 14h à 16h30, une initiation à une pratique sportive, couplée à des ateliers sur des thématiques en lien avec la santé (alimentation, sommeil, hygiène...) sont proposées. De 16h30 à 17h, ce temps nous permet d'échanger sur les ressentis de chacun suite à la séance du jour.

À la suite de la clôture de Territoire partagé fin octobre, nous avons vu le nombre de participants fortement diminuer. En effet, nous avons commencé avec 6 participants puis au fil de l'année, certains ont trouvé un emploi, une formation ou une autre activité.

A ce jour, nous sommes dans l'attente de la validation de nos activités par France travail, ce qui nous permettra d'accueillir un nouveau public qui permettra de créer une nouvelle dynamique.

### • **APA: Jennifer Robert**

Le créneau APA a lieu tous les vendredis de 9h30 à 11h au sein du local info santé encadré par 2 éducateurs sportifs certifiés APA et un service civique. Nous accueillons des personnes avec différentes pathologies que nous avons reçues en amont sur le créneau " bilan de la forme", ce qui nous permet d'élaborer un programme personnalisé. Le créneau se décompose en plusieurs temps, un temps d'accueil, ce qui nous permet d'échanger sur les ressentis de chacun, le temps d'activité que nous réalisons, dès que le temps le permet, en extérieur et d'un retour au calme. La séance commence par une marche suivie d'exercices de renforcement musculaire, de travail d'équilibre et d'assouplissement ensuite nous rentrons au "LIS", pour clôturer la séance par un retour au calme et d'un échange sur les ressentis pendant la séance. Nous avons eu en moyenne 6 personnes durant l'année.

Point positif : certaines des participantes sont restées avec nous toute l'année, uniquement sur ce créneau, et d'autres participantes ont pu rejoindre d'autres activités comme la "gym douce" et /ou la marche grâce à une évolution positive de leur condition physique.



## • Voix des femmes: Jennifer Robert

Les créneaux ont lieu le mardi matin de 10h-12h à la salle polyvalente de la MDA, le jeudi de 14h à 16h au " mille club" (montmorency), et le vendredi de 14h à 15h à la salle polyvalente de la MDA, composé uniquement d'un public seniors féminin. Les séances du mardi et du jeudi se composent de deux créneaux, une séance "gym tonic" et une séance "gym douce". Et le vendredi d'une séance de gym douce. Le manque de présence des adhérentes sur le créneau du vendredi, nous a contraint à l'arrêter et à le rediriger sur l'activité sport santé du vendredi de 14h30 à 15h30 au CCS. Sur le créneau du mardi matin, nous avons en moyenne 12 personnes sur l'activité "gym tonic" et 4 personnes sur l'activité "gym douce". Cet écart entre les deux, peut s'expliquer soit par le fait qu'elles ne sont que 18 adhérentes à la "voix des femmes" soit par le fait qu'elle préfère la "gym tonic". Sur le créneau du jeudi après-midi, le nombre de participantes est identique sur les deux activités soit en moyenne 7 personnes.

## • Gym douce : Jennifer Robert

L'activité a lieu tous les jeudis matin et est divisée en deux créneaux : 9h00h-10h15, 10h30-11h45. Il y a en moyenne 32 personnes sur la matinée, avec une forte affluence sur le deuxième créneau en moyenne 20 personnes, ( avec un "pic" à 28 personnes) .Les séances se composent d'un échauffement , d'une séance de renforcement musculaire avec ou sans petit matériel, et d'un retour au calme. Le groupe est essentiellement féminin. Nous accueillons des personnes en situation de handicap (handicap mental et/ou physique) en adaptant nos séances.

Perspectives :

Nous souhaiterions pour le confort et la sécurité des adhérents, ouvrir un troisième créneau sur la matinée afin d'assurer la qualité de notre accompagnement.



