



Bilan du séjour Eté à Mézières sur Couesnon Du 22 au 26 juillet 2019

RAPPEL DE L'ORIGINE DU PROJET :

Suite à l'appel d'offre du Département via l'Agence Départementale de Fougères, nous avons proposé un séjour « sportif » avec des activités de plein air, à 7 jeunes de nos structures respectives (Ape2a/Valdocco).

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

RAPPEL OBJECTIFS du séjour :

- Permettre aux jeunes de partir en vacances
- Favoriser la découverte (environnement, jeunes, activités, rythme de vie...)
- Permettre aux jeunes de vivre une expérience de vie collective, et en camping
- Pratiquer des activités sportives de plein air
- Apprendre à gérer ses efforts (en activité ou son temps de sommeil par exemple), son temps (être prêt au bon moment pour être avec les autres...), ses émotions (exemple de la peur en escalade ou kayak)...

Découvrir l'itinérance :

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

L'activité vélo permettra aux jeunes de s'initier aux 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 vélo, 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.
- Découverte d'activités de plein air (tir à l'arc, escalade, kayak).



Pause repas à St Jean sur Couesnon le lundi midi.

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



Le choix de la Base de loisirs de Mézières sur Couesnon :

- C'est une base que l'on fréquente depuis plusieurs années.
- Elle se situe à une distance raisonnable de Fougères permettant de s'y rendre à vélo.
- Les jeunes ne connaissent pas cet environnement (forêt, campagne, rivière, étang ...) et pourtant si proche de chez eux.
- Les infrastructures sont adaptées pour expérimenter de nouvelles activités de plein air, le camping en toute sécurité. Le matériel est de qualité, adapté et en nombre suffisant (vélo, arc, paddle, matériel d'escalade ...).
- L'encadrement technique assuré par les personnels de la base prend en compte l'individu au sein de notre groupe. Ils s'adaptent à la singularité de chacun pour permettre à chaque jeune de se tester, de s'essayer à de nouvelles pratiques.
- Le financement des activités par le Département contribue à ce que ce choix devienne évident pour nous au regard des familles que nous accueillons.

MISE EN ŒUVRE :

Comme souvent, nous avons eu quelques difficultés à rencontrer les jeunes afin de rassembler les idées et d'arriver sur un projet faisant l'unanimité. La projection à moyen termes reste toujours difficile pour ce public. Quelques jeunes se sont mobilisés pour préparer le matériel de camping, vérification des vélos, quelques jours avant le départ. La constitution du groupe n'a pas été simple, puisque que nous avons eu beaucoup de refus et désistements de la part des jeunes. On constate que ce n'est pas le coût demandé aux familles qui posait problème, mais plutôt le fait de s'autoriser à partir en vacances, de quitter son quotidien, d'aller vers l'inconnu, ou encore pour des soucis de santé. Sur les 10 jeunes sollicités (avec qui nous avons entamé une préparation avec eux, mais qu'au dernier moment, ils se désistent), seulement 6 ont été au bout du projet (2 filles et 4 garçons de 13 à 17 ans).

Nous avons assuré le transfert du matériel (matériel de camping, vêtements de rechange, affaires de toilette...). Nous avons déposé le matériel le vendredi de la semaine précédente et nous sommes retourné le chercher le vendredi soir après le séjour.

Le retour à vélo ne s'est pas réalisé, en raison des conditions climatiques (orage) et surtout en raison de la fatigue constatée chez la majorité des jeunes.

L'hébergement :

Il s'est fait comme prévu, sous tentes. Nous leur avons donné la possibilité d'être en tente individuelle ou en binôme. Ils ont tous fait le choix d'être à deux par tente. Nous avons été attentif aux équipements de chaque jeune en proposant à certains des tapis de sol et des duvets plus chauds. Des chaussures spécifiques pour le paddle ont été mise à disposition par la Base pour les jeunes qui n'étaient pas équipés.

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-valdocca.jimdo.com



Retour sur les objectifs :

- Permettre aux jeunes de partir en vacances :
Grâce à ce séjour, nous avons permis à 6 jeunes de partir de chez eux pendant cinq jours. C'était l'occasion pour eux d'être confronté à un nouveau lieu, de bouleverser leurs repères afin de leur permettre de réinterroger leurs habitudes (repas, horaires, utilisation des écrans). Leur proposer de se déplacer à vélo a permis de travailler sur l'orientation et le repérage dans l'espace, notamment sur la gestion de l'itinéraire et la lecture d'une carte. Nous les avons sensibilisés aux règles de sécurité sur la route.
- Favoriser la découverte (environnement, jeunes, activités, rythme de vie...) :
Le fait que la base de loisirs de Mézières se situe aux abords de la forêt a facilité le dépaysement. En effet, la plupart des jeunes participants habitent en ville et se déplacent très peu, voire pas du tout en nature.
La constitution du groupe a favorisé la mixité sociale, de genre et de culture. En effet, trois binômes ont constitué le groupe. Ils ont appris à se connaître, à se respecter, à accepter les différences (régime alimentaire, culturelle). En participant tous aux tâches ménagères, ils ont montré une forme de respect aux autres.
- Permettre aux jeunes de vivre une expérience de vie collective, et en camping :
Le fait d'être hébergé sous tente a permis de les initier au camping, d'apprendre à monter/démonter une tente, agencer un campement, organiser la vie collective. D'être à l'initiative des règles de vie, de la constitution et de la réalisation des repas. Quotidiennement, un groupe de jeunes se chargeait de faire les courses, un autre de cuisiner et le dernier assurait la vaisselle et le rangement du campement.
Pour le reste du temps libre dans la journée, nous avons établis en accord avec le groupe, un programme d'activités tenant compte de la météo du moment (canicule) :
 - Des balades sur les chemins de la vallée du Couesnon,
 - Des jeux sur le city stade de la Base (en soirée),
 - Des jeux collectifs (calmes et à l'ombre),
 - Des jeux de sociétés.

