

GEM LOISIRS ET PROGRES

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

Activités : 71, rue de Grenelle, 75007 Paris

[www.loisirsetprogres.org](http://www.loisirsetprogres.org)



# RAPPORT D'ACTIVITES 2021

GEM LOISIRS ET PROGRES

## Table des matières

<b>Introduction</b> .....	3
<b>I. Loisirs et Progrès</b> .....	4
1. Son histoire .....	4
2. Les membres .....	5
a. Les adhérents .....	5
b. Les amis bénévoles .....	8
c. Les intervenants extérieurs .....	11
d. Les salariées .....	11
e. Les stagiaires .....	12
<b>II. La vie du GEM</b> .....	12
1. Les activités .....	13
2. Les particularités de 2021 .....	14
a. Le vécu des adhérents .....	14
b. Le vécu des bénévoles .....	15
3. Les sorties .....	15
4. Les festivités et événements .....	17
5. Les projets .....	18
a. Lourdes .....	18
b. Charte graphique .....	18
c. Les conversations Simon de Cyrène .....	18
d. Café des aidants .....	18
e. Livre de recette .....	19
f. Site web .....	19
6. Inter-GEM .....	19
<b>III. Evaluation: atteinte des objectifs</b> .....	20
1. Les indicateurs .....	20
2. L'évaluation .....	20
<b>IV. Les partenariats</b> .....	21
1. Les partenariats pour les activités .....	21
2. Les partenariats au sein du quartier : La Mairie du 7e .....	21
3. Les partenariats et parrainages avec des associations partageant la même cause .....	22
<b>V. Actions de communication</b> .....	22
<b>V. Bilan financier</b> .....	24
1. Financements .....	24

<b>2. Rapport Financier de l'exercice 2021</b> .....	25
<b>VI. Conclusion : l'année en chiffres</b> .....	26
<b>VIII. Projections pour l'année 2022</b> .....	26
<b>IX. Remerciements</b> .....	27
<b>Annexes</b> .....	28
Lettre d'information .....	28
Lettre aux amis .....	30
Mots en tête – première page .....	31



*Sortie au Café Joyeux*

## 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 la continuité des aléas de l'année 2021, dans la même direction que les années précédentes, Loisirs et Progrès a poursuivi sa route dans sa lutte contre l'isolement.

L'année 2021 a commencé comme 2020 s'est terminée, sous les protocoles sanitaires et gestes barrières restreignant l'accueil. Cette poursuite de la crise sanitaire, a demandé encore une fois, à chacun beaucoup de patience et un grand pouvoir d'adaptation. Comment gérer les incertitudes? Comment faire du collectif lorsque l'on ne peut se regrouper qu'en petit groupe? Comment s'aider et se soutenir sans se voir? Comment continuer nos activités de lien tout en se tenant à distance?

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. Les effectifs plus importants en 2021, l'envie de tous d'être présents, ont montré encore que l'accueil à Loisirs et Progrès est primordial pour les personnes cérébro-lésées.

Nous pouvons affirmer que nous sommes admiratifs de l'engagement de tous pour garder l'association à flot, de 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 forts que l'épreuve de la crise.

Nous sommes admiratifs du dévouement des bénévoles que ce soit à distance ou en présentiel, que ce soit de façon ponctuelle ou régulière.

Malgré les difficultés liées à l'isolement, aux cas contacts répétés, à la crainte du virus pour certains, nous sommes admiratifs de la force et de la patience dont font preuve ceux que nationalement nous appelons "les plus fragiles".

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

En 2021, encore une fois, nos valeurs de solidarité, d'entraide, de soutien, notre esprit de famille, ont fait sens.

Plus que jamais, nous sommes reconnaissants d'avoir pu poursuivre notre action, même si celle-ci se faisait de façon restreinte.



