



## Bilan du Séjour à Mézières sur Couesnon Du lundi 10 au jeudi 13 juillet 2017

### Rappel du Projet D'origine :

En 2016, un groupe d'une dizaine d'adolescents sont venus nous solliciter pour monter une activité VTT. Ils souhaitent se retrouver tous ensemble et partir quelques jours, avec en point central l'idée de dormir « à l'arrache ». A l'issue de la mise en place d'un « Bivouac » de 2 jours en 2016, ces jeunes ont souhaité modifier le projet en y ajoutant des activités de plein air.

### OBJECTIFS :

#### Découvrir « l'itinérance » :

L'idée de « l'itinérance » sort de fait les jeunes de leur cadre familial.

L'activité vélo (VTT) permettra aux jeunes de s'initier à différents points qui la constitue :

- Orientation : gestion des itinéraires, lecture sur carte, utilisation du GPS (via smartphone), repérage dans l'espace
- Matériel : responsabilisation à l'entretien de son VTT, si besoin participation aux réparations, compréhension du fonctionnement de la machine
- Piloter : apprendre à gérer ses efforts, optimiser ses positions sur le vélo
- Sensibilisation à une pratique citoyenne : au travers du respect du code de la route et à une sensibilisation sur l'utilisation durable des pistes empruntées.

#### La vie collective :

La vie collective imposera au groupe un certain nombre de tâches auxquelles les jeunes ne sont pas forcément initiés. Les encadrants veilleront à la bonne répartition des tâches de la vie quotidienne inhérentes à la vie du groupe.

Le séjour sera donc un moment propice à l'expérimentation et à l'apprentissage de tâches telles que :

- Montage / démontage du campement
- Gestion du temps : au travers du respect du planning imposé au groupe
- Gestion de ses propres affaires

#### Les activités de plein air :

- Permettre à ces jeunes de tester ses limites
- Découvrir de nouvelles activités
- Apprendre à se maîtriser

### MISE EN ŒUVRE :

Nous les avons rencontrés afin de rassembler les idées et d'arriver sur un projet faisant l'unanimité. Ainsi, nous partirons de Fougères en VTT pour rejoindre Mézières sur Couesnon, où nous y installerons notre « camp » pour 3 nuits.

Un animateur devra assurer le transfert du matériel (camping, vêtements de rechange, affaires de toilette...) entre Fougères et Mézières sur Couesnon (Aller le lundi et retour le jeudi).

### APE2A

Siège Social : 88, rue de la Forêt  
35 300 FOUGERES  
Tel : 02 99 99 18 66

LE VALDOCCO  
43 RUE PASTEUR  
35300 FOUGÈRES

02.99.99.96.25  
valdoccoassociation@gmail.com  
www.le-valdocco.jimdo.com



### BILAN :

Au final, ce sont 6 jeunes garçons qui ont participé à ce bivouac, dont 4 présents l'année dernière. 3 jeunes se sont désistés au dernier moment ; l'un ne pouvant plus venir pour des raisons familiales, les deux autres décident de ne pas participer (effet de groupe).

### Le déplacement entre Fougères et Mézières sur Couesnon :

Le déroulement des quatre jours s'est passé comme nous l'avions envisagé.

Nous avons proposé un « rallye » pour le déplacement vers Mézières sur Couesnon. Un groupe de 3 jeunes encadrés par Anthony (APE2A) et l'autre groupe de 3 jeunes sous la responsabilité de Willy (Valdocco). L'idée de ce rallye était de permettre aux jeunes de se diriger grâce à la carte IGN. Les jeunes devaient se concerter à chaque intersection pour choisir la direction à prendre. Cela permettait aux jeunes de prendre le temps d'observer la nature, l'environnement (arbres, poteaux, abris bus, maisons...) en comparaison avec les indications de la carte IGN. Le même parcours pour les 2 groupes permettait de se voir et d'échanger régulièrement sur le chemin. Le retour le jeudi s'est fait en utilisant leurs téléphones :

Nous avons proposé de retrouver des lieux dits à partir de coordonnées GPS. Ils saisissaient des coordonnées sur leur téléphone et cela leur permettait de visualiser l'endroit où ils devaient se rendre. Arrivée à ce lieu-dit, saisir à nouveau les coordonnées suivantes et donc s'y rendre. Toutes ces coordonnées permettaient de retourner à Fougères. Pour des raisons de manque de réseau, nous avons fait le choix de saisir toutes les coordonnées avant de partir de la Base de Mézières car nous avons du réseau ce qui n'était le cas partout sur notre parcours.