## • Femmes et sport: Marion Bissey

Ce créneau à destination exclusivement des femmes a repris une bonne dynamique cette année. Les séances sont diverses et variées et permettent aux femmes de se dépenser dans un cadre convivial et bienveillant. Sur chaque cours, nous avons une moyenne de 19 femmes (plus de 20 sur plusieurs séances et même 27 et 28 sur deux séances), néanmoins pendant le Ramadan on a pu observer une baisse de la fréquentation (12 femmes étaient présentes). Nous avons mis en avant le fait d'adapter les séances, mais seulement deux femmes concernées se sont présentées. Depuis la fin du Ramadan nous avons un groupe d'environ 15 personnes. Très peu de femmes musulmanes sont revenues depuis.



## • Marche : Marion Bissey

La marche est un créneau qui connaît une fréquentation assez faible, mais qui, néanmoins plaît aux participants. Nous avons une moyenne de 5 personnes par séance. La marche dépend de la météo et la fréquentation fluctue également en fonction de ce paramètre. Ce créneau permet de faire la passerelle avec le créneau APA, en effet, lorsque les animateurs du dispositif (APA) estiment que les personnes sont aptes, elles sont dirigées vers le créneau marche.



## • Accès Entreprise: Marion Bissey

Créneau d'activité à destination des salariés du cabinet comptable de CAP'Sport. Dans un premier temps, le mardi, nous proposons une partie cardio et renforcement musculaire (sous diverses formes) suivi d'une séance de techniques douces style pilâtes. L'ambiance du groupe est bonne et nous avons en moyenne 6-7 personnes.

Depuis fin novembre, à la demande des salariés, un créneau de course à pied a vu le jour chaque lundi soir. Lors de ces derniers nous alternons les séances de fractionné et de courses longues (8-10km). Nous avons (Hugo et Marion) environ 6 coureurs à chaque séance, le niveau peut être assez hétérogène, nous nous adaptons donc en proposant des séances adaptées à chaque niveau. Certains d'entre eux s'étaient inscrits aux différentes courses de La Liberté à Caen (Semi-marathon ou 10km), les objectifs fixés par chacun ont été atteints. Peut-être que les entraînements y sont pour quelque chose...

## • Stretching: Ergis Soudati

### **Renforcement musculaire du 09/10 au 18/12 :**

Ce cycle a permis d'avoir une meilleure efficacité dans les pratique sportif ou les mouvements de la vie de tous les jours nécessitant un effort musculaire.

### **Equilibre et souplesse du 08/01 au 25/03 :**

L'équilibre aide à contrôler ses mouvements et assure ainsi une certaine sécurité. En entretenant cette faculté, on assure la réactivité et qualité des informations délivrées entre le corps et le cerveau, la pratique de ces exercices diminue les risques d'entorses, chutes et autres blessures.

### **Coordination souffle synchroniser :**

Ce cycle a aidé à exécuter des gestuelles une à une, à une vitesse réduite. Il a permis d'améliorer la capacité de déplacer deux ou plusieurs parties du corps sous contrôle, afin que ces gestes soient de manière fluide et efficace

Nombre d'adhérent au cours de l'année :

Il y a eu une moyenne de 24 personnes par séance Pour une évolution croissante de 40% soit 15 personnes adhérentes par rapport au début de l'année.

### **Note :**

J'ai trouvé que cette année était positive au point de vue de l'animation, les séances ont permis aux adhérents d'améliorer leurs facultés proprioceptives et en mobilité.

Il aurait été idéal de retourner dans la salle du P.A.J afin d'avoir un lieu avec plus de calme et isolé des bruits d'extérieurs.

## • Sport Autistes Mineurs: Marion Bissey

Le dispositif fonctionne comme les années précédentes avec deux groupes (en fonction du niveau d'autonomie des jeunes). En ce début de saison (septembre 2023), le groupe ayant une faible autonomie ne comptait que 3-4 enfants mais à ce jour, il compte 8 inscrits, tout comme celui des enfants ayant une autonomie moyenne voire bonne. Depuis quelques mois, nous avons reçu des appels d'aidants intéressés pour inscrire leur enfant sur les créneaux hebdomadaires, une liste d'attente a alors été créée et ils seront recontactés si des places se libèrent.



