

PROJETS
ÉCHANGES
DÉVELOPPEMENT

Rapport d'Activité
2022
Projets Echanges et Développement



Membres du Conseil d'Administration

- Maurice YERLES, Président
- Pascal POINDRON, Trésorier
- Christine BON, Co-Secrétaire
- Christel GAL, Co-secrétaire
- Yves BERTHOU
- Christian MILLET
- Jean Paul LANCIGU
- Maryvonne LANCIGU
- Annyk COSSON

Équipe Salariée

- Yann LEVER : Coordinateur-animateur (à 60 % ETP)
- Solenn HEMART : Animatrice (50 % ETP)

Prestataires

- MJC Morlaix / Corinne BONNARDEL : Paye
- Espace associatif de Quimper /: Comptabilité



Le conseil d'administration et les salariés de l'association

Le projet associatif de P.E.D illustre nos valeurs

- Favoriser les temps de rencontre et de partage entre habitants
- Maintenir et renforcer le dynamisme local
- Développer des projets intergénérationnels
- Développer l'implication des bénévoles

Le projet social 2022 -2025

Pour être agréé « Espace de vie sociale », l'association doit, tous les 4 ans, valider un nouveau projet social. Le dernier agrément a été validé en novembre 2021 pour la période 2022-2025.

Axe 1 / Bien vivre ensemble sur son territoire

Soutenir les habitants à être acteurs et solidaires sur le territoire par l'organisation de points de rencontres et d'échanges.

Les objectifs

- 1/ Permettre les rencontres intergénérationnelles
- 2/ Échanger ses savoirs et ses compétences
- 3/ Découvrir et préserver son environnement
- 4/ Valoriser son patrimoine humain et naturel
- 5/ Vivre des expériences sociales sensibles

Point étape après un an de projet social 2022-2025 :

Après deux années compliquées liées à la crise sanitaire, l'année 2022 marque un retour des rencontres, des échanges, du lien social qui se retisse.

Cette crise a permis malgré tout une adaptation des pratiques avec notamment des balades - rencontres en extérieur. Ces temps mensuels qui rencontrent un vif succès valorisent le patrimoine naturel, l'environnement mais surtout les habitants qui façonnent le territoire.

La mise en place de temps festifs intergénérationnels comme les fêtes de printemps et d'automne (spectacles, concerts, restauration locale et bio, ...) les auberges espagnoles, les repas partagés, les scènes ouvertes, les cafés-trocs sont des moments qui rassemblent de plus en plus d'habitants.

Ces différents temps ont permis aux participants à ces activités de s'approprier leurs territoires, notamment pour les nouveaux habitants, nombreux à pousser pour la première fois la porte d'une association locale.

Axe 2/ D'un épanouissement individuel ... vers un engagement collectif

Proposer des moyens d'expressions pour accueillir les paroles, c'est permettre une ouverture à soi-même et aux autres, la découverte de soi et des autres, et des techniques variées pour créer collectivement.

Les objectifs

- 1/ Favoriser la rencontre et lutter contre l'isolement
- 2/ Permettre des temps d'expressions
- 3/ Permettre aux habitants d'être acteurs de leur territoire et de s'engager
- 4/ Se découvrir et découvrir l'autre à travers une activité partagée

Point étape après un an de projet social 2022-2025 :

