

GEM LOISIRS ET PROGRES

Siège et Correspondance : 76, rue des Saints-Pères 75007 Paris

Activités : 71, rue de Grenelle, 75007 Paris.

RAPPORT D'ACTIVITES 2020

GEM LOISIRS ET PROGRES

Table des matières

Introduction	3
I. Loisirs et Progrès	4
1. Son histoire.....	4
2. Les membres	5
a. Les adhérents	5
b. Les amis bénévoles.....	7
c. Les intervenants extérieurs	9
d. Les salariées.....	10
e. Les stagiaires	10
II. La vie du GEM	11
1. Les activités	11
2. Les particularités de 2020.....	13
a. Le vécu des adhérents	13
b. Le vécu des bénévoles.....	14
c. Les activités mises en place.....	15
3. Les sorties.....	17
4. Les festivités et événements	19
5. Les projets	20
a. Site web	20
b. Livre de recette.....	20
6. Inter-GEM.....	20
III. Evaluation: atteinte des objectifs	21
1. Les indicateurs	21
2. L'évaluation	21
IV. Les partenariats	22
1. Les partenariats pour les activités	22
2. Les partenariats au sein du quartier : La Mairie du 7e.....	22
3. Les partenariats et parrainage avec des associations partageant la même cause.....	23
V. Actions de communication	23
V. Bilan financier	24
1. Financements.....	24
2. Rapport Financier de l'exercice 2020	25
VI. Conclusion : l'année en chiffres	26
VIII. Projections pour l'année 2021	27

IX. Remerciements	27
Annexes	28
Protocole de déconfinement – réouverture juin	30
Lettre Hors série spécial confinement	32
Lettre d'information	35
Lettre aux amis	37
Mots en tête – première page	38



Introduction

Loisirs et Progrès est une Association loi 1901 fondée en 2001. Dès sa création, elle a pour but de rompre l'isolement causé par le handicap en proposant de vivre des journées entre adultes victimes d'un traumatisme crânien.

Aujourd'hui, l'Association rassemble une quarantaine de personnes ayant subi un traumatisme crânien. Chaque jour, des bénévoles soutiennent les adhérents dans leurs activités et dans leur rôle d'acteur au sein de l'Association.

Malgré les aléas de l'année 2020, dans la même direction que les années précédentes, Loisirs et Progrès a poursuivi sa route dans sa lutte contre l'isolement.

L'année 2020 a commencé comme 2019 s'est terminé, dirigée par les mouvements sociaux, réduisant de façon drastique les transports et entraînant de grosses difficultés pour se retrouver.

L'arrivée de la crise sanitaire peu de temps après, a demandé à chacun beaucoup de patience et un grand pouvoir d'adaptation. Comment gérer les incertitudes? Comment faire du collectif lorsque l'on ne peut pas se regrouper? Comment s'aider et se soutenir sans se voir? Comment continuer nos activités de liens tout en se tenant à distance? Comment être sûr de ne pas se contaminer?

Aujourd'hui, nous pouvons dire que cette période a révélé naturellement la force des liens entre les membres de l'association et l'importance de ce qui se joue chaque jour dans les locaux.

Nous pouvons affirmer que nous sommes admiratifs de l'engagement de tous pour garder l'association à flot, par la générosité, l'entraide, le soutien collectif, même à distance.

Nous sommes admiratifs de l'espérance qui perdure pour un avenir collectif paisible, du surcroît d'amour et de vie, plus fort que l'épreuve de la crise.

Nous sommes admiratifs du dévouement des bénévoles que ce soit à distance ou en présentiel malgré les risques permanents du virus.

Malgré les difficultés liées à l'isolement, à l'absence des rendez-vous médicaux, à la diminution de l'autonomie, à la crainte du virus, nous sommes admiratifs de la force de ceux que nationalement nous appelons "les plus fragiles".

Depuis un an, nous faisons aussi face à de nouvelles demandes d'inscriptions, faisant écho à la solitude et à l'isolement douloureux de certains.

En 2020, plus que jamais, nos valeurs de solidarité, d'entraide, de soutien, notre esprit de famille, prend sens.



Plus que jamais, nous sommes reconnaissants de pouvoir poursuivre notre action, même si celle-ci se fait de façon restreinte. Nous sommes reconnaissants d'avoir pu organiser de petits moments festifs en attendant de reprendre nos grands événements festifs nous regroupant tous.

Plus que jamais, nous sommes reconnaissants qu'aucun membre de l'association n'ait été gravement touché par le virus.

« Ce qui m'a le plus manqué pendant le confinement ? Sans aucune hésitation, Loisirs et Progrès et mes journées du mardi auprès de vous. Pour tout vous dire, j'avais le cafard tous les mardis en pensant à tout ce que nous faisons ensemble rue de Grenelle et dont j'étais privée... J'espère que les mesures de distanciation sociale ne m'empêcheront pas de participer à l'atelier d'expression corporelle quand nous reprendrons nos activités ! ».

Isabelle, adhérente



I. Loisirs et Progrès

1. Son histoire

Loisirs et Progrès a tout d'abord été créé de façon informelle par Sylviane de Cherisey dont la fille a été victime d'un accident de la route. Pendant sept ans, de 1989 à 1996, elle reçoit dans son appartement parisien d'autres personnes touchées par le traumatisme-crânien. Ceci n'est pas anodin pour la suite de l'aventure car « apprendre à demander et à accepter l'aide des autres » deviendra l'idée force de la future association.



Avec le constat que la vie en groupe, le partage de repas, de jeux, de détente est extrêmement porteur pour les personnes traumatisées crâniennes et avec l'aide de beaucoup de bénévoles, Loisirs et Progrès devient une Association loi 1901 en 2001.

Situé au cœur de Paris, Loisirs et Progrès est un lieu de ressourcement pour des adultes qui ont vu un jour leur vie basculer dans le handicap, à la suite de lésions cérébrales (traumatisme crânien, maladies évolutive, AVC...). C'est un lieu d'amitié, de partage et de convivialité. Un endroit chaleureux où chacun a plaisir à venir.

Suite à la loi du 11 Février 2005, en faveur de l'intégration des personnes handicapées dans la société, parrainée par l'Association des Familles de Traumatisés crâniens et Cérébro-lésés (AFTC), Loisirs et Progrès devient un Groupe d'Entraide Mutuelle (GEM) en 2006. Les GEM ne constituent pas des structures médico-sociales.

L'Agence Régionale de Santé (ARS) attribue une subvention annuelle aux Groupes d'Entraide Mutuelle.

Depuis maintenant 20 ans, l'association a pour objectif d'être un lieu d'amitié, de partage, de soutien, et d'entraide avec et pour des personnes dont la vie a basculé dans le handicap suite à un traumatisme crânien ou une lésion cérébrale acquise.

2. Les membres

En 2020, le GEM a compté une centaine de personnes :

Conseil d'Administration :
1 Président
1 Trésorière
1 secrétaire
5 Administrateurs (dont 3 Adhérents traumatisés-crâniens)

Gestion de l'Association :
76 rue des Saints Pères
1 Coordinatrice (salariée) : Marie
1 Chargée de mission (salariée) : Diane

Gestion du lieu d'activités:
71 rue de Grenelle
41 Adhérents Traumatisés-Crâniens / Cérébro-lésés
2 Bénévoles—Responsables de journée
39 bénévoles
7 stagiaires

Intervenants :
2 praticienne Gym Feldenkrais
2 professeurs de théâtre
1 musicothérapeute
1 professeur d'expression corporelle
1 adhérent animateur informatique
1 professeur de chant
1 art-thérapeute
4 bénévoles artistes peinture et sculpture
1 moniteur de piscine (accompagné de bénévoles)

Toute cette grande équipe travaille en étroite collaboration

a. Les adhérents

Personnes traumatisées-crâniennes ou cérébro-lésées (TC/CL), les adhérents ont la volonté de s'inscrire dans une dynamique de groupe et de sortir de leur isolement, causé par le handicap. Ils ont besoin de se reconstruire, de retrouver confiance en eux-mêmes et de tisser des liens relationnels authentiques.

Aucun des adhérents de Loisirs et Progrès ne peut retourner travailler, les séquelles de leur accident ou de leur maladie étant trop lourdes.

Pour un grand nombre d'adhérents de Loisirs et Progrès, le GEM constitue une occasion unique de sortir de chez eux.





Les adhérents TC/LC viennent au GEM en grande majorité pour y retrouver des amis et faire des activités qu'ils aiment. Ils viennent également pour ne pas rester seul chez soi et pour aider les autres à leur manière.

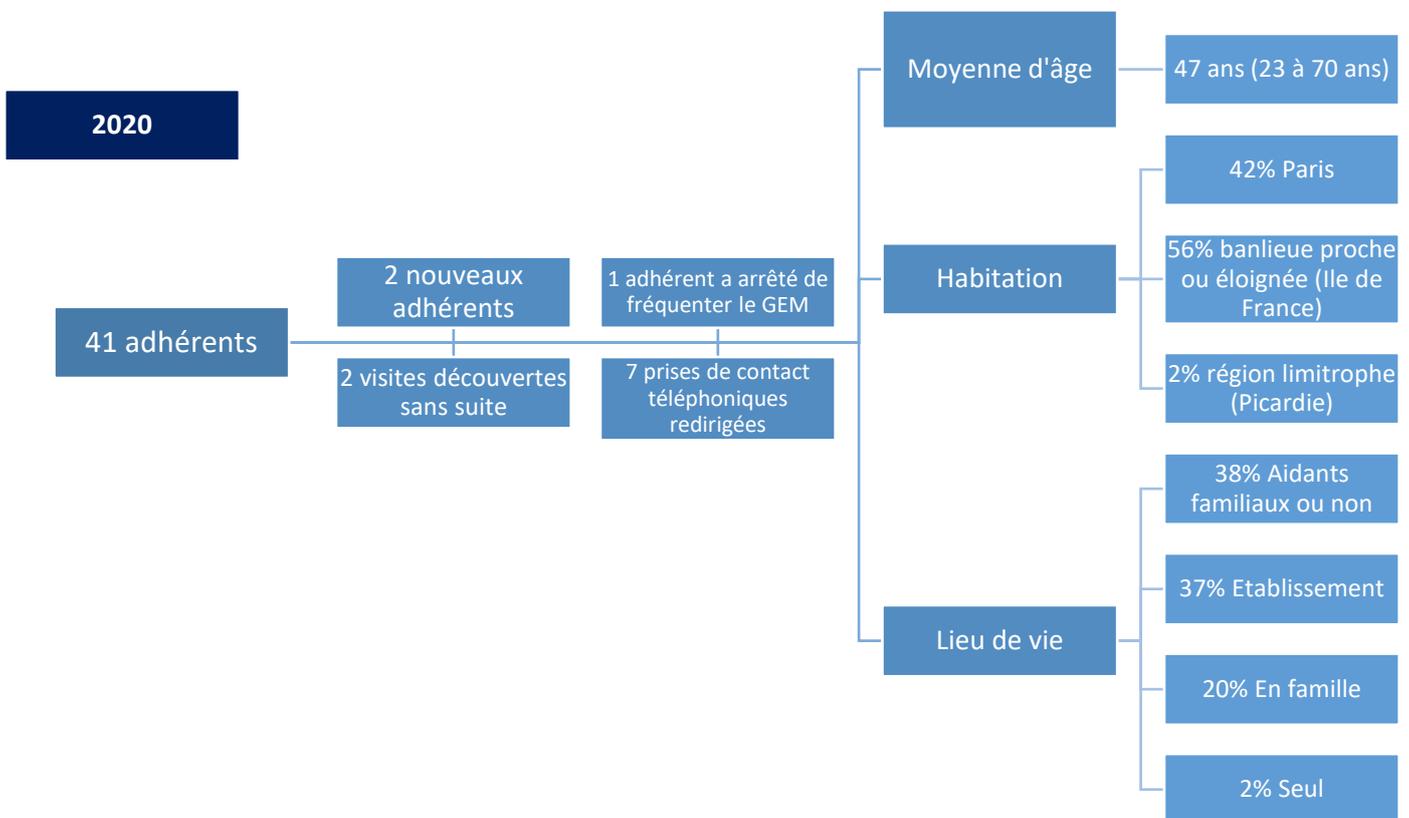
Les relations qu'entretiennent les adhérents entre eux et avec les bénévoles sont exemptes de tout lien hiérarchique. En ce sens, Loisirs et Progrès est souvent qualifié par les adhérents de « famille » et ce lieu constitue pour un certain nombre d'entre eux une véritable respiration.

Outre cet aspect familial, les adhérents TC/LC ont à cœur de partager des savoir-faire et d'exercer des disciplines artistiques.

Ils ont choisi de s'engager dans des projets artistiques : théâtre, peinture, sculpture, chant ou encore expression corporelle, permettant de réaliser un travail à la fois collectif et personnel. Leur exigence est d'avoir comme animateurs, de véritables artistes professionnels, ils ne souhaitent pas animer eux-mêmes ces ateliers, ils sont désireux d'acquérir un véritable savoir-faire artistique. Cette notion de travail est extrêmement valorisante pour les personnes qui fréquentent le GEM.

Les adhérents souhaitent un équilibre entre les ateliers animés par des professionnels et des temps propres à la détente, aux jeux, à la discussion, aux échanges.

Les adhérents en 2020:



La particularité de l'année 2020 a limité l'accueil de nouveaux adhérents. Il a été difficile de répondre positivement aux demandes des familles. Nous avons malgré tout favorisé l'accueil ponctuel de personnes dont les familles se trouvaient désemparées face à l'isolement de leur proche en période de crise sanitaire, alors que les restrictions permettaient à peine d'accueillir les adhérents du GEM.

Plusieurs appels ont été redirigés vers les autres GEM. Deux visites de potentiels adhérents, n'ont finalement pas donné suite.

*« Je suis heureux de discuter, de jouer et aussi d'aider à ranger ! »
Edouard, adhérent*



La fréquentation journalière est classiquement de 10 à 15 adhérents en présentiel. La crise sanitaire nous a obligés à adapter et restreindre fortement la fréquentation et à adapter notre amplitude horaire d'accueil.

Les transports assurés par le service PAM, sont planifiés annuellement avec des trajets réguliers pour les adhérents utilisant le service. L'aménagement des horaires a demandé un gros travail d'adaptation de notre partenaire pour répondre à notre demande d'ouverture uniquement les après-midi.