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-valdocca.jimdo.com



- Pratiquer des activités sportives de plein air

Des activités de plein air programmées (Tir à l'arc, Kayak, Escalade) ont été modifiées par les encadrants de la Base, pour des raisons de bien être pour le groupe. Le kayak a été remplacé par le paddle, mieux adapté pour cet épisode de canicule. Le retour prévu initialement à vélo n'a pu se faire par conséquent, la Base a assuré une séance de tir à l'arc supplémentaire.

Les activités : paddle, escalade et tir à l'arc, sont des activités qu'ils ne font jamais. Ainsi, là encore, ils doivent s'adapter, être attentif, dépasser leur appréhension.

- Apprendre à gérer ses efforts (en activité ou son temps de sommeil par exemple), son temps (être prêt au bon moment pour être avec les autres...), ses émotions (exemple de la peur en escalade ou kayak)

Pendant les activités, chacun a pu évoluer à son rythme grâce à l'encadrement. Le groupe a su respecter les différences de niveaux. Ils ont su s'encourager, s'entraider afin que chacun se dépasse.

EVALUATION

- Est-ce que les jeunes ont pris du plaisir pendant ce projet ?

En constituant un groupe hétérogène, nous prenions le risque que certains jeunes ne s'y retrouvent pas ou s'effacent. Finalement, tout l'inverse s'est produit. Les jeunes ont appris à se connaître, à s'écouter et à se respecter. Ainsi, chacun a pu s'exprimer, s'affirmer et expérimenter en toute sécurité. A travers, les activités nous avons pu constater que les jeunes osaient se surpasser sans être jugés. Au regard des sourires et des éclats de rire quotidiens, nous pouvons affirmer sans aucune ambiguïté que les jeunes ont pris un grand plaisir à participer à ce séjour.

- Quelle participation des jeunes aux différentes étapes du projet ?

Ce sont des jeunes qui fréquentent le Valdocco et l'Ape2a, par conséquent, ils sont déjà impliqués dans le fonctionnement « participatif » de nos actions. Que cela soit sur le temps des activités ou de la vie quotidienne, les jeunes étaient plutôt volontaires pour aider au bon fonctionnement (préparation, rangement et nettoyage du matériel,

APE2A

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



vaisselle, ménage...). La participation des jeunes s'est envisagée tout au long du projet : la veille du départ, ils ont été sollicités pour réfléchir au matériel de camping que l'on devait apporter. Pendant le séjour, nous les avons sollicités pour instituer les règles de vie (heures de lever, de coucher, la constitution des menus, la préparation des repas et le nettoyage de la vaisselle et du campement), pour organiser les temps libre en respectant le cadre que nous avons fixé en amont.

- Quels changements chez les jeunes à l'issue du projet ?
Sur cinq jours, il est toujours délicat de parler de changement, mais pourtant nous avons vu apparaître chez certains des modifications de comportement. Pour les plus discrets, au fur et à mesure que le séjour se déroulait, nous les avons vu se révéler en s'affirmant sur leurs choix et leurs envies. Les plus volubiles ont progressivement accepté de laisser de la place dans l'échange.
- Quels sont les apprentissages à l'issue du projet ?
Créer un collectif permet la mise en commun des énergies, des enthousiasmes, des capacités, et développe la solidarité entre les jeunes. Ainsi, pendant les activités les jeunes se sont soutenus et ont coopéré pour dépasser leurs propres limites. Pendant, le paddle une jeune fille a réussi avec ses mots à épauler, à rassurer un garçon, grâce à ses encouragements. Il a pu dépasser sa peur et se mettre debout pendant plusieurs minutes. Un autre pendant l'escalade était bloqué au milieu de la paroi, il voulait redescendre, et bien le groupe a réussi à travers ses encouragements à le motiver pour qu'il aille tout en haut.
Ils ont appris à faire des actions en binôme, ce qui demande de s'accorder sur les tâches à réaliser, quand, comment.... Ils ont pu aussi avoir quelques notions sur le camping (organisation d'un camp, montage de tentes...), la sécurité (activités, ...).



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
valdoccaassociation@gmail.com
www.le-valdocca.jimdo.com