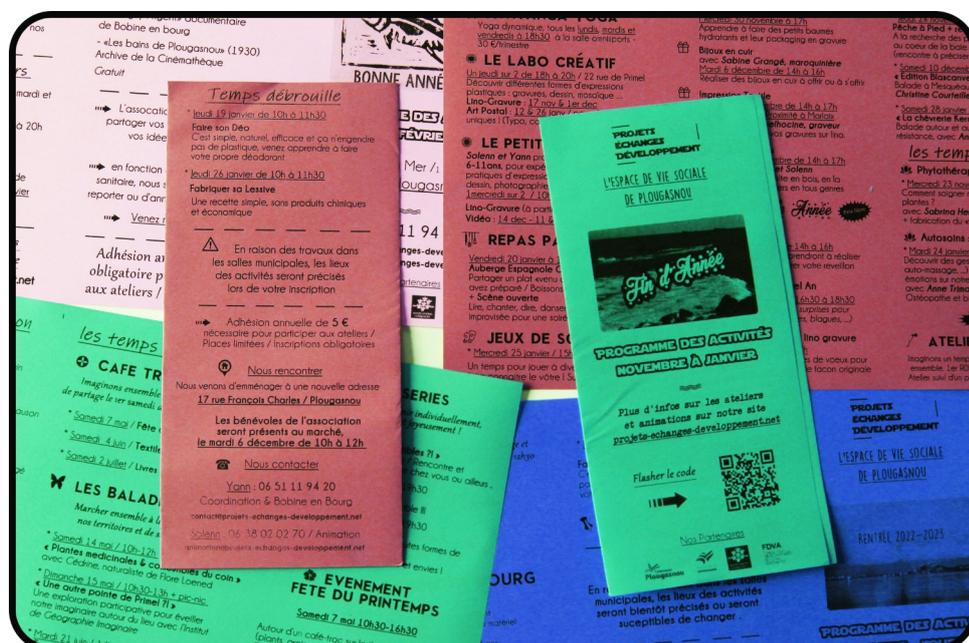
En 2022, en plus des activités régulières (yoga, musique irlandaise, lecture, photo, labo créatif), l'association a mis en place 75 activités ponctuelles autour de 4 thématiques principales (temps d'expression, temps de rencontre, temps débrouille & environnement, temps santé & bien-être).

La participation des personnes isolées aux activités de l'association sera un des défis de 2023 alors que de nombreux nouveaux habitants nous rejoignent régulièrement et que des activités audiovisuelles ont lieu à la résidence autonomie. L'arrivée de l'association dans des locaux au cœur du village devrait permettre de répondre à ce défi.

Depuis l'écriture du nouveau projet social en 2021, le Conseil d'administration s'approprie pleinement le projet politique de l'association. En 2022, le CA s'est renforcé avec 2 nouveaux membres.

Mais l'engagement bénévole est aussi palpable dans le soutien aux activités (animation, préparation, organisation d'évènements...). Le café-social-club (temps d'accueil « café-papote » tous les jeudis soirs de 17h à 19h géré par des bénévoles) est une des preuves de cet engagement collectif.

Pour 2023, cette forte implication bénévole va permettre de mettre en place des commissions de travail (temps-festifs, espace d'accueil, programmation, finance).



Axe 3 / Au cœur de la vie du territoire

Être au plus près des habitants pour mener des actions collectives, développer le partenariat local sur la commune et sur le pays de Morlaix

Les objectifs

- 1/ Encourager les initiatives individuelles et collectives
- 2/ Être en mouvement : « Aller vers »
- 3 / Soutenir les acteurs du territoire et agir ensemble

Point étape après un an de projet social 2022-2025 :

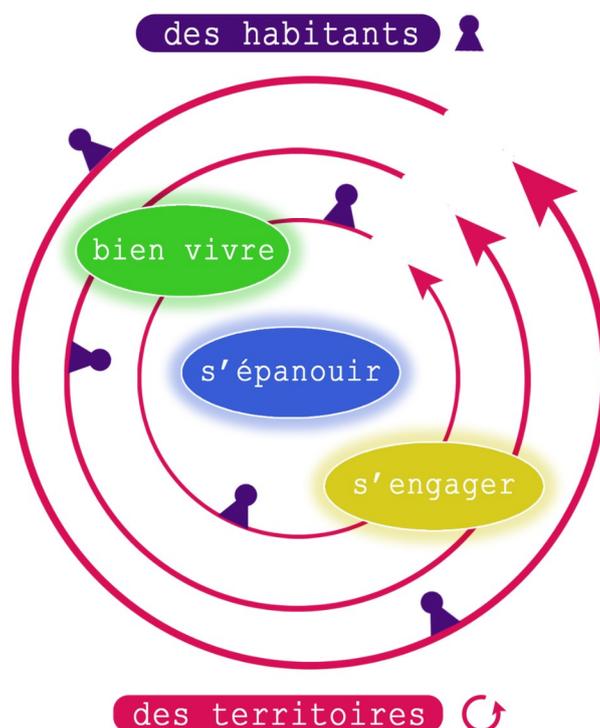
Avec l'arrivée d'une seconde salariée à l'été 2021, le soutien aux initiatives individuelles et collectives est beaucoup plus important.