### APE2A

Siège Social : 88, rue de la Forêt  
35 300 FOUGERES  
Tel : 02 99 99 18 66

LE VALDOCCO  
43 RUE PASTEUR  
35300 FOUGÈRES

02.99.99.96.25  
valdoccoassociation@gmail.com  
www.le-valdocco.jimdo.com



### Les activités de plein air :

#### - Escalade :

Une activité souhaitée par certains et source d'inquiétudes pour d'autres. L'encadrement par l'animatrice a permis à tous de se surpasser.

Cette activité avait pour objectif de permettre aux jeunes de prendre confiance en eux grâce au développement et à la maîtrise de leurs émotions. L'escalade permet également d'acquérir dans ses relations avec les autres des notions et valeurs partagées telles que le respect des différences et l'esprit d'entraide, la confiance en l'autre.



#### - Kayak :

La balade sur la rivière le Couesnon a été un moment de découverte d'un environnement inhabituel sur un « engin » instable. Les jeunes ont dû développer des connaissances précises sur l'activité : (première approche des manœuvres d'équilibre, apprentissage du maniement de la pagaie et positionnement dans le bateau...).

La pratique du Kayak reste une activité assez physique. Les jeunes ont dû faire preuve de volonté, ont dû également apprendre à se contrôler, mais aussi apprendre à être tolérant envers le coéquipier qui n'avait pas les mêmes capacités de coordinations.



### **APE2A**

Siège Social : 88, rue de la Forêt  
35 300 FOUGERES  
Tel : 02 99 99 18 66

LE VALDOCCO  
43 RUE PASTEUR  
35300 FOUGÈRES

02.99.99.96.25  
valdoccoassociation@gmail.com  
www.le-valdocco.jimdo.com



#### - Tir à l'arc :

Cette activité permettait de favoriser la concentration et la maîtrise de soi (résistance au stress). La performance ne pouvait venir que d'un respect très strict des consignes concernant la posture, la tenue de l'arc, le placement de la visée.



#### - Randonnée pédestre :

A la demande du groupe, nous avons pu faire une rando dans la vallée du Couesnon.



Pause gouter

Ces balades permettent de prendre le temps de discuter à deux, mieux se connaître, mieux connaître les autres. Ces jeunes n'ont pas obligatoirement l'habitude de marcher pour le plaisir. Vivre au rythme de la marche n'est pas habituel chez ces jeunes. Prendre le temps de s'asseoir sur le bord du chemin pour prendre un gouter, boire de l'eau, observer le paysage, la nature est une découverte pour ces jeunes. Au final, c'est une activité qui a été appréciée.

#### **APE2A**

Siège Social : 88, rue de la Forêt  
35 300 FOUGERES  
Tel : 02 99 99 18 66

LE VALDOCCO  
43 RUE PASTEUR  
35300 FOUGÈRES

02.99.99.96.25  
valdoccoassociation@gmail.com  
www.le-valdocco\_jimdo.com



Des temps partagés :



Jouer ensemble, partager les repas s'investir dans la réalisation de celui-ci est pour certains une vraie découverte et un changement par rapport à ce qui se passe en général chez eux.

#### Participation et responsabilisation :

Nous avons essayé de faire participer et de responsabiliser le plus souvent possible tous ces jeunes dans ce séjour. On peut donc le voir dans toutes les actions que nous avons développé pendant ce séjour. De la conception du séjour à la mise en œuvre. Lors des déplacements à vélo, pendant les activités ou encore lors de la préparation des repas.



Sans le soutien logistique d'un de nos collègues pour le transport du matériel (tentes, sacs des jeunes, duvets, provisions... ce type de séjour n'est pas simple à organiser.

Au final, les jeunes ont apprécié ce « dépaysement » à 20 kilomètres de Fougères. Nous avons répondu à leur demande : du camping sans les parents, partir en vacances entre copain, un moment hors de Fougères, des activités à « sensation ».

Ils ont appris à lire une carte IGN, à se repérer à partir de leur téléphone, à monter une tente, découverte de nouveaux aliments, à vivre en groupe, se dépasser, croire dans leurs capacités, ...

C'est pour eux une nouvelle étape vers l'autonomie.

#### APE2A

Siège Social : 88, rue de la Forêt  
35 300 FOUGERES  
Tel : 02 99 99 18 66

LE VALDOCCO  
43 RUE PASTEUR  
35300 FOUGÈRES

02.99.99.96.25  
valdoccoassociation@gmail.com  
www.le-valdocco.jimdo.com