	Janvier à mars 2020 8 semaines Accueil : 10H - 16H30	Juin 2020 4 semaines Accueil : 10H - 16H30	Septembre et Octobre 2020 5 semaines Accueil: 10H - 16H30	Novembre et Décembre 2020 7 semaines Accueil: 13H - 17H30
Lundi	14 adhérents inscrits	5 adhérents	9 adhérents	6 adhérents
Mardi	15 adhérents inscrits	5 adhérents	9 adhérents	6 adhérents
Mercredi	15 adhérents inscrits	5 adhérents	9 adhérents	6 adhérents
Jeudi	15 adhérents inscrits	5 adhérents	9 adhérents	6 adhérents
Vendredi	10 adhérents inscrits	Absence d'activité	Absence d'activité	6 adhérents
	Piscine			Accueil sur le lieu d'activité

b. Les amis bénévoles

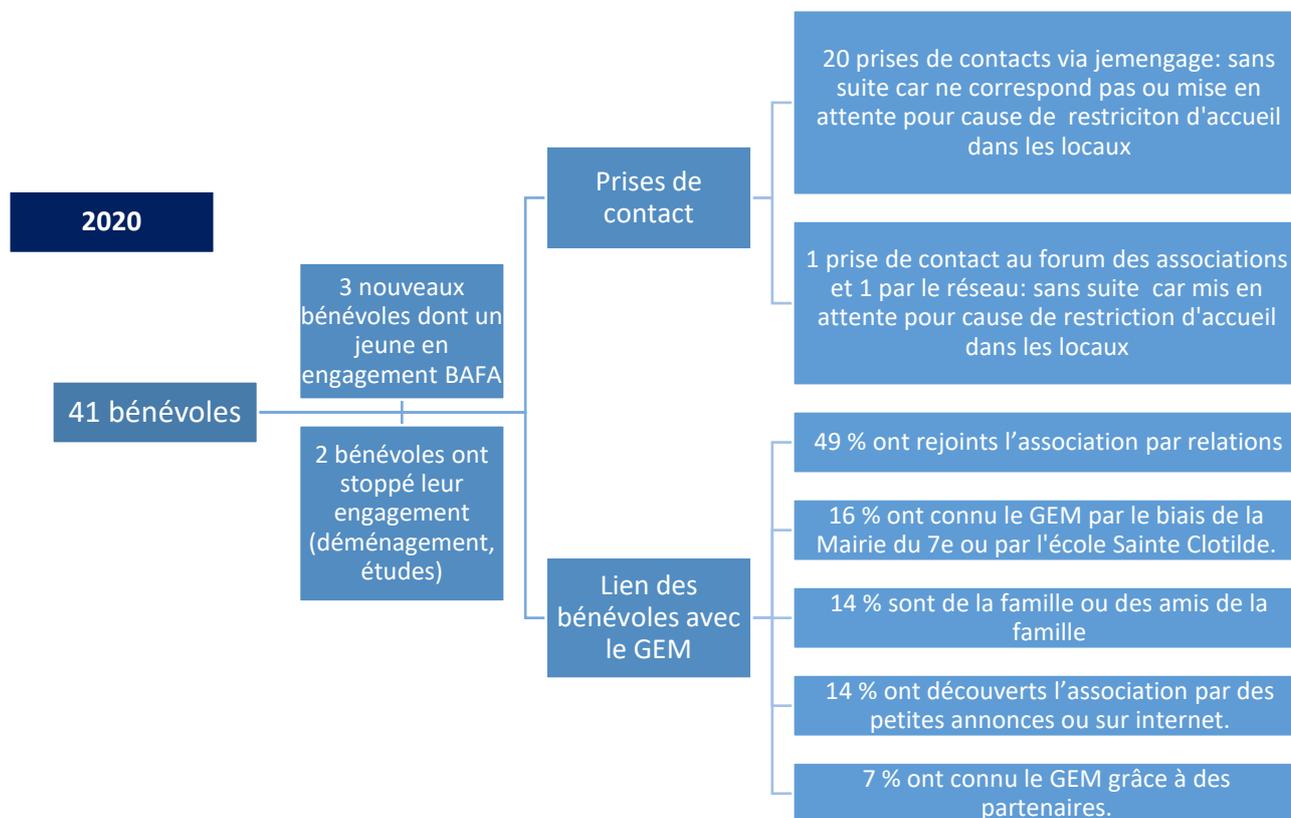


Les amis bénévoles soutiennent et encouragent les adhérents dans leurs responsabilités en tant que membres actifs du GEM. De nombreuses et solides amitiés se tissent grâce à la bienveillance mutuelle et au désir de faire ensemble. Les bénévoles sont un réel soutien pour la gestion des journées. Ils aident à l'organisation (aménagement des salles pour les activités, installation des rampes d'accès, élaboration des repas ...), accompagnent (aide aux déplacements, soutien lors des activités ...) et offrent un soutien amical (écoute, attention, entraide, partage...). La présence des bénévoles permet également de stimuler les initiatives individuelles et de combler le manque d'envie et de prise d'initiative. Les équipes de bénévoles sont renforcées par la présence d'auxiliaires de vie lorsque la présence d'adhérents nécessite un accompagnement plus personnalisé.

« Mon meilleur souvenir c'est ma première fois ici il y a 2 ans. Je suis arrivée dans un monde qui m'était inconnu et qui en fait m'a enthousiasmé » Dany, bénévole



Les bénévoles en 2020:



En 2020, le nombre de bénévoles n'a pas faibli, mais leur présence a été fortement amoindrie par la crise sanitaire (peur du virus, confinement à la campagne, restriction de l'accueil et donc limitation du nombre de bénévoles présents sur place, garde des petits-enfants dû au télétravail des parents).

La présence des bénévoles sur l'année représente 2218 heures (4356h en 2019).

	Janvier à mars 2020 8 semaines		Juin 2020 4 semaines		Septembre et Octobre 2020 5 semaines		Novembre et Décembre 2020 7 semaines		Total heures/an
Lundi	7h X 6 bénévoles x 8 sem.	336	7h x 2 bénévoles x 4 sem.	56	7h x 2 bénévoles x 5 sem.	70	4h x 2 bénévoles x 7 sem.	56	518
	2h x 1 bénévole x 8 sem.	16							16
Mardi	7h x 4 bénévoles x 8 sem.	224			7h x 2 bénévoles x 5 sem.	70			294
	5h x 1 bénévole x 8 sem.	40							40
Mercredi	7h x 6 bénévoles x 8 sem.	336	7h x 3 bénévoles x 4 sem.	84	7h x 4 bénévoles x 5 sem.	140	4h x 2 bénévoles x 7 sem.	56	616
									0
Jeudi	7h x 5 bénévoles x 8 sem.	280	7h x 2 bénévoles x 4 sem.	56	7h x 3 bénévoles x 5 sem.	105	4h x 2 bénévoles x 7 sem.	56	497
	3h x 1 bénévole x 8 sem.	24							24
	3h x 2 artistes x 8 sem.	48	3h x 2 bénévoles x 4 sem.	24	3h x 2 bénévoles x 5 sem.	30	3h x 2 bénévoles x 7 sem.	42	144
Vendredi	3h x 2 bénévoles x 8 sem.	48							48
							3h x 1 bénévole x 7 sem.	21	21
SOUS-TOTAL									2218

Réalisé sur les bénévoles ayant fréquentés Loisirs et Progrès en 2020 et sur les particularités sanitaires de l'année.

Les bénévoles n'ont pas nécessairement d'expérience, ni de qualification se rapprochant du social et/ou du handicap. Afin de pérenniser l'accueil de qualité et la bienveillance au sein du groupe, des formations à destination des bénévoles sont mises en place.

Intitulé	Organisme de formation	Date	Participants	Coût réel
La lésion cérébrale acquise, premières notions	CRFTC	27-janv-20	3	300 €
Troubles de la déglutition	CRFTC	24-mars-20	Annulé	0 €
Supervision des bénévoles	Julie Etlicher - Neuropsychologue	23 janvier (annulé pour cause de grève RATP) - 19 mars (annulé pour cause de Covid)	Annulés Aucune séance en 2020	0 €
La lésion cérébrale acquise, premières notions	CRFTC	05-oct-20	Pas d'inscription	0 €
Conférence d'Elena Lasida : un regard d'Espérance sur Simon de Cyrène	Simon de Cyrène	06-oct-20	Annulé en présentiel En visioconférence et replay	0 €
PSC1	Croix rouge	nov-20	Impossibilité de mise en place	0 €
Formation relation aux autres	Sophia – Aude de Vathaire	A définir	Pas mis en place	0 €
Séminaire ARTC Ile de France - Soutien aux Proches Aidants de personnes avec Lésions Cérébrales Acquises	CRFTC/AFTC	15-oct-20	Pas d'inscription Annulé	0 €
Animation d'un GEM	UNAFTC	23 et 24 novembre En visioconférence	1	200 €

En 2020, peu de formations ont pu avoir lieu pour cause de grève RATP, puis de la Covid-19. Les formations proposées à la rentrée n'ont eu que peu de succès. L'absence de nouveau bénévoles et la fréquentation restreinte des bénévoles déjà engagés peut en être la cause.

De plus, les bénévoles ayant d'autres activités, il est difficile de trouver des créneaux permettant à tous de participer. Cependant, les bénévoles apprécient de bénéficier de formations et celles proposées en 2020 ont satisfait les participants.

Financièrement, les formations sont prises en charge par la Fondation Notre Dame.

c. Les intervenants extérieurs



8 artistes animent les ateliers peinture et sculpture, théâtre, chant et expression corporelle, 4 le font bénévolement. Les animateurs des ateliers chant et expression corporelle sont rattachés à l'Association « La Possible Echappée » dont le but est de partager les différentes passions artistiques avec des personnes fragilisées par l'isolement social ou par le handicap.

Le moniteur de natation a été recruté via la fédération handisport. Il est salarié de Loisirs et Progrès et assure trois séances de natation chaque vendredi.

La « gym Feldenkrais », « le voyage musical » (musicothérapie) et l'art-thérapie sont animés par des professionnels indépendants. L'année 2020 a entraîné un changement d'art-thérapeute, qui fut ponctuel à cause de la situation sanitaire.

Les artistes intervenants sont attachés à l'idée d'amener le participant lui-même à développer ses choix et sa propre expression. Lorsque c'est possible, les ateliers ont pour but de construire des projets artistiques. Les peintures réalisées sont dupliquées afin d'éditer des cartes de vœux du GEM ou encore servent d'illustrations pour la création d'un livre de recette.

« Personnellement, ce qui m'a le plus manqué pendant les 8 semaines de confinement, c'est le CHANT !!! J'ai hâte de reprendre les activités à Grenelle pour pouvoir chanter avec mes amis du mercredi, c'est très important pour moi... ». *Valérie, adhérente*



d. Les salariées

Au nombre de 2, la Coordinatrice et la Chargée de mission se répartissent la gestion de l'association dans une dynamique propre aux GEM, c'est-à-dire, dans un dialogue permanent avec les adhérents et bénévoles. Le travail des salariées se répartit en 4 axes principaux :

- La coordination des activités et des événements.
- Le travail administratif (courriers, comptes-rendus, communication, appels téléphoniques, relation avec les partenaires...).
- L'organisation de sorties.
- La facturation, le suivi du budget et la recherche de financement.

Marie Depuydt est coordinatrice sur un temps plein et Diane Angelo, chargée de mission vie associative est sur un temps partiel à 80%.

Le maître-nageur est salarié de l'association.

L'Equivalent Temps Plein de 2020 est de 1,9.

e. Les stagiaires

Le passage de jeunes stagiaires, membres ponctuels de l'association, est une nouvelle source de rencontre et de partage très appréciée par tous. L'objet des stages est d'expérimenter la vie en association, d'acquérir une expérience humaine.

7 stagiaires sont venus découvrir la vie du GEM en 2020 lors de stages d'une durée de 10 jours à 7 semaines :

- 1 stagiaire venant d'un lycée Parisien.
- 2 stagiaires inscrites en BTS Economie Sociale et Familiale
- 4 stagiaires inscrits en préparation aux métiers de travailleur social.



3 étudiants ont dû annuler leur stage en juin 2020, mais 2 ont pu le reporter soit à fin de l'année 2020 ou en 2021.

« Des moments d'émotions, de partages, d'échanges et de rires sont présents quotidiennement. Des liens d'amitiés sont vite créés. ». *Mélanie, stagiaire*



II. La vie du GEM

Rythmée par un emploi du temps fixe tout au long de l'année, la vie du GEM est bien remplie mais conserve la souplesse souhaitée par ses membres.

Chaque journée permet à en moyenne 14 adhérents et 7 amis de se retrouver au 71 rue de Grenelle dans le 7^{ème}.

A la demande des adhérents, le GEM ouvre ses portes chaque jour de la semaine. Les adhérents arrivent entre 10h et 11h et repartent entre 16h et 17h. Cela permet de tisser des liens pendant différents temps d'activités et des temps plus informels.

Le fait de passer la journée complète au GEM répond également à un besoin d'équilibre entre les difficultés de transport de la plupart des adhérents et le temps passé sur place au GEM. En moyenne, les adhérents passent 1 heure dans les transports lorsque la circulation est bonne (transports réalisés par la PAM pour le plus grand nombre).

Ce choix de passer les journées ensemble implique la mobilisation importante d'amis bénévoles qui se relaient auprès des adhérents afin de pallier à l'absence d'autonomie, aux défaillances de mémoire, ou encore au manque d'initiative.



« J'aime beaucoup l'ambiance de Loisirs et Progrès. Je suis heureuse de voir du monde, de faire des jeux de société avec les uns et les autres et de participer aux activités théâtre et danse » Muriel, adhérente.



1. Les activités

Les adhérents ont opté pour de nombreuses activités artistiques mais aussi ludiques et de détente. Afin de progresser dans les différentes disciplines, les adhérents sont accompagnés au cours de ces ateliers par des professionnels bénévoles ou rémunérés. Le sérieux de l'atelier les stimule, tout autant que l'amusement qu'il leur procure et la complicité vécue au sein du groupe.

Les 3 créneaux de 45 minutes à la piscine, permettent à 10 adhérents de bénéficier d'une activité sportive encadrée.