L'association offre un cadre propice (local, communication, soutien salarié, ...) à la mise en place d'une activité par un habitant (yoga, musique, temps créatifs, ...).

De nombreux nouveaux partenariats ont vu le jour avec des associations locales (Centre Keravel, Les fourmis vagabondent, ...) et les anciens partenariats se poursuivent (Résidence autonomie, Ecole de Kérénot, Collège, Amis de l'Orgue, Association du Patrimoine, Comité de jumelage Plougasnou - Helston...).

En développant « l'Aller-vers », l'association a organisé des activités dans 17 lieux différents de la commune et 7 lieux différents des communes voisines.

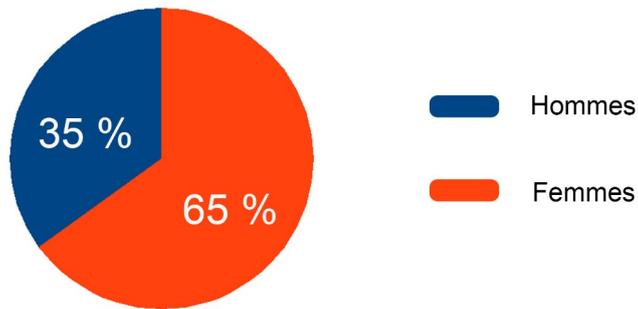
L'association poursuit son implication au sein du collectif territorial de l'animation sociale coordonnée par Morlaix Communauté et la CAF avec notamment un temps fort organisé en avril 2022 avec les élus locaux, élus associatifs et salariés de structures de l'animation sociale du territoire.



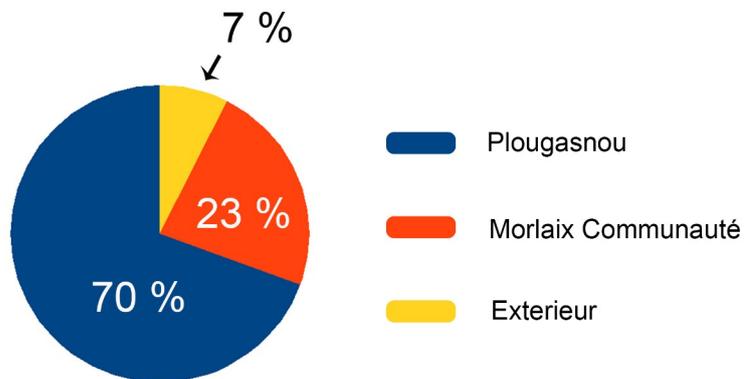
Les adhérents

Pour l'année 2022, l'association compte **216 adhérents**

Répartition des adhérents par sexe

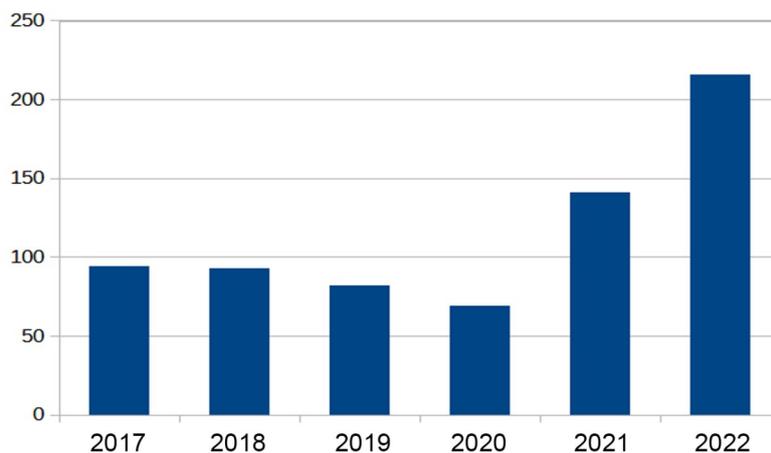


Répartition géographique des adhérents



Le nombre d'adhérents a fortement augmenté cette année + 35 %

Evolution des adhésions



Plusieurs actions de l'association ne nécessitent pas d'adhésion pour :

- Les projets audiovisuels de Bobine en Bourg
- Les diffusions de films
- Les temps de rencontres ouverts (Cafés-trocs, fêtes de printemps et d'automne, auberges espagnoles thématiques, ...)

