



Bilan

Séjour Majeurs à Mézières sur Couesnon Du lundi 29 et mardi 30 avril 2019

RAPPEL DU PROJET

ORIGINE DU PROJET :

Les éducateurs de l'APE2A ainsi que les animateurs du Valdocco ont constaté que certains majeurs du territoire n'étaient pas ou plus en capacité de « sortir », de s'autoriser à faire des loisirs par manque de moyens financiers, de manque de volonté, manque de confiance en eux.... Nous ciblons donc des jeunes que nous connaissons, pour certains, depuis quelques années.

OBJECTIFS :

Découvrir « les activités de plein air » :

Pour eux, l'activité physique est souvent prise comme une contrainte, donc par ce projet, nous souhaitons leur permettre d'appréhender ces activités comme une source de plaisir. L'activité permettra aux jeunes de s'initier à différents points qui la constitue :

- Repérage dans l'espace.
- Matériel : responsabilisation, gestion de leur trousseau, du matériel de la Base mis à disposition individuellement ou collectivement....
- Sensibilisation à une pratique citoyenne : au travers du respect de la nature et à une sensibilisation sur l'utilisation durable des pistes, chemins... empruntées.
- Gestion de son physique (rythme de la marche, temps de pause, sommeil...)
- Gestion de son alimentation, de son hydratation
- Prendre au reprendre confiance en soi.
- S'autoriser à avoir des loisirs, des vacances

MISE EN ŒUVRE :

Nous les avons rencontrés chaque jeune individuellement afin de leur présenter le séjour. Nous partirons de Fougères en minibus pour rejoindre la Base de Mézière sur Couesnon. Ils devront prévoir un pique-nique pour le lundi midi.

1^{ère} journée sur la Base : activité escalade de 14h à 16h.

2^{ème} journée sur la Base : activité Vtt de 10h à 12h.

Il sera possible de faire d'autres activités lors de ces deux journées en fonction du groupe (balade, sport sur le city stade, molky...)

Retour le mardi en fin d'après-midi en minibus.

Il leur sera nécessaire d'avoir des vêtements de rechange, affaires de toilette, un duvet, des vêtements adaptés pour le sport (VTT et Escalade).

EVALUATION

- Est-ce que les jeunes ont pris du plaisir pendant ce projet ?
- Quelle participation des jeunes aux différentes étapes du projet ?

APE2A

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



LE VALDOCCO
43 RUE PASTEUR
35300 FOUGERES
02.99.99.96.25
valdoccoassociation@gmail.com
www.ile-valdocco.jimdo.com



- Quels changements chez les jeunes à l'issue du projet ?
- Quels sont les apprentissages à l'issue du projet ?
- Perspectives du groupe ?

Les avantages :

Cette pratique favorise la rencontre, l'échange, un rapport au temps, une gestion de l'effort de chacun, la solidarité, apprendre à se connaître (psychologiquement, physiquement...). Cela devrait leur permettre de reprendre confiance en eux car les éducateurs sportifs de la Base de Mézière sur Couesnon adaptent les difficultés des activités en fonctions des capacités du groupe.

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 :

- Gestion du temps : au travers du respect du planning imposé au groupe
- Gestion de ses propres affaires

La participation des jeunes est un élément incontournable du projet. C'est pourquoi, nous faisons en sorte de toujours impliquer les jeunes dans toutes les étapes.

Bilan du séjour :

Petit rappel sur les constats : ils étaient justes puisque nous avons eu beaucoup de difficultés à les mobiliser. A chaque fois que nous avons sollicité un jeune, sa réponse était positive et spontanée. Par contre après « réflexion » de leur part, ils n'étaient plus en capacité de participer à ce séjour. Voici quelques exemples de prétextes qui ne leur permettaient pas de venir :

« j'ai un rendez-vous chez le dentiste »,

« j'ai de gros souci de santé »

« en fait, je ne vais pas pouvoir venir car je dois chercher du boulot »

« je n'ai pas tous les papiers, j'ai mal au dos, ... »

Pour une autre qui n'était pas au rendez-vous fixé : nous allons la chercher au FJT (Posabitat). Elle n'est pas dans sa chambre, personne ne sait où elle est. Après plusieurs appels téléphoniques de notre part, elle répond et précise qu'elle est à l'hôpital avec sa mère qui ne va pas bien. Donc, elle est obligée de s'en occuper.

Pour un autre, lui aussi aurait été hospitalisé.

Ils ont sans doute envie de faire une « pause », sortir de la routine, de penser à autre chose, mais la pression, le regard des autres, les injonctions du « système » : « trouve du boulot » font qu'ils ne s'autorisent pas à cela.

APE2A

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





Au final, ce sont 4 jeunes garçons qui ont participé à ce séjour, nous en avons sollicité beaucoup plus (6 par l'Apeza et 5 par le Valdocco). Nous avons dû aller en chercher un à Fougères le lundi après-midi après son rendez-vous chez le dentiste, sans quoi, il n'aurait pas pu participer à cette action. Nous avons sollicité 10 jeunes au total.

Nous nous sommes rendu compte que pour ces jeunes les activités sportives ne sont pas « naturelles ». Ils n'ont pas les tenues adaptées pour cette pratique. Un d'entre eux n'a pas voulu mettre un jogging à la place de son jean's pour faire la séance de VTT. Il est parfois difficile pour eux de gérer son physique sur la durée (quelques chutes en fin de séances de VTT dues sans doute à la fatigue).

Nous avons demandé à ce qu'ils amènent un pique-nique pour le lundi midi. Un seul en avait un sur les 4.