Au-delà de l'aspect occupationnel de ces activités, un aspect essentiel est en jeu. Pour des personnes dont la vie a basculé dans le handicap, partager une activité en groupe comporte de nombreux enjeux : la confrontation aux autres, la confiance en soi, l'écoute des autres, le regard des autres, le respect des règles, la concentration... Il



ressort de ces moments partagés de nombreux échanges de très grande qualité : on s'écoute, on se félicite, on s'encourage, on se dévoile, on joue ensemble... des liens profonds se tissent. Les activités constituent un moyen d'entrer en relation, un prétexte à la rencontre. Cela permet de se confronter au vivre ensemble avec ses avantages et ses difficultés, mais aussi de regagner une vraie confiance en soi.



Les ateliers de « bien-être » : gym douce, relaxation en musique, art thérapie, ont souvent lieu en matinée et les adhérents s'y relaient, seuls ou en petits groupes. Ces temps sont particulièrement ressourçants et bénéfiques. Les adhérents en ressortent détendus et souriants.

Entre deux activités organisées, des activités informelles ont lieu spontanément, seul, à deux ou en petits groupes : lecture du journal, discussion autour d'un café, jeux de société, dessins...



La préparation et le temps du déjeuner sont des moments privilégiés. Ce moment de partage autour d'un bon repas est attendu chaque jour. Régulièrement des invités viennent s'ajouter aux grandes tablées.

« Le plus important pour moi à Loisirs et Progrès sont les nouvelles rencontres... et les bons déjeuners ! » Béranger, adhérent.



Afin de permettre à tous de participer, les charges des ateliers sont partagées entre la participation des membres du GEM et les dons qui lui sont faits.

Des temps sont réservés à des échanges concernant la vie du GEM. Toutes les idées sont les bienvenues pour favoriser les initiatives et la participation de chacun : un événement à préparer, une question, un travail commun à réaliser, une sortie à choisir...

« Trois mots qualifiant le mieux Loisirs et Progrès : accueil, bienveillance et partage ! Les adhérents et les bénévoles m'ont si bien accueillie et vite intégrée dans l'équipe. À Loisirs et Progrès, on apprend à écouter, comprendre chacun, jouer et cuisiner ! J'ai été particulièrement marquée par les activités proposées aux adhérents et leur implication dans chacune d'elles. Ce sont de bons moments de partage que je garderai en souvenir. Merci pour tout ce que vous m'avez appris ! » Guillemette, stagiaire.



Le planning annuel de chaque semaine est fixe, il se déroule comme suit:

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
	Pas d'activités pendant les vacances scolaires — Des sorties seront proposées				
Lieu	71 rue de Grenelle 75007 Paris				St Jean de Dieu 205 rue de Javel 75015
10H—12H30	Gym Feldenkrais Marta & Claire Jeux de société <i>Déjeuner</i>	Voyage musical Henriette Jeux de société <i>Déjeuner</i>	Informatique Jeux de société <i>Déjeuner</i>	Art thérapie Capucine Jeux de société <i>Déjeuner</i>	Piscine Emmanuel Groupe 1 : 13H45-14H30
14H—16h	Théâtre Serpentine	Expression corporelle Marc	Chant Manu chanteur	Arts plastiques Peinture, Sculpture ... Sandrine, Sylvie, Lydie, Marie-Laure	Groupe 2 : 14H30-15H15 Groupe 3 : 15H15-16H

2. Les particularités de 2020

a. Le vécu des adhérents



La plupart des adhérents sont restés sur leur lieu de vie habituel, et les autres étaient dans leurs familles. L'ensemble des adhérents étaient entourés, seul une adhérente n'était entourée que par l'intervention de son auxiliaire.

A l'issue d'une année compliquée par l'épidémie de Covid-19, 18 adhérents de L&P ont été interrogés sur leur bilan de cette période.

Si 5 adhérents disent n'avoir pas souffert du confinement, certains avouent s'être sentis seuls ou isolés (5) et la plupart disent avoir souffert de cette période d'isolement forcé. La période est qualifiée de « compliquée », « rude », l'une se sentait « démoralisée », une autre « tournait en rond », un autre encore se sentait « comme un fauve » et a cru « devenir fou ».

Lorsque l'on évoque les activités pendant cette période, celle qui est le plus souvent citée est la télévision, suivie de l'ordinateur, la lecture, la radio. Une adhérente parle de cours suivis par internet, un autre de visios, 2 adhérents ont fait des activités manuelles.

5 adhérents ont bénéficié du soutien d'Henriette, intervenante en voyage musical, qui leur a proposé des séances par téléphone. Elles ont été très appréciées.

A la question « qu'est-ce qui vous a le plus manqué pendant cette période ? », les réponses les plus fréquentes ont été « les contacts » et « Loisirs et Progrès », ensuite viennent les sorties, les repas en groupe ... ou rien du tout (2)

Un sondage¹ réalisé début mai, via un google form, a montré que sur les 25 réponses obtenues, 24% des adhérents se déclarent personnes vulnérables devant cette pandémie. 60% des adhérents ont plutôt un bon moral malgré le confinement. 64% souhaitent sortir. 16 adhérents trouvent souhaitable la réouverture du GEM, et 5 déclarent que c'est urgent. 48% souhaitent revenir pour retrouver les autres adhérents et 32% pour faire des activités.

La majorité des adhérents sont revenues dès l'ouverture en juin. La reprise a été très appréciée, malgré le protocole strict de déconfinement².



Le maintien des activités l'après-midi en présentiel lors du 2^{ème} confinement a été un véritable soulagement pour les adhérents ayant déjà fait le choix de revenir.

Les après-midis ont leurs partisans qui apprécient la tranquillité et les « bons goûters » mais la plupart des adhérents regrettent les activités de l'après-midi (7) et certains aussi les déjeuners (3). L'un d'entre eux regrette aussi les événements festifs comme les fêtes ou la brocante, qui ont été annulés.

Sur les 18 adhérents interrogés, 16 espèrent la reprise à la journée à la rentrée, 2 ont en revanche exprimé le souhait de pouvoir venir à la ½ journée, l'arrivée à 10h étant perçue comme difficile et la journée entière fatigante.

Sur chaque période, la totalité des adhérents n'a pas souhaité revenir soit par peur du virus, (nous pouvons constater que les chiffres oscillent avec les annonces gouvernementales concernant le virus), ou dû un temps de trajet trop long pour venir sur une demi-journée. Nous pouvons tout de même souligner la forte reprise à la rentrée des vacances d'été.



b. Le vécu des bénévoles

Lors du premier confinement, les bénévoles ont pour la plupart pu profiter de leur maison de campagne, d'où ils nous envoyaient des nouvelles régulières pour les lettres. Le lien a été plus difficile à maintenir avec les 2 bénévoles n'ayant pas d'adresse mail.

¹ Cf. Annexes "Sondage Google Form pour le déconfinement" p.28

² Cf Annexes "Protocole de déconfinement" p.30

Lors de la reprise, des bénévoles ont répondu présents sur chaque période.

Les effectifs ont été moindres en novembre et décembre, le deuxième confinement entraînant des départs à la campagne, ou la garde de petits enfants.

Une partie des bénévoles craignait le virus et ne souhaitait pas revenir.



c. Les activités mises en place

L'année 2020 ayant été particulière, son organisation aussi. L'année s'est découpée en différents temps et différentes organisations, afin de continuer l'activité mais surtout de maintenir les liens.

Différentes propositions ont été mises en place avec l'annonce du confinement (cf. page suivante³). Différents réseaux ont également été activés pour faire face à cette période hors du commun.

Les activités encadrées par les professionnels ont pu avoir lieu de janvier à mi-mars, avec une reprise en juin. La rentrée de septembre a également permis la reprise des activités qui ont ensuite été stoppées par l'arrivée du deuxième confinement au 1er novembre.

Pour pallier l'absence des intervenants sur le lieu d'accueil, différentes activités ont été proposées: Jeux de société, karaoké, visionnage de film, peinture, origami...



« Pendant toute cette durée de confinement ce qui m'a manqué c'est le contact humain, les rencontres, participer à Loisirs et Progrès et faire des choses en commun et le sourire et la bonne humeur de tous ».

Antoine, adhérent



³ Cf. Annexes "Lettre Hors-série spécial confinement" p.32

Quoi?	Pourquoi?	Quand?	Pour qui?	Comment?	Détail	Evaluation
Lettre de Loisirs et Progrès "Hors-série spécial confinement"	Echanger des nouvelles, proposer des occupations, relais d'information de partenaires	Diffusion hebdomadaire par mail ou courrier, pendant 8 semaines, de mars à mai	La communauté Loisirs et Progrès: Adhérents, bénévoles, intervenants, salariés, anciens stagiaires, anciens salariés ...	Après échange par mail ou téléphone, rassemblement d'informations dans une lettre hebdomadaire.	Echanges de nouvelles, échanges sur une thématique, partage de bons plans confinements (musées, lectures, recettes...), partage de poèmes, propositions d'activités (concours photos, jeux, blagues, cuisine...), relais d'information de partenaires (UNAFTC, AFTC, CRFTC, ...) et de coordonnés pouvant être un soutien.	Succès pendant plusieurs semaines, puis essoufflement à partir du 15 mai. Les quelques adhérents et bénévoles recevant la lettre par courrier, avaient environ 10 à 15 jours de décalage.
Partage de coordonnées	Garder le lien, soutien	De mars à juin	Partage des coordonnées des salariés. Partage des coordonnées des adhérents à des bénévoles afin qu'ils puissent également contacter les adhérents. Entre adhérents.	Liste téléphonique, avec une attention plus particulière pour les personnes seules,	Les liens téléphoniques sont maintenus au fil des semaines avec un appel par semaine minimum. Les appels sont un soutien mais permettent aussi de veiller à l'état de santé moral de chacun et si nécessaire de rediriger vers des professionnels de santé.	Les animatrices sont disponibles, mais peu d'adhérents osent se permettre d'appeler. Quelques adhérents s'appelaient entre eux. Et certains continuaient de le faire actuellement.
Appels téléphoniques	Garder le lien, écoute, soutien	De mars à juin	Les salariées appelaient plus leurs adhérents chaque jour. Les bénévoles ont eux aussi soutenu les adhérents.	Appels hebdomadaires pour un voyage musical mené par notre professionnelle habituelle,	Les liens téléphoniques sont maintenus au fil des semaines avec un appel par semaine minimum. Les appels sont un soutien mais permettent aussi de veiller à l'état de santé moral de chacun et si nécessaire de rediriger vers des professionnels de santé.	Moyen d'échange privilégié, tous n'ayant pas internet. L'équipe sentait que leur appel était apprécié des adhérents. Les appels pouvaient durer globalement 30 min minimum. Difficile pour les salariés de maintenir chaque jour plusieurs appels et de rester un soutien.
Voyage musical par téléphone	Continuer l'activité de musicothérapie	De mars à décembre	Jusque juin: 5 adhérents ayant exprimé le souhait d'en bénéficier. Jusque décembre: 3 adhérents.	Appels hebdomadaires pour un voyage musical mené par notre professionnelle habituelle,	Les séances sont offertes gracieusement par l'intervenante,	Soutien devenu très important pour un petit noyau d'adhérents,
Lettres "L'inter-GEM confiné"	Echanger des nouvelles, proposer des occupations entre l'ensemble des GEM d'île de France	D'avril à mai	L'ensemble des adhérents des différents GEM d'île de France,	Alimentation par le biais des animateurs de GEM. Mise en page par la responsable Inter-GEM.	Echanges de nouvelles, partage des nos activités respectives, partage de bons plans confinements, partage de poèmes, d'oeuvres, de photographies, de témoignages, propositions de jeux, partage de photos souvenirs.	Peu de retours.
Echanges avec le conseil d'administration de Loisirs et Progrès	Prises de décisions	Toute l'année	Les membres du Conseil d'administration et les salariés.	Réunions zoom et appels téléphoniques.	Prises de décisions quant au confinement, au déconfinement, aux modalités d'ouverture.	/
Visites	Soutien aux adhérents les plus seuls	Mai à décembre	Visites à domicile en mai et en novembre	Visites à domicile en respectant les gestes barrières	/	Visites très appréciées
Zooms	Pouvoir se "voir" et se saluer	De novembre à décembre	La communauté Loisirs et Progrès: Adhérents, bénévoles, intervenants, salariés, anciens salariés.	Chaque jour pendant une semaine, chaque mois, entre les personnes en présentiel et celles à distancielles.	Permet aux personnes de chaque journée de se retrouver en visio.	Apprécié par les adhérents maîtrisant l'outil. L'ensemble des adhérents n'ont pas les outils ou les compétences pour utiliser zoom.
Envoi cartes postales	Se soutenir	En novembre et en décembre	En novembre: l'ensemble des adhérents, En décembre: cartes de vœux à l'ensemble de la communauté Loisirs et Progrès.	En novembre, envoi de photos souvenir à chaque adhérent. En décembre, envoi des cartes de vœux réalisées avec les peintures des adhérents.	En novembre, les adhérents et bénévoles en présentiel ont pu écrire à leurs camarades absents. En décembre, les cartes de vœux ont été rédigées par les salariées et les responsables de journées.	Beaucoup de retour joyeux à la réception du courrier.
Echanges inter-GEM Ile de France	Echanges et soutien entre professionnels	Toute l'année avec un accent sur la période de confinement et de déconfinement	L'ensemble des animateurs/coordonnateurs des GEM TC/LC d'île de France.	Echanges de mails, appels téléphoniques, réunions Zoom, Grande réunion commune le 14 mai sur la thématique du déconfinement, Réunion avec le CREA- Céapsy Ile de France le 28 mai sur l'ensemble des questionnements des GEM.	Echanges d'expériences, de pratiques, sur les difficultés, les informations légales...	Réseau local très précieux, Echanges très précieux, d'autant plus que peu d'informations nationales concernant les GEM sont diffusées et qu'il est très difficile d'obtenir des réponses de la part de l'ARS 75 en cette période.
16 Echanges avec les GEM existants Simon de Cyrène de France	Echanges et soutien entre professionnels	Mars à décembre	Les coordinateurs de GEM existants (6) en lien avec Simon de Cyrène.	Mise en place de 4 réunions, zoom et de nombreux échanges de mails jusqu'en décembre. Echanges de mails.	Echanges sur le vécu de chacun, sur nos pratiques, échanges d'idées, de documents, d'informations légales, mise en place d'activités en commun.	Réseau national très précieux Réseau avec une ampleur et du personnel spécifique dans différents domaines.
Echanges avec les GEM existants ou en cours de création Simon de Cyrène de France	Echanger entre professionnels	Novembre à décembre	Les responsables des GEM existants ou en cours de création (12) en lien avec Simon de Cyrène.	Réunion zoom tous les 2 mois.	Echanges thématiques sur nos pratiques, partages d'outils, d'idées.	