En 2022, ce sont plus de 300 personnes qui ont participé à ces actions de l'association sans être adhérents.

Au total sur 2022, plus de 500 personnes ont bénéficié des actions de l'association.



Les temps clés de l'année 2022

- **15 janvier** : Signature du contrat de Solenn Hémart en CDI
- **4 mars** : Conseil d'administration
- **25 avril** : Conseil d'administration
- **30 avril** : Journée de l'Animation Sociale avec les partenaires du territoire
- **7 mai** : Fête du Printemps
- **8 juin** : Assemblée Générale
- **26 juin** : Déménagement de la Maison de la Mer
- **4 juillet** : Conseil d'administration
- **30 août** : Conseil d'administration
- **10 septembre** : Forum des associations de Plougasnou
- **22 octobre** : Fête de l'automne
- **9 novembre** : Conseil d'administration
- **15 novembre** : Aménagement au 17 rue François Charles

INVITATION

SAMEDI | **9H30 > 17H**
30.04.22 | Parc des expositions
Langolvas
À MORLAIX 

➤ Cliquez sur l'invitation pour vous inscrire à la journée et au déjeuner.

Les centres sociaux, les Espaces d'animation de la Vie Sociale (EVS) et la Maison des Jeunes et de la Culture (MJC), en partenariat avec Morlaix Communauté, la CAF 29 et le conseil départemental du Finistère vous invitent à une journée

ANIMATION DE LA VIE SOCIALE
avec la Fédération des centres sociaux.

┆ 9h30 Accueil - Ouverture de la journée - Jean-Paul Vermot, maire de Morlaix et président de Morlaix Communauté
┆ 10h15 Le territoire : présentation des projets sociaux
┆ 12h15 Apéritif déjeunatoire
┆ 14h Ateliers thématiques suivis d'un temps collectif

MORLAIX COMMUNAUTÉ
SERVICE COHÉSION SOCIALE
02 98 15 31 51
cohesion.sociale@agglo.morlaix.fr
Morlaix Communauté
Morlaix Attractivité


MORLAIX
communauté
DES MONTAGNES



Les activités

Les ateliers réguliers

🔹 Yoga Ashtanga

Lundi, mardi et vendredi soir à 18h30 avec Pascal à la salle omnisports
32 participants



🔹 Musique celtique

Tous les lundis à 20h à la Maison des associations animé par Yves
14 participants



🔹 Soutien informatique

un mardi sur deux à 14h de janvier à juin 2022 avec Yann
9 participants

🔹 Lecture

3eme jeudi du mois de 17h à 18h avec Gwenn de la bibliothèque de Plougasnou.
10 participants

◆ Atelier photo

avec Gérard Hervet une fois par mois

7 participants



◆ Le Labo créatif

Un jeudi sur 2 de 18h à 20h. Découvrir différentes formes d'expressions plastiques : gravures, dessin, mosaïque....

Depuis septembre 2022

entre 8 et 14 participants selon les propositions.

◆ Le petit Labo créatif

Un temps organisé en partenariat avec le centre de loisir Keravel de Plougasnou.

Un mercredi sur 2 de 10h à 12h

Solenn et Yann proposent un temps, pour les 6 -11ans, pour expérimenter ensemble plusieurs pratiques d'expression visuelles : dessin, photographie, vidéo, collage, gravure ...

Depuis septembre 2022

entre 4 à 12 participants selon les propositions.

Exemple d'ateliers proposés :

Carte de vœux « art épistolaire », Dessin « croquis », Lino-gravure, photographie, vidéo, écriture ect ...