Un mercredi sur deux, nous accueillons en plus un jeune ayant des besoins spécifiques, pour cela CAP'Sport a mis à disposition, durant plusieurs années des ressources humaines et matérielles conséquentes (deux éducateurs ainsi qu'une salle (Local Infos Santé) qui est plus contenante). Malheureusement, notre capacité d'accompagnement se retrouve contrainte par la situation, en effet, malgré des tentatives d'inclusion au groupe celles-ci s'avèrent infructueuses voire délétères pour les autres jeunes. Nous avons pris contact avec les familles afin de les rediriger vers d'autres professionnels, répondant plus adéquatement aux besoins actuels. Le but du dispositif SAM est également de favoriser les effets passerelles vers d'autres clubs adaptés ou en inclusion. Ça a été le cas pour un de nos jeunes, qui a pris une licence dans le club de tennis de table d'Hérouville à la rentrée de septembre et que nous avons en amont accompagné sur plusieurs séances au sein de ce même club. Cette année un jeune ayant atteint sa majorité à fait un essai au club de Caen Sud basket qui s'est avéré positif. L'ayant accompagné sur cette première séance, le but étant que la famille continue en ce sens.



#### • **FAM: Zoé Binet**

Au Foyer d'Accueil Médicalisé (FAM) de Verson nous intervenons une fois par semaine pour 1 groupe d'adultes avec des troubles du spectre autistique (TSA) pendant une heure. Le groupe est composé de 9 personnes au maximum. Cette année, nous avons eu en moyenne 7 personnes par séance. Nous avons annulé plusieurs séances, à cause de cas de covid dans la structure ce qui les empêchaient de maintenir les activités collectives.

L'animation se fait avec 2 salariés et 1 service civique, ce qui nous permet de suivre les participants dans de bonnes conditions car ils ne sont pas autonomes pour la plupart à cause de leur handicap, ils doivent toujours être stimulés.

Aucune réunion n'est prévue, les séances sont créées sur les temps de préparation de chaque collaborateur. Cependant nous n'avons pas de difficulté dans la création et l'animation des séances car il y a une bonne communication entre nous.

Nous avons relevé des points d'améliorations pour cette activité, Nous souhaiterions un temps de bilan mensuel avec les collaborateurs de l'activité pour nous améliorer dans la prise en charge et le retour aux éducateurs du FAM ainsi qu'un bilan bi annuel avec les éducateurs du FAM pour formaliser les retours.

## • SOLIDAR'Foot: Zoé Binet

Nous animons un créneau Solidar'Foot tous les jeudis au gymnase Sainte Thérèse à Caen. Pendant 1h30 les participants (en situation de handicap mental/ psychique/ physique/ TSA/ trouble du comportement, et des personnes valides en réinsertion social et/ou professionnel) à partir de 16 ans pratiquent le futsal. Nous avons eu au maximum 11 participants et au minimum 3. En moyenne, nous réussissons à avoir 6 personnes. Nous avons dû annuler 4 séances pour diverses raisons. L'animation se fait avec 2 salariés. Aucune réunion n'est prévue, pour la conception des séances, elles sont créées sur les temps de préparation de chaque collaborateur. Mais cela ne pose aucun problème, chaque salarié prépare une séance toutes les deux semaines. Il y a une bonne communication entre les collaborateurs, cependant nous éprouvons des difficultés dans la création des séances car le foot dépend du nombre de joueurs présents et le nombre de participants n'est pas toujours élevé. Nous avons relevé des points d'améliorations pour cette activité, il nous faudrait un plus grand nombre de présent sur chaque séance et si le nombre de présent le permet ensuite nous souhaitons faire des matches amicaux contre d'autres équipes de foot adapté (Handicap mental et psychique).



## • SAJH: Zoé Binet

A la Structure d'Accueil de Jour et d'Hébergement (SAJH) de Blainville nous intervenons une fois par semaine pour 2 groupes de personnes en situation de handicap mental et/ou psychique pendant 45 minutes (sauf le dernier vendredi du mois). Les groupes sont composés de 8 personnes au maximum.