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

*« Plus fort qu'un groupe, on s'apporte tous beaucoup de choses ».  
Domitille, stagiaire 2019.*

## 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 2021, le GEM a compté une centaine de personnes :

<p style="text-align: center;"><b>Conseil d'Administration :</b></p> <p style="text-align: center;">1 Président 1 Trésorière 1 secrétaire 5 Administrateurs (dont 3 Adhérents traumatisés-crâniens)</p>
---

<p style="text-align: center;"><b>Gestion de l'Association :</b></p> <p style="text-align: center;"><b>76 rue des Saints Pères</b></p> <p style="text-align: center;">1 Coordinatrice (salariée) : Marie 1 Chargée de mission (salariée) : Diane</p>
--

<p style="text-align: center;"><b>Gestion du lieu d'activités:</b></p> <p style="text-align: center;"><b>71 rue de Grenelle</b></p> <p style="text-align: center;">46 Adhérents Traumatisés-Crâniens / Cérébro-lésés 2 Bénévoles—Responsables de journée 29 bénévoles 9 stagiaires</p>
--

<p style="text-align: center;"><b>Intervenants :</b></p> <p style="text-align: center;">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)</p>
--

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 eux 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



Lecture du journal

de « famille » et ce lieu constitue pour un certain nombre d'entre eux une véritable respiration.



Atelier chant

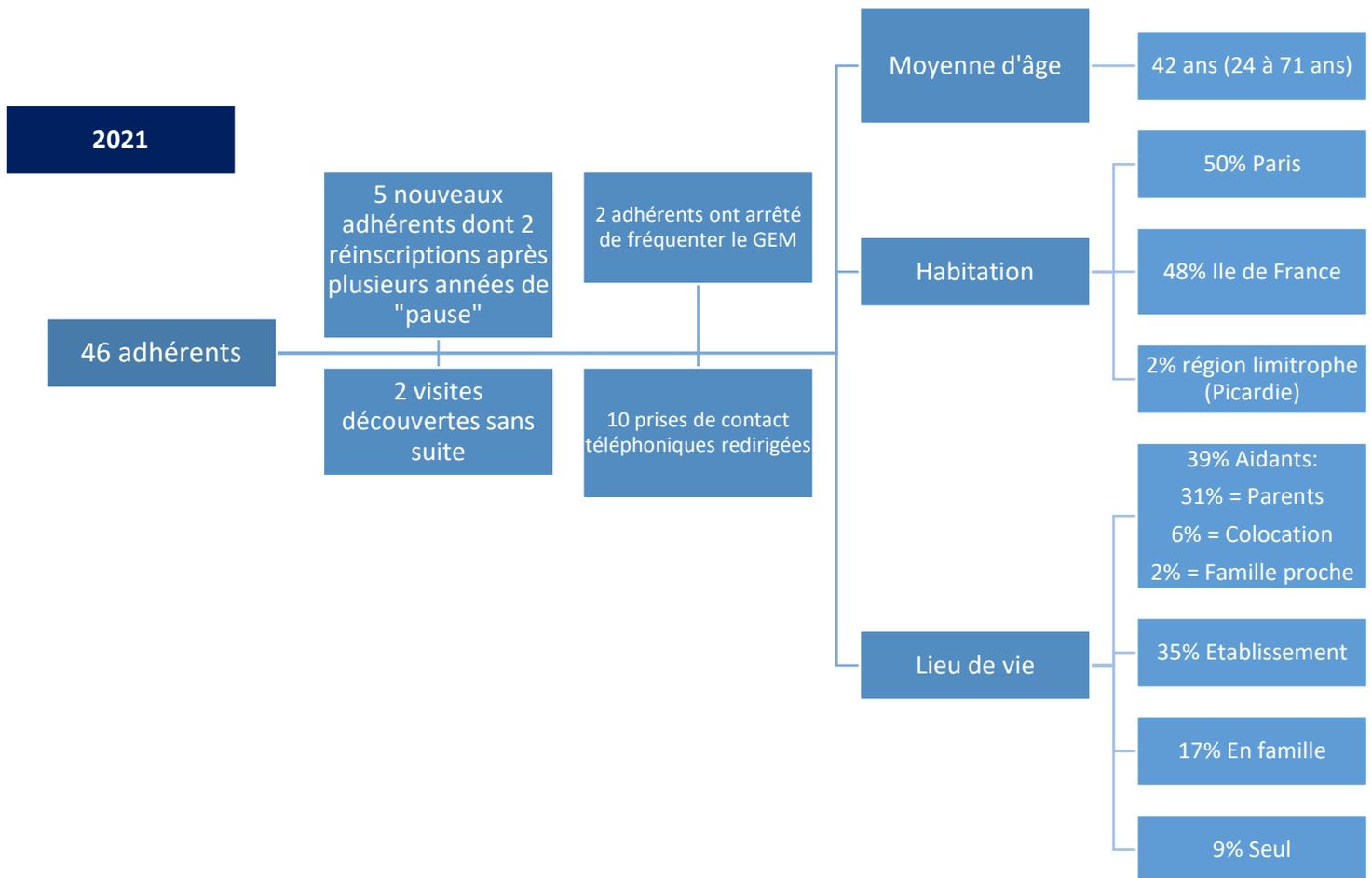
Outre cet aspect familial, les adhérents TC/LC ont à cœur de partager des savoir-faire et d'exercer des disciplines artistiques.