3. Les sorties

Des sorties variées sont proposées tout au long de l'année pendant les vacances scolaires et un samedi par mois. Les sorties permettent de se retrouver dans un autre contexte et de profiter ensemble de la grande variété de l'offre culturelle et de loisirs à Paris : musées, expositions, pique-niques, cinémas, restaurants, promenades. Elles sont pour les adhérents une occasion de côtoyer des adhérents qui ne fréquentent pas le lieu d'activité le même jour qu'eux et elles permettent aux familles de tisser des liens d'amitié précieux.



Le choix des sorties se fait en fonction de l'envie des adhérents, de l'actualité culturelle, des propositions des Musées, de l'accessibilité - ou pas - des lieux. L'organisation est réalisée par l'une des deux salariées de Loisirs et Progrès (contacts, communication, inscriptions, accompagnement sur place, bilans qualitatif et financier).

La « Mission Vivre Ensemble » nous permet de profiter sereinement de sorties avec un accueil adapté à un public en situation de handicap et de tarifs très intéressants : de nombreux musées parisiens, membres de cette Mission, offrent des visites accompagnées de guides passionnants à des tarifs très préférentiels – voire gratuites.

Néanmoins l'année 2020 a été particulière :

Les musées, monuments historiques, restaurants, cafés, cinémas ont été fermés une bonne partie de l'année pour raisons sanitaires. Aucune sortie n'a pu être programmée en mars, avril, mai et juin et après un répit pendant l'été les sorties ont de nouveau été interdites de la Toussaint à la fin de l'année.

Bilan de l'année : 18 sorties organisées en 2020 (contre 25 en 2019)

DATE	LIEU	THEMATIQUE	PARTICIPANTS
2 janvier	Bibliothèque F. Mitterrand	Exposition « Tolkien »	3 adhérents 8 accompagnateurs
4 janvier	Musée d'Orsay	Exposition « Degas »	2 adhérents 5 accompagnateurs
10 février	Musée de l'Architecture	Exposition « Otto Wagner »	4 adhérents 6 accompagnateurs
13 février	Musée des Arts Décoratifs	Exposition « Marche et Démarche »	5 adhérents 8 accompagnateurs
1 mars	Institut du Monde Arabe	« Alula, merveille d'Arabie »	7 adhérents 5 accompagnateurs
30 juin	Restaurant	The Frog	3 adhérents 4 accompagnateurs
2 juillet	Versailles	Visite du château et des jardins	3 adhérents 4 accompagnateurs
7 juillet	Goûter solidaire	Café Joyeux	3 adhérents 8 accompagnateurs

8 juillet	Musée du Quai Branly	Visite libre	3 adhérents 6 accompagnateurs
13 juillet	Gaumont Aquaboulevard	Film « Tout simplement noir »	4 adhérents 3 accompagnateurs
15 juillet	Palais Royal	Pique-nique	6 adhérents 5 accompagnateurs
28 août	Musée du Louvre	Exposition « Figure d'Artiste »	4 adhérents 7 accompagnateurs
31 août	Musée Jacquemart André	Exposition « Turner »	3 adhérents 3 accompagnateurs
2 septembre	Musée d'Orsay	Exposition « Tissot »	2 adhérents 2 accompagnateurs
7 septembre	Cinémathèque	Exposition « Louis de Funès »	2 adhérents 3 accompagnateurs
8 septembre	Arc de Triomphe	Visite + goûter au café Joyeux	5 adhérents 6 accompagnateurs
19 septembre	Handivoile	Avec le Rotary Club	1 adhérent
19 octobre	Parc de Vincennes	Visite du parc zoologique	4 adhérents 8 accompagnateurs
21 octobre	Palais Galliera	Exposition « Gabrielle Chanel »	4 adhérents 6 accompagnateurs



Sur ces 18 sorties, 17 ont eu lieu à Paris, une à Versailles.

Environ la moitié a eu comme cadre des musées, essentiellement pour des expositions. Les visites guidées ont été privilégiées, les adhérents appréciant l'interaction avec les médiateurs.

2 sorties ont permis la visite de monuments historiques (Versailles et l'Arc de Triomphe) ou des lieux particuliers (zoo de Vincennes). Elles avaient été demandées par les adhérents lors de la journée de concertation. La situation sanitaire dans Paris a permis des conditions exceptionnelles de visite des lieux prisés par les touristes habituellement.

Pour le reste, il s'agit de pique-niques, sorties au restaurant ou au café, moments de partage appréciés de ceux qui, à cause de leur handicap, ne peuvent profiter des sorties dans les musées.

Elles ont réuni au total moins d'adhérents que les années précédentes, la Covid ayant dissuadé de nombreuses personnes de sortir de chez elles (66 adhérents contre 101 en 2019) et 104 accompagnateurs (contre 140 en 2019) membres des familles, assistants, bénévoles ou amis. Il faut noter que ces chiffres ne sont pas significatifs, les adhérents qui participent aux sorties étant souvent les mêmes (13 adhérents cette année) et les accompagnateurs également (15 membres des familles, 4 bénévoles, 3 amis, 3 assistants et 2 salariées Loisirs et Progrès)

8 sorties ont été annulées ou reportées :

24 mars	Théâtre	Pièce du Rotary	annulée
28 mars	Rue de Grenelle	Raclette	annulée
14 avril	Grand Palais	Exposition Pompéi	annulée
23 avril	Philharmonie de Paris	Concert	annulé
13 juin	Esplanade des Invalides	Nuit du Handicap	annulée
14 juin	Radio France	Concert	annulée
7 novembre	Centre Pompidou	Exposition Matisse	annulée
21 décembre	Musée du Quai Branly	Exposition « les Olmèques »	annulée

4. Les festivités et événements

En temps normal, l'année au GEM est ponctuée par de multiples fêtes, réunions et projets qui resserrent les liens entre tous et permettent le partage de moments particulièrement joyeux.

Malheureusement, rien de tout cela n'a eu lieu en 2020.

Ont été successivement annulés :

- La raclette, soutenue par les scouts (18 janvier – grèves RATP, puis 28 mars – covid)
- La pièce de théâtre du Rotary (24 mars)
- La brocante (25 avril)
- La fête de fin d'année (17 juin)
- Le dîner des bénévoles (6 octobre)
- La journée de concertation annuelle pour les adhérents et bénévoles (8 octobre)
- Le déjeuner de Noël (10 décembre)



Tous ces événements manqués nous ont privé d'occasion de réunir la famille Loisirs et Progrès et de récolter des dons indispensables à nos finances

Nous avons tout de même pu bénéficier des dons du spectacle de la Comédie du Pamplémousse en janvier et de la soirée bridge le 25 février 2020.

La remise de médaille de l'accompagnant d'une maman d'un adhérent décédé peu de temps avant a eu lieu le 12 février à la mairie du 15^e arrondissement. Une cérémonie émouvante pour la dizaine de personnes de Loisirs et Progrès présentes.

L'assemblée générale annuelle de juin a eu lieu en visioconférence.

5. Les projets

a. Site web

L'année 2020 devait permettre la refonte du site web par le biais de l'association Passerelles et Compétences. Ceci n'a pas abouti mais Loisirs et Progrès a débuté grâce à la même association, un projet de charte graphique permettant un travail en amont du site, mais aussi la création d'un logo.

b. Livre de recette

Depuis 2019, Loisirs et Progrès travaille sur le tome 2 de son livre de recette. Le projet, initié par une stagiaire a été repris par une deuxième stagiaire qui a prolongé son travail après son stage en 2020. Le livre devrait voir le jour en 2021.

6. Inter-GEM

Il y a la vie du GEM, mais aussi la vie des GEM, 13 en Ile de France. Des liens importants sont tissés entre tous. Certains adhérents fréquentent différents GEM pendant la semaine.

En lien de plus en plus régulièrement depuis leur création, les différents GEM de Paris et d'Ile de France ont renforcé leurs collaboration qui s'illustre principalement par la co-écriture du journal trimestriel « Mots en tête ». Le journal permet de donner régulièrement les nouvelles de chaque GEM, d'échanger des points de vue, des conseils, de partager des idées d'activités (sorties, lectures, films...).

Depuis maintenant 5 ans, une journée Inter-GEM est organisée chaque année. Elle permet de réunir pour un moment festif, des adhérents de tous les GEM. C'est l'occasion de découvrir d'autres GEM et de consolider notre intérêt et soutien mutuel.



Par ailleurs, depuis 3 ans, l'inter GEM a permis aux animateurs(trices) et/ou coordinateurs (trices) salariés d'organiser un groupe d'Analyse des Pratiques Professionnelles en présence d'une psychologue : 8 personnes se rencontrent tous les mois.

Ce réseau est riche et enrichissant, à la fois pour les adhérents, mais aussi pour les salariés.

L'année 2020, n'a pas permis l'organisation d'évènements ayant de l'ampleur. Nous avons tout de même pu continuer le journal via internet. Les analyses de pratiques ont été suspendues plusieurs mois, le groupe n'ayant pas apprécié la tentative en visioconférence.

III. Evaluation: atteinte des objectifs

1. Les indicateurs

L'action du GEM peut se mesurer ainsi :

- satisfaction des bénéficiaires
- taux de participation
- accueil de nouveaux adhérents
- développement des partenaires et dynamisme de ces derniers
- dynamique globale du GEM



2. L'évaluation

L'actualité sanitaire de 2020 a permis de voir l'impact négatif de la fermeture de la structure, et l'importance de celle-ci.

Le taux de fréquentation de plus de 50% lors du second confinement, montre également le besoin de venir au GEM malgré le risque sanitaire. Les personnes qui ne sont pas revenues craignent le virus, ou ne souhaitent pas prendre les transports en commun par peur d'une éventuelle contamination, ou leur temps de trajet est trop long pour une présence en demi-journée.

L'enthousiasme de la majorité des adhérents à venir, leur plaisir lorsque l'on peut leur proposer un créneau supplémentaire suite à un désistement, leur joie à se retrouver, nous permettent d'affirmer que les bénéficiaires sont satisfaits.

De plus, le temps d'échange avec les familles lors de la présentation de l'étude sur les aidants, menés par l'AFTC, a permis aux proches de nous souligner à l'unanimité (en particulier chez les aidants de nouveaux adhérents) que Loisirs et Progrès répond très bien à leur besoin. Les familles apprécient que nous prenions les adhérents en charge à la journée (grande plage de liberté pour eux). Elles apprécient aussi que les inscriptions se fassent sur une ou plusieurs journées fixées à l'année. Cela rassure les adhérents, qui apprécient cette routine, et les familles qui peuvent de ce fait organiser leurs sorties ou rendez-vous.

Les appels réguliers de nouvelles familles nous montrent que la demande reste présente.

L'absence des interventions avec les professionnels a été un réel manque chez les adhérents (questionnements réguliers sur la potentielle date de leur retour). La dégradation physique de certains adhérents nous pousse à nous interroger sur l'impact négatif de l'absence des activités physiques et de bien être à Loisirs et Progrès (seules activités pour certains adhérents).

Les liens avec les intervenants ont été maintenus.

La dynamique même si adaptée a été maintenue au fil de l'année.

IV. Les partenariats

1. Les partenariats pour les activités

<p>L'association « La Possible Echappée » (chant et expression corporelle)</p> 	<p>Depuis plus de 10 ans, la Possible Echappée et le GEM Loisirs et Progrès coopèrent pour deux ateliers demandés par les adhérents : chant et expression corporelle. Une réelle entente et complicité se sont tissées entre les intervenants et les adhérents. Ils ont ainsi pu mener plusieurs projets artistiques ensemble.</p>
<p>La MAS Saint Jean de Malte</p> 	<p>Depuis une dizaine d'année, la MAS Saint Jean de Malte, située dans le 19^e arrondissement de Paris, met gracieusement sa piscine à la disposition du GEM. Pour cause de travaux, nous n'avons pas pu fréquenter cette piscine en 2019. L'année 2020 n'a pas permis de retour en piscine.</p>
<p>Le CMS Saint Jean de Dieu</p> 	<p>Depuis 4 ans, le Centre Saint Jean de Dieu, situé dans le 15^e arrondissement de Paris met de façon gracieuse sa piscine à la disposition du GEM, chaque vendredi après-midi.</p>
<p>Mission vivre ensemble</p> 	<p>Née à l'initiative du ministère de la Culture en 2004, la mission « Vivre ensemble » réunit une trentaine d'établissements culturels dont l'objectif est de faire jouer pleinement à la culture son rôle dans la lutte contre l'exclusion et de contribuer à la démocratisation culturelle. Loisirs et Progrès est partenaire de la mission depuis 5 ans, au travers de son relais-handicap.</p>

2. Les partenariats au sein du quartier : La Mairie du 7e

Proche du lieu d'activités, la Mairie et le GEM entretiennent de bonnes relations. Le GEM participe à certains événements proposés par la Mairie. Elle octroie également une subvention.

Chaque année dans les locaux de la mairie du 7^e arrondissement, Paris Association pour le Maintien à Domicile des Personnes Handicapées (PAMDPH) remet à des bénévoles de Loisirs et Progrès la médaille des accompagnants. Cet évènement n'a pas eu lieu en 2020.



Le GEM participe chaque année au Salon des Associations du 7^e. Loisirs et Progrès est inscrit sur le répertoire des associations du 7^e. L'association participe également aux réunions mensuelles de l'Union des Institutions Sociales du 7^e, avec d'autres acteurs associatifs du quartier.