Cette année, nous avons eu en moyenne 7 personnes par groupe. Nous n'avons annulé aucune séance, elles ont toutes été maintenues.

L'animation se fait avec 2 salariés et 2 services civiques, ce qui nous permet de suivre les participants dans de bonnes conditions car ils ne sont pas autonomes pour la plupart à cause de leur handicap, ils doivent toujours être stimulés.

Le vendredi où nous n'avons pas séance nous permet de créer les cycles et les séances avec tous les collaborateurs de l'activité.

Cependant nous avons relevé un point d'amélioration pour cette activité, la communication en amont des séances, nous souhaiterions avoir le nombre exact de participant pour la préparer au mieux (difficile de leur côté car ils ne sont pas toujours prévenus des absences).

- **Sport Santé:**

Ces créneaux sont ouverts aux adhérents de CAP'Sport. Nous proposons des séances de renforcement musculaire et d'exercice cardio. Nous sommes 4 lors de ces séances, 2 salariés et 2 services civiques. Ces créneaux se déroulent les mardis et vendredi de 14h30 à 16h30. Pour l'année prochaine il serait intéressant de décaler l'heure pour permettre d'augmenter le nombre d'adhérent éventuel sur les créneaux et de prévoir des temps de réunion en équipe afin de prévoir au mieux les séances.



# LISTE DES ÉVÈNEMENTS DE 2023

## **JANVIER 2023:**

- Chut... On chante : Mardi 17 janvier au Café des images | Chorale solidaire ouvert à tous public

## **FÉVRIER 2023 :**

- UFOSTREET : Jeudi 23 février à Bénouville | Avec nos jeunes du dispositif Pass'Sport de Rue | Objectif : mettre en lumière des activités issues de la culture urbaine.
- Journée pour l'égalité des droits et des chances : le samedi 11 février à Décathlon Mondeville | Animation autour des handisports, échange et rencontres

## **MARS 2023 :**

- Teambuilding en tournoi de Basket 3X3: Vendredi 17 mars au Gymnase Sainte-Thérèse | Ouvert à l'ensemble de nos collaborateurs
- Forum des retraites des travailleurs handicapés : le mardi 7 mars à la Fonderie d'Hérouville-Saint-Clair | Le pôle santé de CAP'Sport a proposé des animations d'activités physiques adaptées

## **AVRIL 2023 :**

- Accompagnement d'enfants à des évènements sportifs : Mardi 8 avril nous avons accompagné 10 enfants du dispositif Pass'Sport de Rue pour assister au match de basket féminin de l'USO Mondeville.
- Atelier cuisine : le lundi 3 avril au centre socio-culturel CAF des Belles Portes | Ouvert à tous nos adhérents - Chut... On chante : Mardi 4 avril au café du WIP à Colombelles | Chorale solidaire ouvert à tous public - Sportez-vous bien: Mardi 11 avril à Ouistreham | A destination de publics en situation de handicap accompagnés ou accueillis en structures
- Evènement avec le SNU : du 18 au 22 avril | Organisation de diverses animations pour proposer des temps d'activité physique et de sensibilisation à la santé pour les jeunes volontaires du Service National Universel. - Tournoi SOLIDAR'Sport : au Gymnase du Val Saint-Clair à Hérouville | Objectif : partager un moment de convivialité et de solidarité autour de différents sports.

## **MAI 2023 :**

- Teambuilding, 1ère édition des CAP'Olympiades: Le samedi 13 mai à la ferme de Beauregard | Journée de cohésion ouvert à l'ensemble de nos collaborateurs - UFOSTREET: le samedi 13 mai au quartier du Val à Hérouville Saint-Clair | Objectif : mettre en lumière des activités issues de la culture urbaine.