Ils ont choisi de s'engager dans différents projets artistiques : théâtre, peinture, sculpture, chant ou encore expression corporelle, qui leur permette 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. L'investissement et les productions réalisés sont extrêmement valorisants 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 2021:



Après un début d'année restreint, la rentrée de septembre 2021 a permis l'accueil de nouveaux adhérents. Le retour d'adhérents après plusieurs années d'absence pour suivre d'autres projets, supporte l'idée de l'importance de Loisirs et Progrès et prouve l'importance du soutien qu'apporte Loisirs et Progrès à nos adhérents.

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

*« 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 restreindre fortement la fréquentation et à adapter notre amplitude horaire d'accueil.



Jeux de société

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 sur la première partie de l'année. La difficulté à anticiper la seconde partie a entraîné quelques soucis de planifications de trajets annuels les premiers mois de rentrée.

	<b>Janvier et février</b> 6 semaines Accueil: 13h - 17h30 Pas d'intervenants Pas de piscine	<b>Vacances de février</b> 2 semaines Accueil: 13h - 17h30 Pas d'intervenants Pas de piscine	<b>Mars à mai</b> 11 semaines Accueil: 13h - 17h30 Pas d'intervenants Pas de piscine	<b>Vacances d'avril</b> 2 semaines Accueil: 13h - 17h30 Pas d'intervenants Pas de piscine	<b>Juin</b> 5 semaines Accueil: 13h - 17h30 Intervenants Pas de piscine	<b>Septembre à Décembre</b> 11 semaines Accueil: 10h30 - 16h30 Intervenants
Lundi	7 adhérents	Ouverture 1 jour sur 2 7 adhérents	8 adhérents	Ouverture 1 jour sur 2 7 adhérents	8 adhérents	15 adhérents inscrits
Mardi	7 adhérents		8 adhérents		8 adhérents	15 adhérents inscrits
Mercredi	7 adhérents		8 adhérents		8 adhérents	15 adhérents inscrits
Jeudi	7 adhérents		8 adhérents		8 adhérents	15 adhérents inscrits
Vendredi	7 adhérents		8 adhérents		8 adhérents	8 adhérents

L'activité piscine a repris en septembre avec l'obligation de présentation d'un pass sanitaire vaccinal. Entre la crainte face au non port du masque dans l'eau, et les absences pour motifs médicaux, l'activité a souffert d'une baisse des inscriptions et la fréquentation a été très faible de septembre à décembre.