3. Les partenariats et parrainage avec des associations partageant la même cause

<p>L'AFTC Association marraine du GEM</p> 	<p>L'Association des Familles de Traumatisés Crâniens parraine Loisirs et Progrès. Cette association permet la mise en relation des GEM entre eux et elle organise des temps de rencontres, propose des formations, transmet des informations sur l'actualité au sujet des personnes traumatisées-crâniennes...</p>
<p>L'association Simon de Cyrène</p> 	<p>L'association Simon de Cyrène, créée par des personnes handicapées et leurs proches (Loisirs et Progrès, l'Office Chrétien des personnes Handicapées, Marie Hélène Mathieu, Philippe Pozzo di Borgo) a pour mission de créer et d'animer des maisons partagées entre personnes handicapées et valides. Chaque personne dispose de son studio privatif et co-anime des espaces de vie partagés (salon, salle à manger, cuisine...). Les résidents en situation de handicap et valides développent au quotidien des temps d'activités à travers des ateliers, des rencontres... qui s'ancrent dans la vie du quartier et de la ville. Un partenariat de fait s'est créé : 12 adhérents du GEM sont en effet résidents des maisons partagées Simon de Cyrène à Vanves.</p>
<p>L'ARS - Agence Régionale de Santé</p> 	<p>L'ARS soutient les GEM et leur octroie une subvention pluri-annuelle.</p>

V. Actions de communication

La communication au sein de Loisirs et Progrès, mais aussi avec l'extérieur se décline de différentes façons :

En interne	En externe
Communication directe sur les panneaux d'affichage accrochés dans les lieux d'activités.	Forum des associations en septembre.
Communication par mails et courriers postaux.	Document de présentation de l'association.
Lettre bimestrielle envoyée aux adhérents ou distribuée dans les lieux d'activités ⁴ .	

⁴ Cf. Annexes "Lettre d'information" p. 35

Début du travail en 2020 avec des bénévoles de Passerelles et compétences sur le logo et la charte graphique du futur site web afin que cela représente l'association. La production du logo devrait être terminée début 2021.	
Site internet : nous espérons l'aboutissement du projet de refonte pour 2021	
Lettre aux donateurs envoyée deux fois par an ⁵ .	
Journal Inter-GEM « Mots en tête » ⁶ .	
Réseaux sociaux : Facebook.	
	<p>Le livre de Loisirs et Progrès <i>«Ensemble, la vie est belle ! raconte une histoire, l'histoire de Loisirs et Progrès.</i> <i>C'est une histoire d'amour et d'amitié, d'audace et de courage, de rencontres inattendues et de joie partagée.</i> <i>C'est aussi et peut-être surtout, une histoire de confiance inouïe en la vie. »</i></p> <p><i>Co-rédigé par Valérie d'Elbée, Paroles & Plumes.</i> <i>Ce livre sorti en juin 2019 est vendu au profit de l'association au prix de 15€.</i></p> <p><i>Il est à la fois la mémoire et l'écho de la vie partagée à Loisirs et Progrès.</i></p>

V. Bilan financier

1. Financements

En 2020, l'association est financée par :

- La subvention de l'Agence Régionale de la Santé.
- Les donateurs :
Avec 18 ans d'existence dont 13 en tant que GEM, Loisirs et Progrès a pu fédérer ses adhérents, leurs amis, leurs proches, des personnes du quartier... cela a donné naissance à un réseau de 300 donateurs dont le soutien est indispensable à la vie du GEM. Mais au fil des années, ce réseau perd de son souffle.
- Participation et cotisations des adhérents :
 - o Cotisation de 45€ par an.
 - o Participation à hauteur de 15€ par jour pour les activités et le repas, puis de 10€ pour les demi-journée.
 - o Participation à hauteur de 10€ la séance de natation.

⁵ Cf. Annexes "Lettre aux amis" p.37

⁶ Cf. Annexes "Mots en tête" p.38

DEPENSES

Les dépenses de l'année 2020, ont été de 137 575 € (contre 169 594 € en 2019).
Elles restent bien maîtrisées.

Elles sont principalement constituées de :

- salaires et charges sociales : 77 330 €, soit 56.2 % des dépenses (48.3% en 2019)
- des loyers, 32 470 €, soit 23.7 % des dépenses, (21% en 2019)
- dépenses liées aux ateliers : 11 256 € soit, 8.18 % des charges. (14.9% en 2019)
- coûts des repas: 2 497 € soit, 1.8 % des charges (4.1%€ en 2019)
- un don de 2 000 € a été réalisé à la Possible Echappée pour les soutenir
- Des frais divers, d'assurances, d'amortissement, de formation, frais bancaires,

Nous pouvons noter que l'année atypique qu'est 2020 ne permet pas une comparaison significative avec 2019. Nous pouvons tout de même souligner:

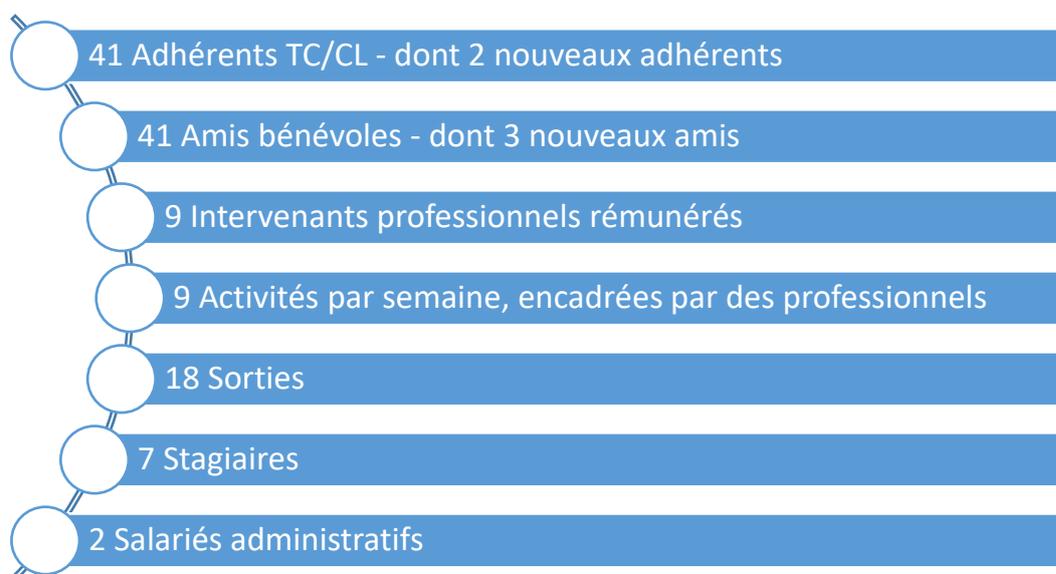
- Deux mois de frais pour les locaux des activités nous ont été offerts pendant le confinement. Une réduction nous a été accordée en décembre suite à une panne de chauffage et une impossibilité d'accueillir le public.
- Une diminution des dépenses liées aux ateliers, due à l'absence des interventions des professionnels.
- Une baisse du coût des repas dû à l'absence de ceux-ci une grande partie de l'année.
- Le maître-nageur a été en activité partielle presque la totalité de l'année.

RESULTATS

Nous arrivons à un bénéfice de 17 963€.

VI. Conclusion : l'année en chiffres

L'année en chiffres:



VIII. Projections pour l'année 2021

L'incertitude qui plane ne permet aucune projection, aucun projet caritatif, aucune visibilité claire sur l'avenir.

Nous espérons cependant, reprendre nos activités classiquement dès début 2021.

Les projets 2021, devraient permettre la création du logo, l'aboutissement du site web ainsi que la sortie du livre de recette au profit de l'association.

IX. Remerciements



Merci aux responsables de journées Irène, Diane, Catherine pour votre investissement chaque semaine !

Merci Cécile pour ton immense travail de comptabilité !

Merci à chaque personne qui de près ou de loin nous a soutenus tout au long de cette année 2020!

Merci aux adhérents et aux bénévoles pour ces journées exceptionnelles que nous vivons !



*« Ensemble, on est tous heureux »
Daniel, adhérent.*

Annexes

Sondage Google Form pour le déconfinement

Déconfinement Loisirs et Progrès

Les locaux du GEM sont fermés depuis le 16 mars pour faire face à la crise sanitaire qui a touché la France. A partir du 11 mai, la France débute le déconfinement. Nous espérons pouvoir envisager une réouverture partielle respectant l'ensemble des consignes sanitaires nationales à partir de juin. Notez cependant que Loisirs et Progrès ne reprendra pas normalement. Afin de collecter, les envies, besoins et choix de vous les adhérents, nous vous invitons à remplir ce questionnaire. C'est à l'aide de vos réponses et des consignes gouvernementales que nous construirons la manière dont les locaux du GEM reouvriront.

Merci de répondre à l'ensemble des questions.

***Obligatoire**

Prénom: *

Votre réponse

Nom: *

Votre réponse

Comment te sens tu? (Plusieurs réponses possibles) *

- Je suis en forme
- Je me sens serein et positif
- Je me sens seul
- Je me sens déprimé
- Je m'ennuie
- J'ai envie de sortir
- J'ai peur du virus
- J'ai peur de sortir de chez moi avec le virus

Dans cette phase de déconfinement, on parle de critère de vulnérabilité. Te sens tu personne "vulnérable" face à cette situation sanitaire? *

Oui
Non
Autre : _____

Souhaites tu revenir faire des activités d'entraine dans les locaux du GEM ? *

Oui
Non
Autre : _____

Quelle est la raison la plus importante qui te pousse à revenir au GEM après ce confinement ? *

Pour revoir les autres adhérents
Pour faire des activités
Pour sortir de mon isolement
Pour aider les autres et me sentir utile
Pour partager un bon repas avec des amis
Pour échanger avec d'autres (en vrai)
Autre : _____

Quelles activités as tu envie de reprendre? (Plusieurs réponses possibles) A l'heure actuelle, nous ne savons pas si nous pourrons faire appel à nos intervenants habituels.

Jeux de sociétés
Echanges sur ce qu'on a vécu, ce qu'on vit
Balades
Mes activités habituelles à Grenelle
Je veux bien participer à des activités proposées sur les autres jours que le mien
Autre : _____

Pour moi la réouverture du GEM, c'est : *

Urgent
Souhaitable
Le GEM à distance me convient pour le moment
Autre : _____

La réouverture du GEM se fera en respectant un protocole sanitaire (notamment à travers l'application des gestes barrières suivantes). Est ce que l'un de ces gestes est difficile à appliquer pour toi? (Coche tous les gestes difficiles à appliquer pour toi) *

Respecter la distance d'1m avec les uns et les autres
Se laver les mains en arrivant au GEM puis régulièrement pendant l'activité
Utiliser un mouchoir à usage unique
Nettoyer les objets et appareils que vous touchez
Ne pas partager les même "outils, ustensiles, objets" pendant les activités
Tousser dans un mouchoir ou dans son coude
Porter un masque à l'extérieur de son domicile
Ne pas toucher son visage
Aucun de ces gestes n'est difficile pour moi. Je peux tous les appliquer en faisant un petit effort.

Qu'est ce qui t'empêche d'appliquer un de ces gestes? Qu'est ce qui t'aiderait à respecter ces gestes barrières ?

Votre réponse

Pour respecter [les règles sanitaires](#), lors de la réouverture du GEM, le port du masque sera notamment obligatoire pour tous. Chacun devra venir avec son masque. [Coches](#) les affirmations qui s'applique à toi. *

J'ai bien compris comment porter un masque et je le porte avec rigueur car cela me protège du virus.

[Coches](#) pas facile de porter un masque correctement. J'ai quelque difficulté à le porter dans la durée.

Je ne supporte pas du tout le masque. Je n'arrive pas garder mon masque + de 5 min !

Je ne sais pas comment me procurer des masques.

Pour venir au GEM, je vais devoir prendre les transports, le masque y est obligatoire: (coches les cases qui te concernent) *

Je prends les transports en commun

Je prends la PAM

Je viendrai à pieds

Je ne souhaite plus prendre les transports à cause du virus

Autre : _____

Ce questionnaire a été rempli :

[Coches](#) l'adhérent seul

[Coches](#) l'adhérent aidé d'un proche ou d'un aidant

[Coches](#) la famille en présence de l'adhérent

[Coches](#) un aidant / un assistant en présence de l'adhérent

Autre : _____

Un commentaire, une suggestion, une remarque, une question ?

Votre réponse

Envoyer

Aucun accueil de nouvel adhérent ne sera réalisé sur la période d'accueil adapté. Les prises de contact seront possibles en **distanciel** et la possibilité de rencontre se fera selon l'évolution de la crise sanitaire.

La préparation logistique sur place de la réouverture se déroulera les 28 et 29 mai.

2. Les conditions de sécurité

➤ Pour les salariés, bénévoles et intervenants

Pour les salariés du GEM, Loisirs et Progrès fournira les masques et mettra à disposition des solutions hydroalcooliques.

L'équipe bénéficiera également de gants, de **sublimes** et de visières dans le cas où une proximité doit avoir lieu: accompagnement toilettes, aide pour manger.

L'équipe recevra en amont les consignes sanitaires données par la médecine du travail pour les salariés.

➤ Pour les adhérents

Le GEM en tant qu'établissement recevant du public, mettra également des solutions **hydroalcooliques** à disposition des adhérents dans les locaux. **Les adhérents du GEM doivent venir avec leur propre masque grand public et se présenter au GEM avec. Il est demandé à chacun de veiller à venir avec un masque lavé selon les recommandations, si celui-ci n'est pas jetable.**

Un courrier reprenant l'ensemble des consignes sanitaires reçues pour les salariés, par notre médecine du travail, sera adapté et communiqué à chacun. Il sera demandé à tous de s'engager à respecter l'ensemble des consignes liées au **désinfectant**.

3. Adaptation de la fréquentation du GEM

La fréquentation sera diminuée pour accueillir que 5 adhérents, 2 référents et l'intervenant professionnel.

- Les groupes seront constitués en amont par les salariés.
- Les adhérents devront confirmer leur venue au préalable.
- Il est demandé dans la mesure du possible aux adhérents, bénévoles et intervenants de privilégier un moyen de transport individuel ou la marche à pied pour se rendre au GEM.
- Les horaires de présence pour les quelques personnes prenant les transports en commun seront adaptés.

Pour des raisons de sécurité, le GEM Loisirs et Progrès, dans cette période postérieure au 11 mai, pourra refuser l'entrée d'une personne pour les raisons suivantes :

- Une personne non inscrite sur la journée ;
- Une personne n'ayant pas de moyens de protection individuelle (masque, visière...);
- Une personne présentant trop de difficultés à respecter les gestes barrières et mettant le groupe en difficulté;
- Une personne présentant des symptômes (renvoi vers le médecin traitant ou le 15) ;
- Une personne qui n'est pas adhérente.