## **JUIN 2023 :**

- Festival Toutes Voix Dehors : Dimanche 11 juin sur la place Saint-Sauveur à Caen | Événement ouvert à tous public
- Séjour du Service National Universel: jeudi 15 juin à Caen | Objectif : Permettre à des jeunes de 15 à 17 ans de développer leur culture de l'engagement, de renforcer la cohésion nationale, de faire vivre les valeurs et principes républicains et d'accompagner l'insertion sociale et professionnelle.
- Sportez-vous bien : mardi 20 juin à Mondeville | A destination de publics en situation de handicap accompagnés ou accueillis en structures -

## **JUILLET 2023:**

- Tournoi SOLIDAR'Sport: samedi 1er juillet au Stade Pierre Rival à Colombelles | Publics issus de centres d'hébergement/d'accueil de jour/ Travailleurs sociaux/ personnes atteintes de handicap psychique/ en remobilisation sociale et professionnelle
- Stages vacances d'été : du 10 juillet au 25 août | Différents stages pour les jeunes ont été organisé dans nos centres de loisirs | Ouvert à tous les jeunes de 3 à 12 ans
- Assemblée générale : vendredi 7 juillet à la Maison des Associations d'Hérouville Saint-Clair | Ouvert à tous nos adhérents

## **SEPTEMBRE 2023:**

- Fête des associations et des bénévoles: Dimanche 3 septembre à Hérouville Saint-Clair | Ouvert à tous public - Salon de l'emploi et de la formation: mercredi 13 septembre au Carrefour Hérouville
- Le Festi'vert : Samedi 23 septembre à Epron | Objectif: développer une démarche de proximité en mettant en relation des producteurs et autres initiatives locales avec les habitants.
- Chut... On chante: Mardi 26 septembre au Café des images | Chorale solidaire ouvert à tous public

## **OCTOBRE 2023:**

- Atelier cuisine: le 16 octobre au Local Infos Santé | Ouvert à tous nos adhérents - Forum Sport et Emploi: le 11 octobre à Colombelles et le 14 octobre à Hérouville Saint-Clair
- Le trail de l'angoisse: le 21 octobre à Thury Harcourt | Mise à disposition de nos salariés pour aider à l'organisation du Trail
- Semaines d'informations sur la santé mentale: le mercredi 18 octobre | En collaboration avec le CHU, l'EPSM de Caen et le CAMP d'Hérouville Saint-Clair, pour proposer une journée d'action sur la thématique de cette année : "À tous âges de la vie, ma santé mentale est un droit".
- Rassemblement SOLIDAR'Sport: le 31 octobre au gymnase Sainte-Thérèse de Caen | Ouvert à tous public



## NOVEMBRE 2023:

- Rallye découverte des métiers du BTP : le 28 novembre, en partenariat avec BTP JOBS | Organisation de visite d'entreprise et de chantiers, d'atelier en lien avec les métiers du BTP | Ouverts aux personnes en parcours d'insertion professionnelle
- Sportez-vous bien: le jeudi 23 novembre à Louvigny | A destination de publics en situation de handicap accompagnés ou accueillis en structures
- Les états généraux du handicap : le jeudi 30 novembre au Palais des Sports de Caen | Objectif: sensibiliser les scolaires aux handisports
- Conférence Rencontres APOGÉES : « Culture & Sport : accélérateurs pour l'inclusion sociale sur les territoires ? » | le jeudi 9 novembre 2023 à Rouen

## DÉCEMBRE 2023:

- Marché de Noël : le 16 décembre au cinéma Pathé de Caen | Dans le cadre d'un projet de création de lien intergénérationnel, les jeunes du centres de loisirs CAP'Tivan se sont rendus à l'EHPAD de la Demi-Lune plusieurs mercredis pour créer des décorations de Noël à vendre sur le marché. | Ouvert à tous public
- Chut... On chante: le mercredi 13 décembre au Café des Arts | Chorale solidaire ouvert à tous public
- Teambuilding, Soirée de Noël : le jeudi 21 décembre à la Maisons des Associations d'Hérouville Saint-Clair | Moment de cohésion ouvert à tous nos collaborateurs.