Atelier théâtre

## b. Les amis bénévoles

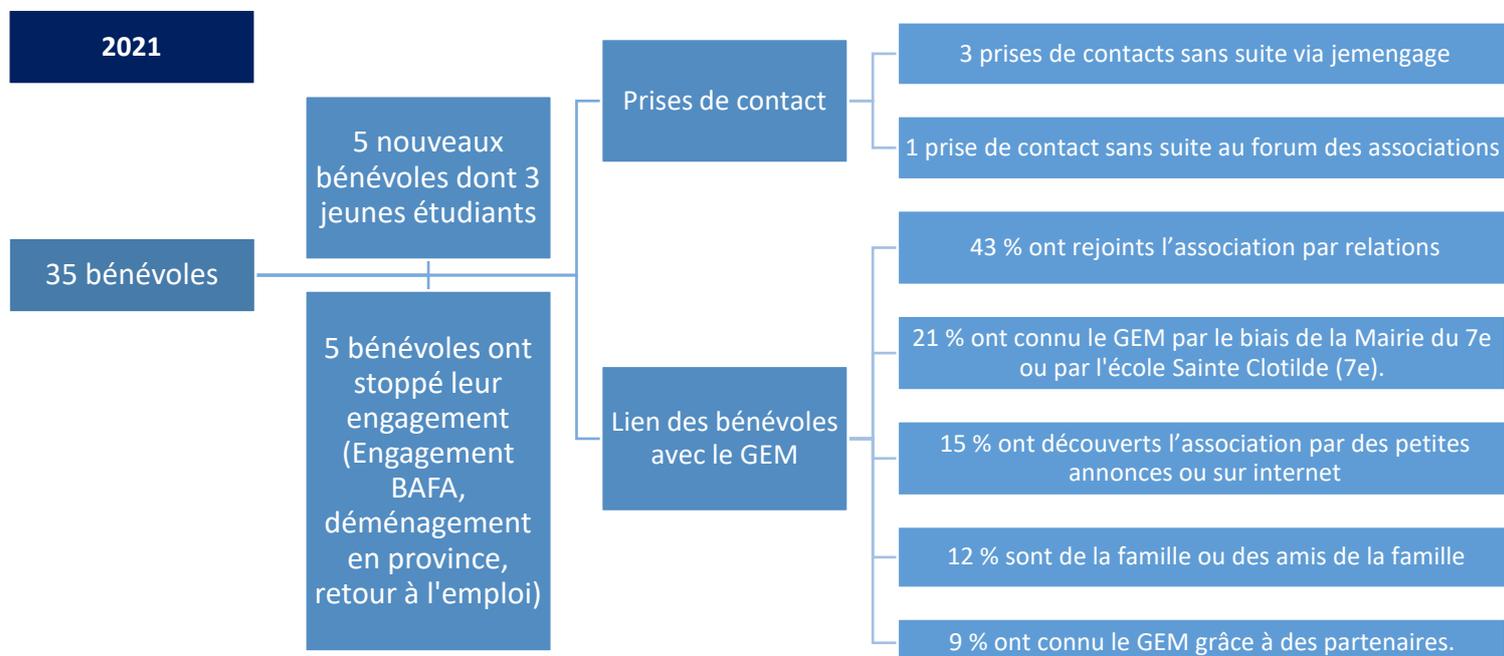


Les amis bénévoles soutiennent et encouragent les adhérents dans leurs responsabilités en tant que membres actifs du GEM. De nombreuses et solides amitiés se tissent grâce à la bienveillance mutuelle et au désir de faire ensemble. Les bénévoles sont un réel soutien pour la gestion des journées. Ils aident 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 de l'adhérents nécessite un accompagnement plus personnalisé.

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 de l'adhérents nécessite un accompagnement plus personnalisé.

*« Prise par tant de chaleur et d'humanité, je me suis découverte, senti bien avec eux, alors qu'avant s'était des gens que je ne voyais pas, que je ne voulais pas voir. Ils m'ont beaucoup apporté ». Dany, bénévole*

Les bénévoles en 2021:





En 2021, le nombre de bénévoles a légèrement faibli, suite à des départs en province. La présence des bénévoles restant a été amoindrie par la crise sanitaire: peur du virus, restriction de l'accueil et donc limitation du nombre de bénévoles nécessaires sur place. La mise en place de la vaccination a permis un retour échelonné des bénévoles. De nouveau

profils, jeunes et motivés, sont venus rejoindre l'équipe. Cette jeunesse est très appréciée par les adhérents.