De plus, conformément au principe de responsabilité individuelle, il est nécessaire que les personnes ayant fréquenté le GEM, adhérents et bénévoles, dont des symptômes du **Covid 19** apparaîtraient et/ou seraient diagnostiqués se signalent auprès des salariés. Cette recommandation pourra être complémentaire aux consignes gouvernementales sur la gestion des personnes dépistées positives et des cas contacts.

Protocole de déconfinement Loisirs et Progrès

I. Retour sur le confinement

La fermeture des locaux le 16 mars 2020 a amené des adaptations afin de garder le lien :

- Création d'un hors-série hebdomadaire de notre lettre d'information.
- Celle-ci contient des nouvelles de tout le monde, des jeux, des bons plans.
- Nous constatons au 15 mai (publication du numéro 8) que cette lettre s'essouffle, faute de participation.
- Appel téléphoniques réguliers (mise en place d'un suivi) aux adhérents.
- Mobilisation des bénévoles pour le maintien du lien avec les adhérents, surtout pour les plus fragiles.
- Mise en place d'un journal "inter-Gem" pendant le confinement.
- Notre intervenante en musicothérapie a offert chaque semaine, gratuitement, ses prestations, par téléphone, aux adhérents souhaitant en bénéficier.

A l'heure actuelle, et jusqu'au 1^{er} juin nous continuerons sur ce procédé.

II. Préparation de la réouverture des locaux

1. Donner la parole aux membres de l'association

Pour préparer la réouverture du GEM, un questionnaire a circulé auprès des adhérents du 13 au 20 mai, nous avons reçues 25 réponses. 24% des adhérents se déclarent personnes vulnérables devant cette pandémie. 60% des adhérents ont plutôt un bon moral malgré le confinement. 64% souhaitent sortir.

(Lien du questionnaire : <https://forms.gle/s11cqvfmzD4hCXA>)

16 adhérents trouvent souhaitable la réouverture du GEM, et 5 déclarent que c'est urgent.

48% souhaitent revenir pour retrouver les autres adhérents et 32% pour faire des activités.

Notre public ayant des lésions cérébrales, nous sommes conscients de la vigilance à avoir et la nécessité de répétition des gestes barrières. 8 adhérents sur les répondants déclarent "qu'aucun de ces gestes n'est difficile pour moi. Je peux tous les appliquer en faisant un petit effort".

Un mail aux bénévoles a été envoyé afin de connaître les personnes souhaitant s'investir dans la réouverture.

2. Mobiliser les instances de gouvernance du GEM

Le CA du GEM se réunira à distance le 27 mai pour la validation et la mise en place concrète du plan de **déconfinement**.

III. Projet d'ouverture

1. Le projet

Grâce à la mobilisation de bénévoles, Loisirs et Progrès peut ouvrir de nouveau du lundi au jeudi tout en permettant aux salariés de maintenir une veille sociale avec le reste du groupe.

Loisirs et Progrès fonctionnant déjà sur inscription par jour, il est difficile de changer les trajets réguliers des usagers PAM (large majorité des adhérents).

De ce fait, le choix est fait de rester sur des journées complètes.

Le nombre de réponses positives des bénévoles permettant d'avoir 2 personnes référentes par jour (bénévoles ou salariés), il est envisagé d'ouvrir chaque jour pour un groupe de 5 adhérents maximum (la moitié des effectifs du jour souhaitant revenir). Les salariés garderont de ce fait du temps libre pour maintenir la veille sociale avec le reste du groupe.

4. Adaptation des activités

Toutes les activités seront organisées avec les principes d'une distanciation sociale et port de masques. Si le port de masques n'est pas possible, une distance de 2 mètres entre chaque personne sera respectée. Nous privilégierons les activités extérieures, dans notre cour ou dans les parcs (dans le cas d'une réouverture de ceux-ci).

Les activités ne nécessitant aucun contact et aucun matériel partagé seront favorisées: activités en extérieur, échanges sur nos vécus, temps de parole et de libre expression (atelier dessins, photos, écriture...), découvertes culturelles au travers des moyens audiovisuels (projection de visites virtuelles de musées, films, ...). Jeux qui ne requièrent pas de toucher des surfaces communes et ne passent pas entre les mains: jeux de mime, quiz, **blind test**, karaoké, etc.

Les activités réalisées habituellement par des intervenants extérieurs, seront reprises dans la mesure du possible. Les activités seront adaptées afin de respecter les gestes barrières. Des visites, accompagnées d'une distanciation sociale de 2 mètres, pourront remplacer les masques pour les activités nécessitant une élocution claire. Le matériel utilisé habituellement sera restreint au maximum, et celui utilisé désinfecté après usage.

5. Adaptation de l'organisation des locaux

Afin que la réouverture du GEM se fasse dans les conditions de sécurité nécessaires, nous appliquerons les actions suivantes :

✓ **Affichage des gestes barrières** et des consignes nationale sur le port du masque dans les locaux du GEM et travail de pédagogie auprès des adhérents. Une appropriation des gestes barrière sera proposée.

✓ **Nettoyage**, et désinfection des locaux et du matériel. Ce ménage quotidien sera effectué par l'équipe du GEM, selon les recommandations de la médecine du travail des salariés.

✓ **Aération régulière des espaces** (15 minutes toutes les 3 heures au moins, privilégier l'aération constante si la météo le permet) ;

✓ **Organisation de l'arrivée des adhérents**

Une personne se chargera d'attendre l'arrivée des adhérents venant en PAM à l'entrée.

Le débarrasage de la veste et des affaires se fera sur le porte manteau à l'extérieur de la salle (sous le préau), suivis d'un lavage des mains en accès direct aux sanitaires ou au Gel **hydroalcoolique**.

L'entrée se fera par la porte du fond pour éviter les croisements.

Des étiquettes aux noms des adhérents et référents seront positionnées sur leur chaise pour toute la journée.

L'équipe veillera à la distanciation et au non-croisement lors de l'installation. Des marquages au sol avec du scotch pourront être installés.

✓ **Organiser l'utilisation du matériel :**

L'utilisation du matériel commun du GEM (cafetière, frigidaire, micro-ondes, ustensiles ...) se fera par les 2 responsables sur place.

Mise de côté systématique de la vaisselle dans l'attente du nettoyage après toute utilisation;

Eviter les prêts de matériel entre adhérents. Si possible, création de boîte à leur nom avec le matériel nécessaire.

Se laver les mains régulièrement et avant / après l'utilisation des objets, matériel et ustensiles divers et jeux de société.

Les déchets (masques à usage unique, vaisselle jetable, mouchoirs à usage unique, **gls**) seront à jeter dans un sac poubelle fermé et à déposer dans le container prévu à cet effet lors de la fermeture du local du GEM.

✓ **Organiser les repas :**

Le repas sera préparé uniquement par les animatrices en respectant les mesures d'hygiènes et les gestes barrières.

Des repas simples, à base d'aliments cuits, seront privilégiés.

Aucun achat à l'extérieur sur le temps de présence sur le lieu d'activités.

Les repas seront gérés uniquement par les animatrices: mise en place de la table, service, débarrassage.

6. Réévaluation régulières des mesures

La situation sanitaire et les directives gouvernementales pourront mener à une réévaluation du protocole. Dès la mise en pratique du protocole, une évaluation d'abord quotidienne puis éventuellement hebdomadaire, des mesures aura lieu entre les 2 personnes sur place et la coordinatrice, avec une évolution possible du protocole. Il n'est pas exclu la possibilité de revenir à des mesures plus contraignantes en fonction de l'évolution de la situation.

LOISIRS ET PROGRÈS
Hors-série Spécial confinement #4

76, rue des Saints Blaises 75007 PARIS (14ème) - 71, rue de Grenelle 75007 Paris (16ème)
 contact@loisirsetprogres.org - www.loisirsetprogres.org - Tél : 01 45 49 83 79 - 07 80 87 82 05

EDITORIAL

Le confinement se prolonge, voici quelques recommandations pour mieux vivre cette période de confinement:

- Avoir un rythme (de semaine et de week-end) sans toutefois laisser s'installer une monotonie.
- Avoir un but et établir son plan d'activités peut être rassurant. Il faut s'occuper : lecture, films, jeux, détente, exercices physiques...
- Être créatif : coudre, cuisiner, écrire, dessiner, peindre, méditer, se poser, réfléchir, faire des exercices de respiration...
- Penser positif, voir les bons côtés de chaque journée, et anticiper le lendemain.
- Prendre soin les uns des autres, on s'adapte, on s'appelle, on vide son sac, on rit.
- Se préserver de l'effet anxiogène du visionnage en continu des chaînes d'information.

Alors,

- Remplacez la morosité par de l'inventivité ! Cela vous aidera à vous évader, à stimuler votre imagination et vos émotions positives.

Vous avez déjà des idées, continuez à nous les partager.

- Positives, nées !



PETITES ET GRANDES NOUVELLES

- ★ **Dany se fixe des objectifs pour passer le temps**

Bonjour à tous !

Nous sommes tous dans le même « bateau » et le trajet, vers des jours meilleurs, risque d'être un peu long... Aussi, je vous souhaite de passer cette période troublée, avec patience et sérénité.

Quelques objectifs pour faire passer le temps.

Dès le début du confinement, j'ai entrepris le nettoyage des vitres et lavage des doubles rideaux à raison d'une fenêtre par jour (il faut bien faire durer le plaisir) ! Ça c'est fait ! Scrabble sur ma tablette, lecture, Netflix avec sa liste de films et séries, quelques mouvements de Gym, monter plusieurs fois les escaliers de l'immeuble téléphoner avec les amis, afin de ne pas rompre le lien qui nous unit et plusieurs fois par jour, vidéo avec ma fille Valérie qui vit à Boston. Elle aussi et son compagnon sont confinés et travaillent à partir de leur appartement. Question cuisine, je « pâtisais » et me suis lancée à faire du pain maison. Pour un 1er essai je ne suis pas mécontente du résultat.

Et pour que le moral reste au beau fixe, apéritif tous les soirs ! (avec modération) Pas de bisous, mais des pensées affectueuses à vous tous. Si j'avais une baguette magique, je dirais « stop au coronavirus » et la vie reprendrait son cours normal... ♥ **Dany** (Mercredi)

- ★ **Des tonnes de cookies pour Anne**

J'espère que vous allez bien et que vous faites attention à vous ! Voici une photo de l'activité familiale du jour, nous avons fait des cookies (on s'occupe pendant le confinement). Je pense à vous, j'ai hâte de vous retrouver et vous promets de ramener des cookies à la rentrée (Milliassam). A très bientôt, prenez soin de vous pendant cette période de confinement. **Anne** (Mardi) puis (Lundi)



- ★ **Roseline a la pêche**

Conversation téléphonique avec Marie entrecoupée de nombreux rires.

Je couds avec une aiguille un grand napperon. Avec du bleu et d'autres couleurs, du rouge, du violet. C'est du point de croix. J'ai encore plein de couture à faire, après j'ai du tricot, l'écharpe bleue toujours. Je suis contente de faire des voyages musicaux avec Henriette. **Roseline** (Mardi, Jeudi)



- ★ **Odlie, poète**

Le Châtaignier

Où vas-tu beau châtaignier

Avec tes feuilles mordorées

Tu te diriges vers l'automne

Où tout tremble et tout somme ?

J'entends au loin le clocher du village

Et je me dis vu mon grand âge

Que tu devrais aller avec des amis

Mais tu n'en as pas envie

C'est un poème que j'ai écrit il y a beaucoup d'années, au moment d'un coup de blues !



- ★ **Programme d'activités pour Julien**

Avec la note bleue, par Skype, le mardi j'ai cours de gym et le jeudi, j'ai musique. Autrement, je joue au scrabble et au tarot. Ce serait sympa de jouer au tarot quand on retournera à Grenelle. J'ai hâte de retrouver tout le monde. **Julien** (Mardi)



- ★ **Mathieu grand-père**

Antoine est né le 14/3. La veille du confinement.

Il est mon seizième petit enfant. Le 12ème petit fils.



- ★ **Fabien "sprinteur"**

Je vais bien. Aujourd'hui je profite du soleil, je suis allé faire un tour au parc Pic, puis au parc de Saint Cloud. C'est là que je me suis fait poursuivre d'abord par la police, puis par l'armée. Heureusement, j'avais mis mes "Nike Air", j'ai pu les semer, quant au plus téméraire, un croche "canne" a fait l'affaire. Moralité, ne jamais sortir sans ses Nike et sans sa canne! **Fabien** (Lundi, Mercredi)



- ★ **Théodora a de l'occupation**

Bonjour à tous,

Je suis confinée à Paris en attendant de rejoindre Simon de Cyrène à Vanves. Les journées passent -tranquillément. J'ai fait une construction Lego et de la peinture. J'ai entrepris de copier à l'ordinateur le Seigneur des anneaux de Tolkien sous la dictée de ma mère qui essaie de se tricoter une écharpe. C'est long mais ça occupe. Simon, j'écoute pas mal de musique et d'audiobooks. J'ai la chance de pouvoir descendre chaque jour dans le jardin de la résidence et je marche un peu avec mon déambulateur. J'espère vous retrouver en mai... ou en juin. Je vous embrasse. **Théodora** (Jeudi)



★ Edouard est en famille

Je vais bien, je reste chez moi avec ma femme et ma fille. Elles me font des bons petits plats. Je vous fais un énorme bisou (avec le bruit). **Edouard (Mardi)**



★ Mamoures et jeux pour Cécile

Seule résidente avec Jérôme, c'est en petit comité que les journées se passent dans la bonne humeur. **Cécile (Jeudi)**



★ Spiritualité et positivisme pour Béranger

Covid 19 est un appel divin pour que les hommes se recentrent sur l'essentiel. L'essentiel qui est la prière, l'essentiel qui est l'action de grâce, l'essentiel qui est bénédiction. C'est ainsi que je le ressens. Il faut toujours accepter les situations que l'on ne choisit pas. C'est difficile de toujours accepter, mais il faut toujours garder la foi et l'espérance. **Béranger (Lundi, Mercredi, Jeudi)**



★ Découvrez la suite du feuilleton d'Isabelle (Retrouver le début dans le spécial confinement #3)

"Dans ce magnifique paysage on voit soudain l'usine de parfum de Grasse. Cette dernière est fermée pour un mystérieux problème. ... nous pénétrons dans l'usine. Il y a des barricades devant le musée du parfum.

De nombreux policiers gardent le musée et empêchent les curieux de passer.