Les activités intermittentes

Expression

“...d'un épanouissement individuel au collectif”

◆ Mosaïque / Pixel-Art

10-11 février 14h-17h

Venez découvrir la mosaïque classique ou le pixel-art avec Solenn et Yann

6 participants



◆ Travailler le cuir

Jeudi 24 février 18h-20h

Créer un porte-monnaie en cuir avec Sabine Grangé, maroquinière

8 participants

◆ Écriture hip-hop

4séances : samedi 5 et 19 mars de 14-16h / 2 et 30 avril

S'essayer au hip-hop de l'écriture au chant avec Romain

5 participants



◆ Attrape-rêve

Mercredi 23 mars 14h-17h

Faire un attrape-rêve avec des éléments glaner dans la nature avec Solenn

7 participants

◆ Peindre l'eau»

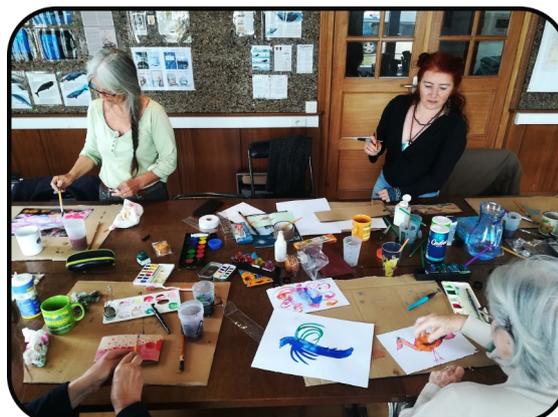
Vendredi 15 avril 14h-17h / avec

Cécile Carcauson

S'inspirer de l'élément eau

et s'essayer à l'aquarelle

6 participants



◆ **Maroquinerie**

Jeudi 28 avril 17h30-19h30 / avec Sabine Grangé

Créer un porte-monnaie en cuir

8 participants

◆ **Carnet de voyage**

Jeudi 16 & 30 juin / 14h-17h

Réaliser un carnet de voyage avec différents supports d'expression : croquis, lavis, dessin ...

8 participants

◆ **Lino Gravure**

Mercredi 29 juin / 14h-17h

Pour approcher une technique de gravure et réaliser ses propres cartes postales

5 participants



◆ **Yoga & écriture**

Vendredi 24 juin / 14h-17h

Un temps pour soi, entrer dans cette saison par l'écriture et le yoga guidé par Hélène et Anael des Fourmis Vagabondes

10 participants

◆ **Stage flûte**

Samedi 3 septembre / 9h-17h

Stage de Flûte avec la musicienne Anne Girard

7 participants

◆ **Sculpture sur Citrouille**

Lundi 31 octobre de 10h à 11h30

Creuser sa citrouille pour illuminer le village avec Solenn

10 participants (5 enfants et leurs parents ou grands-parents)



◆ **Baume réparateur + packaging**

Mercredi 30 novembre à 17h

avec Sabrina Herrou et Solenn, apprendre à faire des petits baumes hydratants et leur packaging en gravure

7 participants

◆ **Atelier "voix"**

1er RDV : Samedi 3 décembre (15h-17h)

Un temps mensuel pour le plaisir de chanter ensemble avec Michel, Gaëlle, Julia & Solenn

15 participants

◆ **Bijoux en cuir**

Mardi 6 décembre de 14h à 16h

avec Sabine Grangé, maroquinère, réaliser des bijoux en cuir à offrir ou à s'offrir

8 participants



◆ **Impression Textile**

Mercredi 7 décembre de 14h à 17h

à la fabrique de Proximité à Morlaix Avec Gaëlle Benelhocine, graveure

Imprimer sur textile vos gravures sur lino.

7 participants

◆ **Pliage-Déco**

Vendredi 30 décembre de 14h à 16h

Jetmira et Arthur nous apprennent à réaliser de jolis pliages pour décorer votre réveillon

5 participants

Rencontre

◆ Les Café troc

Imaginons ensemble un temps d'échange et de partage tous les 1^{ers} samedis du mois de 10h30 à 13h

- * Vendredi 4 février / 17h-20h : Jeux de société
- * Samedi 5 mars / Thème libre
- * Samedi 2 avril / Thème libre
- * Samedi 7 mai / Fête du Printemps
- * Samedi 4 juin / Textile & Vide-Dressing
- * Samedi 2 juillet / Livres et accessoires vacances
- * Samedi 1^{er} octobre : Produits de saison
- * Samedi 5 novembre : Cuisine : livres et accessoires
- * Samedi 3 décembre : Troc de Noël



◆ Les Balades

“...   la découverte de son territoire et de ses habitants...”