En début d'année nous avons pour la première fois accueillie un jeune en engagement BAFA. Afin d'obtenir un financement pour sa formation, il devait réaliser des heures de bénévolat qu'il a effectuées chez nous.

*« Pendant les 35 heures de bénévolat que j'ai accumulées chez Loisirs et Progrès, j'ai pu apprendre à savoir comment me comporter et interagir avec des personnes cérébro-lésées. J'ai pu me séparer de ma gêne ou de ma peur de ne pas savoir quoi faire ou quoi dire et j'ai appris à m'amuser avec ces personnes. Ce temps passé chez Loisirs et progrès m'a aussi permis d'accumuler davantage d'expérience dans le domaine de l'animation. J'ai été très bien accueilli dans cette ambiance familiale et je recommande vivement aux jeunes comme moi de venir passer du temps chez Loisirs et progrès ». Antonin, Engagement BAFA.*



En juin, des jeunes étudiants ayant terminé leur année scolaire sont venus soutenir l'équipe. Certains sont même revenus à la rentrée lorsque leur emploi du temps scolaire leur permet.

Nous voyons également en 2021 apparaître des soutiens bénévoles ponctuels de personnes en recherche d'emploi qui souhaitent donner de leur temps en parallèle de leurs recherches professionnelles.



Nous pouvons également souligner la générosité des bénévoles déjà engagés face au manque de bénévoles à la rentrée de septembre. La journée du mardi ne comptait à ce moment-là plus qu'une bénévole. Mais 2 bénévoles déjà engagées sur le lundi ont pallié le manque et sont finalement restées engagées toute l'année. Un bénévole de la piscine est également venu ponctuellement soutenir l'équipe.

La présence des bénévoles sur l'année représente 2596 heures (contre 2218h en 2020 et 4356h en 2019).

### Valorisation du bénévolat - 2021

Réalisé sur les bénévoles ayant fréquentés LetP en 2021 et sur les particularités sanitaires de l'année

	Janvier à juin 2021		Septembre à décembre 2021		Total heures/an
Lundi	4h X 3 bénévoles x 22 sem	264	7h x 5 x 11	385	649
					0
Mardi	4h X 0 x 22	0	7h x 3 x 11	231	231
			4h x 1 x 11	44	44
Mercredi	4h X 3 x 22	264	7h x 5 x 11	385	649
					0
Jeudi	4h x 2 x 22	176	7h x 6 x 11	462	638
	3h x 2 x 22	132	3h x 2 x 11	66	198
					0
Vendredi	4h x 1 x 22	88	3h x 3 x 11	99	187
					0
<b>SOUS-TOTAL</b>					<b>2596</b>



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.

En 2021, encore peu de formations ont pu avoir lieu. Beaucoup ont été annulées ou mises en suspens à cause des restrictions. La dynamique particulière de cette année a joué à la fois sur l'offre de formation proposée, mais aussi sur la demande de la part des bénévoles.

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-ci seront reproposées ultérieurement.

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

Intitulé	Organisme de formation	Date	Participants	Coût réel
La lésion cérébrale acquise, premières notions	CRFTC	04-oct-21	0	0 €
PSC1	Croix rouge	nov-21	<b>EN ATTENTE DE REPRISE DES FORMATIONS</b>	0 €
Optimiser l'animation d'un GEM	UNAFTC	22 et 23-nov	<b>1 (EN VISIOCONFERENCE)</b>	<b>250 € /personne</b>
Séminaire - Douleurs et traumatisme	ARTC IDF	9-dec-21	<b>ANNULE</b>	0 €
Les troubles de la déglutition et leur prise en charge	CRFTC	Mars-21, reporté en juin-21, puis en 2022	<b>REPORT</b>	0 €

### c. Les intervenants extérieurs



12 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'art thérapeute recrutée en septembre 2020, n'a pas eu l'occasion d'effectuer de séances en 2021, suite aux restrictions d'accueil. Celle-ci ayant déménagé, une nouvelle art-thérapeute a pris la relève en septembre 2021.

