



Bilan du Séjour à Mézières sur Couesnon Du lundi 08 au vendredi 12 avril 2019

L'origine du projet :

Suite à l'appel d'offre du Département via l'Agence Départementale de Fougères, nous avons proposé un séjour sportif à 7 jeunes de nos structures respectives (Apeza/Valdocco).

Les jeunes ciblés étaient ceux qui ne partent pas ou peu en vacances, dont les moyens financiers sont limités.

OBJECTIFS :

Rappel des objectifs du séjour :

- Permettre aux jeunes de sortir de leur quartier.
- Les inciter à "bouger, à découvrir".
- Travailler sur l'estime et la confiance en soi.
- Initier les départs en vacances.

La vie collective :



En dehors des activités de plein air qui se déroulaient de 10h à 12h et de 14h à 16h30, nous proposons des activités autour des jeux de société ou activités collectives (molky...)

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.le-valdocco.jimdo.com





La vie quotidienne nous a permis d'évaluer leurs difficultés ou leur « ignorance » en termes de vaisselle, ménage....

MISE EN ŒUVRE :

Nous avons pu proposer ce séjour grâce à l'aide financière du Département. Celle-ci comprenait le coût des activités de plein air, de l'hébergement et des repas pour les 5 jours de ce séjour. Cette action s'est donc déroulée à la Base de Mézières sur Couesnon, partenaire du Département, du lundi 8 au vendredi 12 avril 2019.

Nous avons constitué un groupe mixte, 3 jeunes suivis par les éducateurs de l'Ape2a et 4 inscrits au Valdocco. L'encadrement était lui aussi assuré par les deux structures : un éducateur et un animateur permanents de ces deux associations. Cela permet la continuité dans l'accompagnement des jeunes, ainsi qu'une complémentarité dans la mise en œuvre du séjour.

Nous proposons ce type de séjour à des jeunes « ciblés ».

Pour le Valdocco :

- Des jeunes qui partent peu ou même jamais en vacances,
- Des jeunes issus de familles avec peu de moyens financiers,
- Des jeunes qui expriment le besoin de « partir » (de la famille, du quartier, de fougères)
- Des jeunes qui n'expriment pas d'envie
- Des jeunes qui ne s'autorisent pas à demander des activités (loyauté envers leurs parents et la fratrie)

BILAN :

Ce sont 7 jeunes qui ont participé à ce séjour, dont 2 filles et 5 garçons (de 14 à 17 ans).

Les activités de plein air :

- Escalade :

Une activité souhaitée par certains et source d'inquiétudes pour d'autres. 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'être en relation avec les autres. Elle développe le respect et l'esprit d'entraide, la confiance en l'autre.



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.le-valdocco.jimdo.com





- Kayak :

La balade sur l'étang d'Ouée 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, prise en compte des réactions de son binôme...).

La pratique du Kayak reste une activité assez physique. Les jeunes ont dû faire preuve de volonté, ont dû également apprendre à contrôler son effort, mais aussi apprendre à être tolérant envers le coéquipier qui n'avait pas les mêmes capacités de coordinations. Le bémol sur cette activité serait le manque de projection dans le déroulement de l'activité proposée. Sur un étang, on peut vite tourner en rond. Les jeunes quant à eux non rien dit de négatif sur cette séance, bien au contraire. Ils ont joué, observé, flâné, testé leurs limites... ils se sont baladés sur cette étendue d'eau.



- 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, la visée. La concentration a été remarquable pendant ces 2h d'activité. La variété des exercices a contribué à faire de cette séance un temps dynamique, ludique, éducatif... **pour notre groupe.**



- VTT :

Cette activité permettait de favoriser la concentration et la maîtrise de soi, la gestion de l'effort. Le parcours proposé par Noémie permettait à chacun de se tester, de se surpasser... Les jeux ont

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.le-valdocco.jimdo.com





permis aussi aux jeunes de se mesurer entre eux. Ce n'est pas le plus fort qui « gagne » à chaque fois. Ils ont pu découvrir la forêt, un paysage, un environnement qu'ils ne connaissent peu ou pas pour la plupart des membres du groupe.



- Course d'Orientation :

Ce n'est pas une activité qui est vraiment demandée par les jeunes. L'image et la représentation de celle-ci n'est pas valorisée. Au final, la menée de l'animatrice de la Base de Mézières sur Couesnon a été une réussite. Tous les jeunes ont pris plaisir à courir dans ce bois car il est bien adapté en termes de repères, de dénivelé... Cette forme de C/O était adaptée aux débutants, aux jeunes plus ou moins sportifs car elle permettait à tous de trouver des balises. Le terrain de jeu de cette taille permet de voir constamment les autres équipes. Cela crée une dynamique, une « émulsion » voire de l'entraide entre les équipes. Enfin, trouver des balises dans la forêt à partir d'une carte est très valorisante pour ces jeunes. La gestion de son physique n'était pas simple pour certains. Ils s'engageaient trop dès le début et avaient plus de mal à finir la séance. C'est donc pour eux un autre moyen pour apprendre à se connaître, à connaître ses limites, et à prendre plaisir dans l'effort.



- Après-midi à Betton :

Les éducateurs sportifs de la Base de Mézières sur Couesnon ne pouvaient pas nous proposer d'activité car ils étaient engagés sur une animation à Betton. Nous avons proposé aux jeunes de participer « au Printemps en folie de Betton » le mercredi après-midi. La météo n'a pas été clémente

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.le-valdocco.jimda.com





mais ils ont pu faire de la Tyrolienne et pour les deux filles du kayak sur l'étang. Le froid et la pluie nous ont incité à regagner la Base de Mézières plus rapidement que prévue.

- Balade pédestre :

Pour conclure en beauté ce séjour, nous avons fait une balade d'une heure dans la vallée du Couesnon.

Ces balades permettent de prendre le temps de discuter à deux, mieux se connaître, mieux connaître les autres. Prendre le temps d'observer le paysage, la nature est une découverte pour ces jeunes. Ils n'ont pas obligatoirement l'habitude de marcher pour le plaisir. Vivre au rythme de la marche n'est pas habituel chez eux.



- La Base de Mézières du Couesnon et ses éducateurs sportifs :

Nous voulons souligner la qualité des équipements et de l'encadrement de cette base de plein air :

- L'hébergement en dur est vraiment un plus pour nous en cette période de printemps où les températures étaient malgré tout assez fraîche la nuit. Les chambres de 2 ou 3 jeunes dans une aile du bâtiment est facilitant pour encadrer, accompagner les jeunes au quotidien, voire pour les surveiller la nuit.
- Nous voulions remercier l'encadrement assuré par les éducateurs sportifs de la Base qui ont su prendre en compte les particularités des jeunes de notre groupe. Ils ont su adapter leurs discours, leurs activités, le rythme des séances pour que chaque jeune puisse participer en fonction de ses capacités. Grâce à cela, tous les jeunes ont pratiqué toutes les activités proposées pendant cette semaine. Mettre en confiance ces jeunes est pour nous important et c'est ce que font les éducateurs sportifs de la Base.

Au final, les jeunes ont apprécié ce « dépaysement » à 20 kilomètres de Fougères et surtout d'être parti en vacances. Ils ont fait des découvertes (des activités, un territoire...) des rencontres (de nouveaux jeunes...) ils ont pris ou repris une certaine confiance en eux.

Depuis ce séjour, un des jeunes revient régulièrement vers les éducateurs avec une seule demande : « quand est ce que l'on repart en vacances ? ».

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.le-valdocco.jimdo.com