- * Samedi 15 janvier de 14h à 17h

Balade en campagne et rencontre avec **Kirsi, traductrice finlandaise en BD**, « passeuse de cultures » à Plougasnou

12 participants

* Mercredi 9 février de 14h à 17h

Balade entre Terre et Mer, et rencontre avec **Barbara et Léo dans leur ferme du Troglo à Plouezoc'h**

19 participants

* Samedi 14 mai / 10h-12h

« **Plantes médicinales & comestibles du coin** » avec **Cédrine, naturaliste de Flore Loened**

11 participants

* Dimanche 15 mai / 10h30-13h + pique-nique

Une autre pointe de Primel ?

Une exploration participative pour éveiller notre imaginaire autour du lieu avec **Elsa & Martin de l'Institut de Géographie Imaginaire** suivi d'un pique-nique.

10 participants

* Samedi 24 septembre / 14h30 à Garlan

Visite du grand "**Verger conservatoire**" et de la **cidrerie "Ar Marc'h Glaz" de Patrick Tallec**

Découvrir le lieu, ses arbres et échanger ensemble autour d'une petite dégustation.

21 participants



* Samedi 15 octobre / 14h00 à Saint-Jean du Doigt

« **Ferme de Kerdano** »

Balade à la Vallée des Moulins et visite de la ferme maraîchère de **Romain Gléran**

12 participants



◆ Les causeries

Construire notre avenir individuellement, collectivement et joyeusement !

* Samedi 21 mai / 17h-19h

« **Des jardins-forêts comestibles ?!** »

avec l'association Meristèmes / Rencontre et échange pour oser ce modèle chez vous ou ailleurs ...

9 participants

◆ Les fêtes

Fête du Printemps / Samedi 7 mai 10h30-16h30

* café-troc

* une restauration sur place le midi

* Spectacles

- Promenade sonore « La tournée minuscule »
- Un solo de clown et poésie : « îL »
- Musique celtique
- Scène ouverte

➤ **105 participants**



Fête de l'Automne / Samedi 22 octobre / 11h00-17h00

* Atelier de sculpture de citrouille

* Stand de cucurbitacées en tout genre avec Danielle et Robert Morvan

*Vide dressing

*Petite restauration cuisinée à partir des légumes de saison de la « Ferme du Champ Perché »,

*Goûter automnal par les habitants : gâteaux, tartes, clafoutis de pommes, potimarrons, chocolat, rhubarbe ...

*Spectacles, avec des artistes locaux :

- **Michel Gustavino** : conférence du Professeur Molovitch (clown)
- « **Sur le toit du monde** » par Lætitia et Dorian (concert conté)
- **L'atelier de musique irlandaise de l'association**

➤ **95 participants**



◆ **Atelier Cuisine**

29 septembre à 10h

Cuisiner le « Ndolé » un plat du Cameroun avec Sylvie

30 septembre 20h : repas partagé : **30 parts**



Débrouille

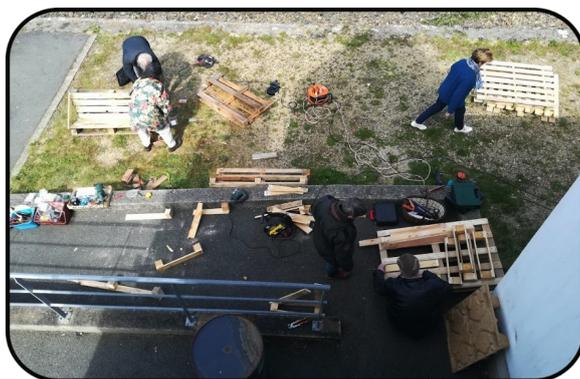
“se réappropriier et échanger nos savoirs...”