Le gardien du musée a été assassiné par des voleurs!

Ils étaient 4 semble-t-il. Le gardien n'a pu se défendre. Il n'a pas eu le temps non plus d'appeler au secours.

En effet les 4 bandits voulaient cambrioler la caisse du musée.

Ils étaient armés d'un pistolet. Le pauvre gardien a été tué sur le coup.

L'un des bandits a mis son arme dans la main du gardien, un autre a déposé une lettre. ... Pour masquer le crime en suicide" **Isabelle (Mardi)**



★ Christian l'astucieux !

Se promener pendant le confinement est parfois compliqué... Une astuce consiste à louer un animal de compagnie. A l'heure, ou plus régulièrement. Pensez-y. **Christian (Mardi)**



★ Par la fenêtre de Marlène



View / Vue chez Marlène

Depuis trois semaines je suis confinée chez moi.

Oh du jamais vu : moi qui aimais prendre ma drogue (le café) dans les bars, voilà j'ai plus le choix. Je suis obligée de prendre le café au salon devant la télé et à ma fenêtre en regardant l'Oise et les voitures qui passent.

Je suis sûre de quelque chose : ça finira un jour et on se retrouvera un mardi à table rue de Grenelle autour de bons plats, mais quel jour je ne sais pas...

Marlène (Mardi)



★ Un grand bonjour de la part de Danielle et Bernard

Pour nous le confinement n'est pas pénible. Nous avons la chance d'avoir un balcon. Les journées se déroulent calmement avec différents ateliers, ménage, cuisine, mots croisés, Scrabble, lecture, Etc....

Nous avons des nouvelles de Simon de Cyrène car nous téléphonons souvent. Le méchant virus a fait son apparition et les résidents sont consignés dans leurs appartements. Nous avons parlé avec Jacques et Fabien. Ils étaient contents de partager un moment au téléphone. Matthieu est parti dans sa famille, Béranger va bien. Nous avons eu aussi des nouvelles de Sébastien et Franck.

Un grand bonjour à tous et toutes sans oublier les assidus du mercredi. A bientôt prenez soin de vous. **Bernard et Danielle (Mercredi)**



★ Un confinement en dents de scie, par Astrid

Ça fait à présent un mois que le confinement a commencé et il ne semble pas prêt de s'arrêter. J'ai beaucoup de chance d'être dans ces conditions ; je suis dans ma maison de campagne, je peux lire et aller faire du vélo quotidiennement. Le plus important sont les personnes avec qui je suis ; à savoir ma sœur et mon frère préférés ainsi que leurs familles.

Au début de la crise sanitaire j'étais même heureuse d'être là et avec qui je suis mais avec le temps tout s'en va. Le jour où je m'entends bien avec mon frère Pierre, ça ne va plus avec ma sœur Caroline et vice versa. La semaine dernière a été compliquée, j'ai pleuré durant toute une journée mais j'ai eu la dame aux chats au téléphone et les choses sont sensiblement rentrées dans l'ordre.

Chaque année nous fêtons Pâques à la campagne. Cette année le week-end pascal a été différent, nous étions en petit comité sans ma grand-mère et nous ne sommes pas allés à la messe. J'ai donc regardé la messe à la télévision puis ai écouté la bénédiction du Pape François. Il a dit que le confinement n'était facile pour personne et qu'il était vital pour chacun de faire des efforts et prendre sur lui. Nul ne sait combien de temps cela va durer, la chose positive c'est que tout a une fin.

Pour Pâques nous avons eu le traditionnel gigot d'agneau. Pierre orchestre les différents menus, il a notamment hiérarchisé les plats en fonction des habitants de la maison. Il tente de faire de l'art culinaire et essaye de diversifier au maximum les menus. Il a notamment fait du chou farci, mon beau-frère des pizzas et j'ai fait des lasagnes au saumon. Ce soir ma belle-sœur va nous concocter un Chili con carne.

Certes il y a d'importantes tensions durant cette période si atypique mais également de jolis moments. La lecture étant plus agréable à la campagne qu'en ville, j'en profite pour dévorer des livres. Je suis en train de lire le journal d'Anne Frank et trouve ça très intéressant de le lire en ce moment. Il était interdit pour les juifs de sortir pendant certaines heures ou bien de faire du sport comme de la course à pieds. Aujourd'hui nous devons avoir une attestation pour aller nous promener.

Heureusement internet fonctionne dans la maison. Je peux voir mes amis et les appeler en vidéo. La semaine dernière nous avons fait une vidéo avec mes meilleures amies, ça m'a fait beaucoup de bien de toutes les apercevoir. Je peux voir ma mère tous les jours, ce qui me rassure grandement. Internet me permet également d'assister à mes cours d'anglais par vidéo.

Nous passons notre temps à jouer au Scrabble. La dame aux chats dit que c'est un excellent jeu de rééducation pour faire travailler la flexibilité, la précipitation, l'organisation et tellement plus. Nous devrions y jouer rue de Grenelle !



Voilà une photo de ce que je vois quotidiennement

Nous avons regardé l'allocution de la reine Elizabeth II à la télévision, ce soir c'est au tour du président de la République. Il va sûrement parler de l'état de la France, de la prolongation du confinement et des nouvelles mesures de restriction. Avec une partie de mes habitudes, de la rééducation hebdomadaire par téléphone et un minimum de sport, je me sens moins désorientée et ai plus de facilité à résister au confinement. J'espère que le vôtres n'est pas trop compliqué et que vous trouvez de quoi vous occuper. Heureusement il fait chaud et le soleil se couche plus tard, les beaux jours reviennent. **Astrid (Lundi)**



★ La Normandie pour Lionel

Gustavo et José Luis sont avec Lionel en Normandie, ils s'occupent de lui, font de l'exercice et des jeux de société. **Lionel et José Luis (Lundi, Mercredi, Vendredi)**



★ Véro retrouve nos classiques de Grenelle

Je suis confinée au Chesnay. Je lis beaucoup, je fais des parties de Scrabble, de Rummikub, de Crapette, je vais me promener tous les jours... et je repasse l'**Véronique (L'inoubliable)**



★ Sylviane et Pierre se retrouvent au Touquet



Archives d'Alexandre Petit de Touquet

Depuis l'accident de Cécile en août 93, nous n'avons pas souvent eu la possibilité de nous retrouver, Pierre et moi. C'est chose heureuse qui se fait malgré nous. Cécile est confinée à Maloya avec des aidants garnés, masqués, blousés. Ils ont un grand jardin accessible par le balcon. En ce moment ils sont bien occupés en lisant, écoutant de la musique, jouant au Scrabble et autres jeux. Cécile est calme et gaie. Nous lui téléphonons tous les jours. Elle comprend la situation. Les trois autres résidents sont chez leurs parents. De notre côté nous avons moins de force pour aider Cécile et nous sommes rassurés de la savoir paisible et en de bonnes mains. Jérôme, autre résident sculpteur et calligraphiste, est calme, doux, attentionné et amical.

De notre côté nous découvrons la nature avec ce printemps tellement chaud. Bien sûr nous n'avons pas le droit de nous promener sur la plage ni dans les forêts. Nous faisons les courses alimentaires à pied, 6kms. C'est une ville « belle au bois dormant », presque sans voitures. Un soleil insolent, les oiseaux reprennent leurs droits.

Les fenêtres ouvertes en grand nous préparons les repas, jardinons avec plaisir, nous avons le temps. Nous déjeunons dehors depuis le début et découvrons cette belle vie à deux. Je n'oublierai pas notre chance, malgré le terrible virus. Les odeurs, les sons, le printemps qui bourgeoonne, le soleil, la lune, plus belle de nuit en nuit. Les Hauts de France sont peu touchés jusqu'à présent, les villages sont petits et très espacés.

Nous aimons lire vos bulletins si variés. Merci, nous restons proches.

Nous avons eu Nicole Smodis au téléphone et d'autres anciennes bénévoles, cela fait chaud au cœur. Très amicalement. **Sylviane** (Lundi)



★ Soufflez vos mots à Irène

Je brode pour passer le temps, je trouve des mots avec les lettres de coronavirus, c'est un nouveau jeu! **Irène** (Lundi)



CORONAVIRUS
Aix - EC - Blu -
Ablur - Cor - Nu

★ Halim trouve son rythme

Je vais bien, je regarde des films, la télé, je vais sur l'ordi, j'écoute de la musique, je lis des bouquins. Je vais sur le balcon et me balader un peu avec ma maman. Je fais des exercices de boxe pour garder la forme. J'espère que tout le monde va bien. **Halim** (Lundi, Mardi, Mercredi, Jeudi)



BONS PLANS "CONFINEMENT"

★ **Inspirez-vous du monde médiéval en découvrant les ressources du Musée de Cluny en ligne**

Proposé par Diane : <https://www.musee-moyenaie.fr/>

Retrouvez de nombreuses vidéos autour des expositions du Musée de Cluny sur Youtube: <https://www.youtube.com/user/museedcluny/favorites>

Mais aussi des patrons de broderie : <https://www.musee-moyenaie.fr/ressources/2-briv-a-la-main.html>

★ A vos recettes

Bienvenuti a Capo Taormina

Proposé par Bastien, en italien – Ricetta Spaghetti del mare del Grande Blu – Recette aux fruits de mer célèbre et spaghetti du Grand Bleu connu de tous cinéphiles avertis



Ingredienti

- Cinquecento grammi di spaghetti.
- Duecentocinquanta grammi di miscela di frutti di mare congelati.
- Duecentocinquanta grammi di crostacei (cozze, armi, vongole...).
- Venti di vino bianco.
- Otto scampi.
- Due spicchi d'aglio.
- Sei cucchiari di olio d'oliva.
- Un breve brodo di pesce.

Ricetta

- 1) Sbucciate l'aglio et tritelo finemente
- 2) In una casseruola, soffriggere l'aglio in due cucchiari di olio d'oliva. Aggiungli il vino bianco appena prima di colorare l'aglio.
- 3) Aggiungli la miscela di frutti di mare, abbassa il fuoco e fai sobbollire per dieci minuti a fuoco medio.
- 4) In una casseruola diluire il brodo di campo in un litro d'acqua. Portare a ebollizione e aggiungere gli scampi e i crostacei. Lasciar sobbollire per tre minuti. Scolare e sbucciare gli scampi, mantenendo la coda.
- 5) Cambiare l'acqua nella casseruola e cuocere gli spaghetti al dente, secondo le indicazioni sulla confezione.
- 6) Scolare gli spaghetti e servire al piatto. Cospargere con il resto dell'olio d'oliva, mescolare con una porzione di aglio fruttu di mare.
- 7) Circondare con conchiglie e parte superiore con scampi.

"Laver son linge sale en famille"

Proposé et testé par Marie – Faire sa lessive maison



Ingredientes pour 3 litres de lessive

- 80g de savon de Marseille
- 3 cuillères à soupe de bicarbonate de soude
- 3 cuillères à soupe de vinaigre blanc
- 3 litres d'eau

Ricette

- 1) Répérez 80g de savon de Marseille (ou prenez des copeaux).
- 2) Faites-les fondre à feu doux dans 1 litre d'eau très chaude. Laissez faire un bouillon. Mélangez bien.
- 3) Versez dans une grande bassine avant d'ajouter 3 cuillères à soupe de bicarbonate de soude et 3 cuillères à soupe de vinaigre blanc (la réaction chimique fait monter le volume).
- 4) Laissez reposer pendant 1h, puis allongez avec 1 litre d'eau tiède.
- 5) Le lendemain, allongez de nouveau avec 1 litre d'eau froide et mélangez bien.
- 6) Facultatif: Ajoutez quelques gouttes d'huiles essentielles pour le parfum (citron, lavande...).
- 7) Laissez 2/3 jours dans la bassine et mélangez régulièrement (pour une meilleure texture). Mettre en bouteille.

★ A vos masques, prêts, partez!

Masque en tissus avec ou sans machine à coudre, masque en papier, feuille plastifiée sur les lunettes... Pour fabriquer soi-même un masque de protection contre le coronavirus, nombreuses sont les solutions. Retrouvez toutes les idées sur: <https://step-passions.fr/les-masques-en-fabrication>

A vous de jouer, ne sortez plus sans masque et envoyez-nous vos plus belles créations!



Thylaine en pleine conception de son masque



Thylaine, bien équipée, se souvient que l'astuce ne change avec le temps, son bécotier! **Jana**

20 CHOSES POUR T'OCCUPER

EN CONFINEMENT

- Donner
- Mûrir
- Lire un livre
- Faire un puzzle
- Faire ses ongles
- Faire un bonnet
- Tirer son dressing
- Imaginer une robe
- Faire à jour son CV
- Faire un journal de bord
- Observer les oiseaux
- Lire la presse / regarder la télé
- Faire une séance de sport
- Lire un journal de pointe
- Prendre un bain et se déshabiller
- Chercher de nouvelles recettes
- Travailler sur un projet qui te sert à cœur
- Commencer un blog instagram / youtube
- Apprendre une nouvelle langue sur internet

**CELA NE SE PASSE "PAS" A GRENELLE
CONTINUEZ A NOUS DONNER DE VOS
NOUVELLES**

**DANS LE PROCHAIN NUMERO, RUBRIQUE :
« CONCOURS PHOTO DU PLUS BEAU MASQUE
DE PROTECTION »**

Marie: coordinatrice@loisirssteprogres.org -
07.60.87.82.05

Diane: viceassociative@loisirssteprogres.org -
07.60.87.65.31

LOISIRS ET PROGRÈS

N°32 Lettre d'Information janvier 2020

76, rue des Saints-Pères 75007 PARIS (8ème) - 71, rue de Grenelle 75007 Paris (archivés)
 contact@loisirsprogres.org - www.loisirsprogres.org - Tél : 01.45.49.83.79 - 07.60.87.82.05

EDITORIAL



L'ensemble des membres de Loisirs et Progrès vous souhaite une belle et heureuse année 2020. Qu'elle soit sereine, joyeuse et apporte encore beaucoup de beaux moments partagés rue de Grenelle.



PETITES ET GRANDES NOUVELLES

★ Tristesse en cette fin d'année

Le mois de décembre 2019 a apporté des larmes et du chagrin. Successivement, nous avons appris les décès de Katia Bavoneas et d'Eric Garrot.

Katia a été adhérente de Loisirs et Progrès pendant de nombreuses années avec son frère Alexis. Elle a passé beaucoup de beaux moments à Loisirs et Progrès jusqu'en 2014.