Nous n'avons pas eu de situation où ils n'étaient pas respectueux de la nature, de l'environnement, des locaux ou des personnes. Même en comparaison avec un autre groupe présent en même temps que nous dans la Base de Mézières sur Couesnon, notre groupe à respecter les règles imposées par la Base (ex. : pas de chaussures dans les chambres...).

Même si nous n'avons pas fixé d'heure de couché, certains ont plus de difficultés à s'endormir. Ils se réveillent plusieurs fois dans la nuit. Ils se lèvent tôt (7h).

Aucun d'entre eux n'a critiqué les repas proposés pendant ce séjour. Nous avons ajouté un gouter qui a été apprécié pour 3 d'entre eux. Le 4^{ème} a choisi de « faire un tour » pendant ce temps.

Le petit groupe (4 jeunes) a permis à un jeune de ne pas être trop « étouffé » par le groupe. Les chambres de deux, ont contribué à cela. Nous étions en semi-gestion sur la restauration : les repas étaient livrés par un prestataire extérieur, ce qui nous libérait de la préparation. Ce temps libéré nous permettait de passer du temps avec les jeunes (discussions individuelles et collectives, jeux collectifs...). Pour certains, la vaisselle, le ménage ne sont pas des tâches totalement assimilées. Il a fallu une présence et un accompagnement de notre part tout au long de ces deux jours pour que ces actions soient correctement réalisées (vaisselle à l'eau froide, nettoyage partiel du sol ou des tables, couverts et ustensiles de cuisine pas rangés ...).



APE2A

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



L'escalade, ou le VTT ne sont pas des activités pratiquées régulièrement par ces jeunes.

L'escalade :

L'escalade a ceci de particulier qu'elle implique d'évoluer dans un contexte qui n'est pas toujours habituel. La hauteur, par exemple, oblige le grimpeur à accepter une forme d'engagement, d'abandon. C'est une activité qui incite chaque jeune à avoir confiance en lui et dans l'autre (celui qui l'assure). Ce n'est pas facile pour eux quand régulièrement on leur dit « qu'ils ne font rien », « qu'ils doivent trouver un travail », « qu'ils n'ont pas de diplôme et donc ça va être difficile de trouver un boulot » ... Par ailleurs, les habiletés techniques qu'il faut développer sont fines. Il en résulte une gestuelle qui est bien souvent aléatoire. Pour escalader une paroi, une réflexion s'impose, il ne suffit pas de monter tout droit. Il y'a un « problème à résoudre » dans le sens où il faut analyser ce que l'on a face à soi pour trouver le meilleur chemin pour se hisser en haut. Ce sport développe la confiance en soi, le dépassement de soi et la persévérance. L'escalade permet aussi de ressentir des émotions et des sensations que nous pouvons facilement rattacher à la vie, d'un point de vue métaphorique, qui est faite d'objectifs, de passages difficiles, de succès et d'échecs.



Le Vtt :

Le VTT permet la confiance en soi à travers le dépassement objectif de la peur et de l'appréhension à l'approche d'une difficulté. Même s'ils avaient tous fait du Vélo, tous n'étaient pas à l'aise avec l'engin. L'équilibre n'est pas sûr pour certains, pour d'autres, l'utilisation des vitesses n'est pas acquise. La gestion de l'effort n'est pas simple pour ces jeunes, cela se voit en fin de séance quand des chutes surviennent. Cette sortie en forêt a permis d'être au grand air, de « se vider la tête », mais a procuré également du plaisir et laissé un grand sourire.

APE2A

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



Un moment « pour souffler » qui a été apprécié par ces 4 jeunes. Au final, un groupe de seulement 4 jeunes au lieu de 7 comme prévu initialement était adapté aux jeunes présents. Ce petit groupe a permis à au moins un des jeunes de reprendre des contacts avec d'autres jeunes. Il a pu aussi prendre du temps pour « s'isoler ». Pour tous, ces deux jours ont été des réussites :

- En vtt : Même s'ils ont dû descendre de vélo parfois, ils ont tous réussi à faire la séance jusqu'au bout.,
- En escalade : Même si le stress était présent, ils ont tous réussi à grimper, et à assurer l'autre en « toute » confiance.

La participation des jeunes a été présente tout au long de ce séjour tant dans la vie quotidienne que pendant les activités (ex : rangement, nettoyage du matériel...).

Pour un, il se disait en fin de séjour qu'il était capable d'avoir des contacts avec les autres, même s'il disait aussi qu'il n'avait plus les codes pour créer ces liens. L'éducateur est là aussi pour l'accompagner dans cette progression. Le séjour nous a ainsi permis de créer des espaces d'échanges afin d'aborder des sujets délicats. Nous avons pu remettre à plat certaines idées reçues, proposer des accompagnements vers des professionnels répondant aux besoins plus spécifiques.

Un de ces jeunes vient de débiter un service civique. Ce n'est pas le séjour qui a tout déclenché, mais nous pensons que cela lui a permis de se rassurer et de croire dans ses capacités.

Pour les 2 autres, leur situation respective n'a pas encore évolué.

Ce sont des jeunes qui viennent régulièrement au Valdocco et/ou qui sont accompagnés par les éducateurs de l'APE2A. Il est clair qu'en deux jours, nous ne pouvons pas régler des situations aussi complexes. Par conséquent, nous restons attentifs à leurs situations, à leurs besoins, à leurs évolutions. Nous continuons à leur proposer des actions leur permettant de se construire.

Vivre ensemble, sur ces deux jours, a permis au groupe de se rencontrer, d'échanger, d'apprendre à se connaître. Cette parenthèse était l'occasion de s'éloigner du quotidien, de souffler un peu.

APE2A

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