◆ Atelier palette

Jeudi 28 avril

Avec Marie-Josée, fabriquer du mobilier extérieur pour l'espace extérieur de l'association

6 participants



◆ 2 temps autour du « zéro déchet » avec l'association « En vrac à l'Ouest »

* Faire son déo et sa lessive

Mardi 26 avril / 10h-12h avec Virginie

9 participants



* Visite d'un jardin naturel

Samedi 21 mai / 14h-16h chez Yannick et

Marie-Christine : bouturage, paillage,
compostage

12 participants

◆ Faire son Déo

Jeudi 13 Octobre de 10h à 11h30

C'est simple, naturel, efficace et ça n'engendre pas de plastique

3 participants

Santé / bien-être

« *Prendre soin de soi* »

◆ **Auto-massage**

Jeudi 20 janvier 14h-16h

Anne Trimardeau, Kiné-Osthéopathe et biokinergiste propose quelques astuces posturales, de respiration et d'auto-massage

10 participants

◆ **Auto massage**

Jeudi 5 mai / 14h-16h

Anne Trimardeau, kiné-osthéopathe et biokinergiste, propose quelques astuces posturales de respiration et d'auto-massage

12 participants

◆ **Phytothérapie**

Mercredi 23 novembre de 18h à 20h

Comment soigner nos maux d'hiver par les plantes ?

avec Sabrina Herrou du Kabaret des simples + fabrication du «vinaigre des 4 voleurs».

6 participants



Petite enfance /Eveil musical

* Jeudi 20 janvier et 24 mars 10-11h

2 ateliers pour **s'amuser avec les sons et les rythmes**. Avec Camille Hattiger

3 bébés + parents participants

* Mercredi 16 février

2 temps avec Vanessa Mevel

- 10h-10h45 pour les 0-1 ans « **Chante bébé !** »

- 11h-11h45 pour les 1-4ans

participants : 5 bébés et 5 parents

* Mercredi 13 avril / 10h-11h / 1 à 3 ans

« Ici, ce sont les enfants qui deviennent musiciens et explorateurs de sons » avec Camille Hattiger

4 bébés + parents/ participants

Bobine En Bourg

« *Créer ensemble des films et des podcasts pour valoriser les habitants et le territoire* »



- ◆ Podcast-Radio au collège de Plougasnou sur les jeux vidéos
- ◆ Vidéo sur le projet d'Aires Marines Educatives avec l'école de Kérénot
- ◆ A partir d'octobre 2022 : podcast « mes années collège », avec les habitants de Plougasnou,



Cinéma / diffusion

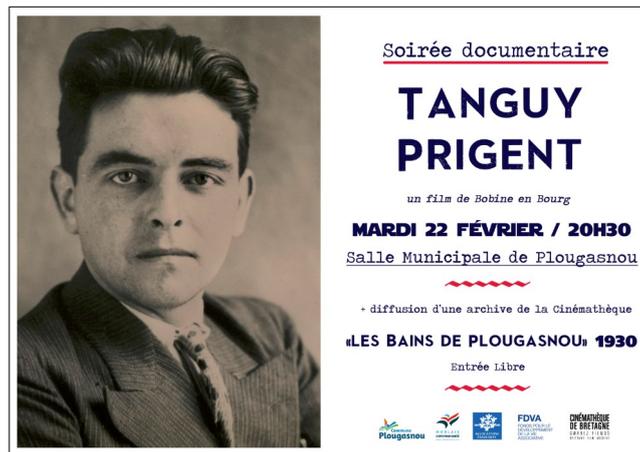
« Voir ensemble des petits et grands films »

◆ Soirée documentaire

22 février / 20h30 à la salle municipale de Plougasnou :

- « Tanguy Prigent » documentaire de Bobine en bourg
- « Les bains de Plougasnou » (1930) Archive de la Cinémathèque

65 spectateurs



◆ Ciné Plein air

documentaire « Au Bourg » de Robert Gessain

4 mai / 21h30 diffusion plein air précédé d'un repas Auberge espagnole

30 spectateurs

◆ Soirée Bobine en Bourg

3 films : Tanguy Prigent avec le collège de Plougasnou/ Musika avec la Résidence Autonomie / Aire Marine éducative avec l'école de Kérénot

Jeudi 13 octobre / 20h30 / Chez Loïc / Kermouster

19 spectateurs

◆ Documentaire / « La belle vie » de Marion Gervais

26 octobre à 18h au collège

5 spectateurs

◆ Dessin animé spécial Halloween : « Coco »

Mercredi 2 novembre à 17h précédé d'un goûter d'Halloween.