Eric, je le cite, était "le plus heureux des hommes". Ne perdant jamais son franc sourire, notre bel homme rayonnait de gentillesse.

Nous nous souviendrons de chaque merveilleux moment passé en leur compagnie rue de Martignac, de Grenelle, à la piscine ou en sortie.



★ Nouveaux visages

Bienvenue et merci aux nouveaux bénévoles:



Marc



et Margot



Bénédicté,



Diane,



★ En 2020 Loisirs et Progrès fait sa deuxième

Malgré les nombreux dons récoltés, ceux-ci restent insuffisants. De plus les grèves de fin d'année n'ont fait qu'accroître le déficit du budget, et celui-ci n'atteint plus l'équilibre. Afin de pouvoir maintenir nos activités sans augmenter la participation journalière des adhérents, nous organisons de nouveau au printemps notre vide-greniers ! Vous pouvez noter dès à présent la date: Samedi 25 avril 2020.

Pour l'alimenter, nous comptons sur vous : confitures maison, objets de décoration, jouets, livres, cd, dvd, vêtements, artisanat, boutures de plantes, tous vos dons sont les bienvenus.

Vous pouvez les déposer dès à présent au 71 rue de Grenelle du lundi au jeudi de 9h30 à 16h30 ou au 76 rue des Saints-Pères. Merci pour votre générosité. Nous comptons sur vous !

ÇA SE PASSE A GRENNELLE

★ Déjeuner de Noël

Nous avons bravé les grèves, et même si nous étions un peu moins nombreux que d'autres années, nous avons tout de même réussi - familles - familles, amis, bénévoles, adhérents - à nous réunir pour fêter Noël. Le repas était, comme chaque année, un délice! Merci à tous d'avoir participé à l'abondant buffet, et merci aux cuisinières pour le succulent poulet au citron.

Ce fut aussi l'occasion de remercier Véronique pour ses 17 années de fidélité. Mille mercis!



RETOUR EN IMAGES SUR — les dernières découvertes parisiennes

Le dimanche 24 novembre nous sommes retrouvés tôt le matin pour aller voir au Louvre l'exposition événement de l'année : Léonard de Vinci.

Le guide fut précieux pour nous expliquer l'œuvre de l'artiste et nous frayer un chemin dans la foule...



Deux semaines plus tard, nous avons assisté à la Villette à un beau spectacle proposé par une

jeune compagnie australienne,

Gravity and Other Myths, réunissant

10 jeunes acrobates et 2 musiciens.

Des numéros audacieux et originaux, résultat d'un travail acharné et d'une longue complicité.



<p>Pour commencer l'année, le 2 janvier, nous avons visité l'exposition Tolkien à la BNF. Un voyage au cœur du monde imaginaire de l'écrivain qui a passionné les plus jeunes de nos visiteurs.</p>	
	<p>Enfin, le 4 janvier, nous sommes retournés au musée d'Orsay pour une visite guidée de l'exposition « Degas et l'Opéra ». Notre guide a su nous décrire une époque et un milieu très particulier à travers de nombreuses peintures et sculptures réunies pour une exposition unique (et très fréquentée..)</p>

Création de Lina

Création de Lina

<p>Lundi 10 février 14h Visite guidée Tarif : 8€</p>	<p>Exposition « Otto Wagner » Cité de l'architecture et du patrimoine</p>	<p>RDV : 13h30 sur place, 1 place du Trocadéro ACCES : Métro: L9 et L6 Trocadéro Bus: 22, 30, 32, 63 (Trocadéro) 82 (Léna)</p>
<p>Jeudi 13 février 11h Visite guidée Tarif : 10€</p>	<p>Exposition « Marche et dé marche » Musée des Arts Décoratifs</p>	<p>RDV : 10h30 sur place, 107 rue de Rivoli ACCES : Métro: L1 Palais Royal-musée du Louvre L7 Tuileries Bus: 24, 27, 39, 48, 68, 72, 81, 95</p>
<p>Dimanche 1 mars Visite guidée Tarif : 5€</p>	<p>Exposition « Aïlla, merveille d'Arabie » Institut du Monde Arabe</p>	<p>RDV 13h30 sur place, 1 rue des Fossés Saint Bernard (75005) ACCES : métro L7 Jussieu, L10 Cardinal Lemoine Bus : 24, 63, 67, 86, 87, 89</p>

A NE PAS MANQUER – Les sorties de février

Pour les inscriptions, merci de contacter Diane : [07 60 87 65 31](mailto:07.60.87.65.31) - vieassociative@loisirs-et-progres.org

LUMIERE SUR – Mon jardin éphémère en Art-Thérapie

Le 16 janvier dernier, nous avons passé la journée rue de Martignac et avons un peu modifié nos habitudes.

"J'ai exceptionnellement proposé un atelier de groupe autour de la création d'un jardin imaginaire éphémère, à partir d'éléments naturels. Il ne s'agissait pas à proprement parler d'un atelier d'Art-thérapie, mais plutôt de Médiation artistique pour permettre au groupe de créer des liens autour de la création. Dans ce cadre particulier d'atelier, les créations individuelles et collectives ont exceptionnellement été prises en photo pour être partagées, alors qu'habituellement les créations restent confidentielles.



Création de Dany, Lili et Valérie

Création de Gabrielle, Thibaut, Anouar et Marc

Pour ces créations éphémères, certains ont commencé par une création individuelle, qui s'est ensuite transformée pour s'intégrer dans une création collective sur un même support de création à plusieurs. D'autres se sont directement lancés dans une création collective, directement lancés dans une création collective, en circulant d'un groupe à l'autre. Pour la dernière étape de l'atelier les adhérents ont désinstallé leurs créations, en rassemblant les matières pour les faire revenir dans les boîtes où ils les avaient initialement prises.

Création d'Anouar

Les adhérents ont fait preuve d'une grande imagination. Seul, en groupe ou avec l'aide des bénévoles et stagiaires, chacun a développé un univers créatif très riche."

Capucine, Art-thérapeute

Création de Gcély, Née-Cécile, Moua et Dany

DATES IMPORTANTES

Fermeture vacances : Du 08 au 23 février inclus.

Soirée Bridge au profit de Loisirs et Progrès :
Mardi 25 février à 19h au 76 rue des Saints-Pères
Renseignements et inscriptions auprès de Catherine d'Halluin – 06.13.16.95.96

Pour les bénévoles, supervision avec Julie : Jeudi 19 mars à 16h30, à Grenelle



SAMEDI 28 MARS 2020

UNE RACLETTE
RUE DE GRENNELLE

VENEZ PARTAGER

Participation de 15 €
A partir de 12 h

Inscriptions auprès de Diane avant le 19 mars 2020
06 07 60 87 65 31

Lettre aux amis de Loisirs & Progrès

Accueil pour adultes **célibes-lesés** Mars 2020

Voici les dernières nouvelles de Loisirs et Progrès.
Elles sont riches en événements, en grandes ou petites anecdotes. Nouvelles qui témoignent toujours de l'ADN de Loisirs et Progrès :

- L'accueil de tous
- Dans un lieu de vie et de partage
- Ou chacun est unique
- Ou l'on prend soin de l'autre avec cœur

Aussi, une fois encore, nous avons besoin de l'aide de tous pour maintenir ce lieu de vie à son haut niveau d'accueil, d'entraide et d'amitié. Aide matérielle des bénévoles mais aussi financière. Aide toujours aussi précieuse pour offrir de nombreuses activités tout au long de l'année.

Merci de votre confiance et de votre générosité.

Amitiés,
François Matthieu BESSI

Le mot du Président

«Qu'ils soient heureux de venir, c'est le plus beau des cadeaux». Catherine, bénévole

Les nouvelles

Le budget 2019 est clos et, cette année encore, il n'est pas à l'équilibre.

Charges = 169 595 €

Produits = 165 053 €

Plus fort qu'un groupe, on s'apparte tous beaucoup de choses. « Domitille, stagiaire
Loisirs et Progrès est à la recherche de dons pour alimenter sa brocante : confitures maison, objets de décoration, jouets, livres, vêtements, artisanat, plantes, bouteilles de vin...
Venez nous les déposer au 76 rue des **Saints-Pères** (bureaux) ☎ 07.60.87.82.05
qui en fait m'a enthousiasmée ». Dany, bénévole

Nous entendons dire régulièrement que la meilleure cantine du quartier se trouve au 71 rue de Grenelle.
Avis aux amateurs de cuisine, vous pourrez bientôt avoir dans vos mains les secrets de nos cuisinières. « Dans les cuisines de Loisirs et Progrès 2 », notre 2ème recueil de recettes, est en cours de préparation.
Photo: Isabelle par Isabelle

Le plus important pour moi à Loisirs et Progrès sont les nouvelles rencontres... et les bans déjeuners !
Réserver, adhérent

Nous avons besoin de vous

Merci, un tout petit mot, que l'on vous dit avec tout notre cœur.
Aujourd'hui, Loisirs et Progrès continue d'exister grâce à vous, bénévoles, amis, donateurs.

Les appels que nous recevons très régulièrement de familles, de professionnels demandant une place pour des personnes ayant vécu un grave accident de vie (traumatisme crânien, AVC ...) nous poussent à continuer activement notre action de lutte contre l'isolement.

Les places en établissement médico-social sont limitées, le nombre de structures adaptées à ce type de handicap reste faible, les personnes **célibes-lesées** apprécient de fréquenter d'autres structures que celles de résidence, et les familles cherchent du soutien et du répit grâce à un lieu de confiance.

Aujourd'hui, notre grande équipe de bénévoles permet l'accueil de 40 personnes **célibes-lesées** qui se retrouvent chaque semaine dans nos locaux le temps d'une ou plusieurs journées.

Cependant, nous avons besoin de votre générosité pour que Loisirs et Progrès garde sa qualité d'accueil et perdure durablement :

- Les mouvements sociaux ont entraîné une perte financière non négligeable.
- Les adhérents souhaitent de nouveaux projets : 2 jours dans une ville de France, aller voir un grand spectacle.
- Le coût des activités primordiales pour le bien-être des adhérents, telle que la piscine, le coût de la location des locaux ou encore de l'alimentation sont de plus en plus élevés.

« Trois mots qualifiant le mieux Loisirs et Progrès : accueil, bienveillance et partage ! A Loisirs et Progrès, on apprend à écouter, comprendre chacun, jouer et cuisiner ! J'ai été particulièrement marquée par les activités proposées aux adhérents et leur implication dans chacune d'elles. Ce sont de bons moments de partage que je garderai en souvenir ».
Guillemette, ancienne stagiaire

Dates à noter dans l'agenda

RDV le Mardi 24 mars à 20H30 au théâtre de l'ASSEM (6 rue de Lapparent Paris 75011) pour la représentation «Panique au Plaza». Les dons récoltés au cours de cette soirée au profit du Rotary seront reversés à Loisirs et Progrès pour financer les interventions en art-thérapie.

RDV le Samedi 25 avril au 71 rue de Grenelle pour le 2ème vide-grenier de Loisirs et Progrès.
Venez chiner ou profiter de l'excellent salon de thé.

Retrouvez nous à la Nuit du Handicap le **Samedi 13 juin 2020 sur l'esplanade des Invalides**, en compagnie d'autres GEM d'Île de France.

Vous êtes de passage dans le quartier, vous êtes disponible le temps d'un déjeuner, **venez partager un moment avec nous** (du lundi au jeudi de 10H à 16H30).
Informez nous de votre venue quelques jours en amont au 07.60.87.82.05.

GEM LOISIRS ET PROGRES
Lieu d'activités : 71, rue de Grenelle 75007 Paris
Siège et correspondance : 76, rue des Saints Pères 75007 Paris – T. 01.45.49.63.79
contact@loisirs-et-progres.org www.loisirs-et-progres.org

Juin 2020
N° 72

Le journal des personnes traumatisées crâniennes
et cérébro-lésées d'Ile-de-France



MOTS EN TÊTE

ÉDITORIAL

Très bel été!

La période particulière du confinement que nous avons vécue ces derniers mois n'a pas entaché la belle implication des GEM. Les liens entre les adhérents, les professionnels, les administrateurs et les bénévoles ont perduré. Les coordinateurs et animateurs ont pris soin de prendre régulièrement des nouvelles des membres de leur GEM. De très belles idées se sont mises en place : visio-conférence ou télé-conférence, activités virtuelles proposées à distance, création de groupes pour échanger sur les réseaux sociaux, rédaction de journaux internes, etc... Merci aussi pour vos participations aux trois épisodes du livret de « *L'Inter GEM confiné* ».

En raison de la situation sanitaire, le Comité de Rédaction de *Mots en Tête* n'a pas pu se réunir le 14 mai 2020. Cependant, des informations et questionnements ont été envoyés au Comité concernant certaines décisions. Nous espérons pouvoir nous réunir si possible le jeudi 3 septembre.

Si la situation nous le permet, la 7^{ème} Journée Inter GEM aura lieu le samedi 10 octobre 2020 à Nanterre, dans la même salle que l'année précédente. A la date où je vous écris, la réunion de préparation n'a malheureusement pas pu avoir lieu. Votre GEM vous transmettra toutes les informations dès que possible.

Pour la prochaine question thématique de votre journal, le Comité de Rédaction vous invite à répondre à la question suivante : « *Par quelles attentions prendre soin de soi ?* ». Pour le précédent thème « *Le sport fait ma force* », je vous invite à vous rendre aux pages 5 et 6 pour découvrir tous vos témoignages.

Je vous souhaite un très bel été et vous dis à la rentrée ! Restez prudents et prenez bien soin de vous.

MARIE MEIGNEN



PEINTURE DE BERTHAUD PHOTO © GUY VERGALLIX PUBLIS

SOMMAIRE

Mieux connaître l'AFTC	P2
Le clafoutis aux cerises	P2
Bon plan	P2
Poèmes sur les saisons	P3
La poésie	P3
Quoi de neuf au GEM O'Pluriel ?	
Et ses alentours ?	P4
Le sport fait ma force	P5-6
Un peu de détente !	P7
Pour Infos	P8

Ce journal trimestriel est écrit par les treize Groupes d'Entraide Mutuelle (GEM) d'Ile-de-France, parrainés par l'AFTC. Ces différents GEM proposent des activités et des sorties pour les personnes traumatisées crâniennes et cérébro-lésées.