24 spectateurs

◆ Soirée documentaire / « Le sel de la terre » de Wim Wenders.

20 décembre à 20h30 à la salle Kasino de St-Jean

27 spectateurs

Les activités annulées

Certaines activités au cours de l'année ont dû être annulées en raison d'un manque d'inscriptions, de mauvaises conditions météo ou d'un empêchement d'un intervenant ou d'un salarié :
Herbier-cyanotype, Crackers de Nouvel An, Boîtes costumées, Balade Edition Blascaivel à Mesquéau, Les causeries « Echanges de savoirs », Réparer le cuir, Atelier " Bee-wraps", Atelier d'écriture, Atelier d'écriture "A nos morts", Consommation d'Eau et compostage

Les intervenants

◆ Bénévoles

Tout au long de l'année en plus de l'engagement politique des **9 membres du Conseil d'administration** pour faire vivre l'Espace de vie sociale, **26 personnes se sont engagées** dans les différentes activités de l'association, pour un total de plus de **1200 heures de bénévolat**.

- * Yves Berthou / Musique celtique
- * Pascal Poindron / Yoga
- * Gwen Gourvil / club lecture
- * Romain Lambert / hip hop
- * Kirsi Kinnunen / herbier - Cyanotype
- * Michel Gustavino, Gaëlle Poirier, Julia Ramon / atelier voix
- * Jetmira Preza et Arthur Preza / pliage-déco
- * Elsa Amsallen & Martin Mongin / Institut de Géographie Imaginaire
- * Pour les fêtes :
 - Cuisine: Esperanza Barbet, Jetmira Preza, Edith Camus, Martine Flexner et Camille
 - Vide dressing : Maryvonne Lancigu, Marie-Alice Thévenet, Sylvie Ribon, Annyk Cosson, Marie-Josée Yvinec
 - Buvette : Jean-Paul Lancigu



◆ Prestataires

- * **Sabine Grangé**, maroquinerie
- * **Cécile Carcauson** / aquarelle
- * **Anaël Guyomarc'h et Hélène Clairet Boucher des Fourmis Vagabondent** / Yoga & écriture
- * **Gaëlle Benelhocine** / gravure
- * **Cédrine Merat**, naturaliste de Flore Loened
- * **Gérard Hervet** / Club Photo
- * **Anne Trimardeau** / Auto-massage
- * **Sabrina Herrou du Kabaret des simples** / Phytothérapie
- * **Camille Hattiger** / Éveil musical
- * **Anne Girard** / Stage flûte
- * **Elsa Amsallen de l'Atelier des Possibles** / Balade sonore
- * **Vanessa Mevel** / Éveil musical



Perspectives 2023

Les atouts

- ◆ Un accroissement régulier du nombre d'adhérents
- ◆ Une forte implication bénévole
- ◆ Un local plus adapté et central depuis novembre 2022
- ◆ Développement des fêtes (printemps & Automne)

Les freins

- ◆ Incertitude sur la pérennité des locaux
- ◆ Besoin de nouvelles ressources financières (subvention, appel à projets ...) pour maintenir l'activité dans les années à venir

Les défis

- ◆ Réussir à toucher plus de personnes isolées
- ◆ Développer des commissions (temps-festifs, espace d'accueil, programmation, finance)
- ◆ Lancement des sorties-familiales
- ◆ Poursuivre la co-construction des activités avec des habitants
- ◆ Lancement du café social-club tous les jeudis de 17h à 19h tenu par des habitants

« De beaux projets en perspective pour une animation de la vie du village, en phase avec les aspirations et les attentes des habitantes et habitants de tous les âges, dans l'harmonie collective et la solidarité »