La reprise des activités avec les intervenants en juin 2021 fut une réelle joie pour les adhérents, très demandeurs des activités artistiques encadrées.

*« J'ai vraiment plaisir à retrouver les autres adhérents et à me remettre à la peinture avec des intervenants attentifs et de bon conseil » Liliane, adhérente*

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 ont servi d'illustrations pour la création d'un livre de recette.



Atelier peinture

*« Venir à Loisirs et Progrès fait partie de ma rééducation et les séances de Feldenkrais du lundi matin me font un bien fou ! » Astrid, 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, des événements et des sorties.
- Le travail administratif (courriers, comptes-rendus, communication, appels téléphoniques, relation avec les partenaires...).
- La facturation, les dons, 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 2021 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.



9 stagiaires sont venus découvrir la vie du GEM en 2021 lors de stages d'une durée d'1 semaine à 7 semaines :

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

Loisirs et Progrès tient à n'accueillir que 2 stagiaires à la fois afin de leur offrir un accompagnement de qualité, mais aussi pour favoriser la participation de chacun. De ce fait, nous avons dû refuser de nombreuses demandes de stages.

Dans le cadre de leur 2<sup>ème</sup> année de BTS ESF les étudiants doivent animer un projet. Une stagiaire a en 2021 réalisé une animation sur le tri sélectif pour les adhérents et bénévoles de Loisirs et Progrès.

*« En effet Loisirs et Progrès m'a complètement conforté dans mon choix de travailler avec les personnes en situation de handicap alors j'espère arriver à mon but ». Marina, 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, dont l'accueil est classique, permet en moyenne à 15 adhérents et 6 amis de se retrouver au 71 rue de Grenelle dans le 7<sup>ème</sup>.

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 en 2021 à 6 adhérents de bénéficier d'une activité sportive encadrée. La piscine étant dans un établissement médico-social, la piscine n'a eu lieu que de septembre à décembre.



Activité piscine

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



Atelier chant

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...

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

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
	<b>Pas d'activités pendant les vacances scolaires — Des sorties seront proposées</b>				
<b>Lieu</b>	71 rue de Grenelle 75007 Paris				St Jean de Dieu 205 rue de Javel 75015
<b>10H—12H30</b>	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 Delphine Jeux de société <i>Déjeuner</i>	Piscine Emmanuel Groupe 1 : 13H45-14H30
<b>14H—16h</b>	Théâtre Serpentine & Morgane	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 2021

### a. Le vécu des adhérents

Le maintien des activités l'après-midi en présentiels de janvier à juin 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 et certains aussi les déjeuners.

	Janvier	Février	Mars	Avril à Juin
<b>Présentiel</b>	22 adhérents	23 adhérents	25 adhérents	26 adhérents
<b>Distanciel</b>	18 adhérents	17 adhérents	15 adhérents	14 adhérents



De janvier à juin certains adhérents ne sont pas revenus par peur du virus, (la mise en place de la vaccination a amené un retour progressif), ou dû à un temps de trajet trop long pour venir sur une demi-journée. Dans les adhérents n'étant pas revenus, nous comptons également 4 adhérents inscrits uniquement sur l'activité piscine qui n'avait pas lieu.

Des visites à domicile ont eu lieu pour une adhérente isolée.

Nous avons fait une demande auprès des "Petits frères des pauvres" pour lui permettre de la visite, mais l'adhérente n'a pas souhaité l'aboutissement de cette démarche.

Le lien en distanciel a été compliqué à maintenir par les salariés, qui étaient également en présentiel. Peu d'adhérents se permettent d'appeler les salariés pour discuter, mais ils expriment de la joie lorsque l'on prend le temps de les appeler, et certains appels peuvent durer. Une adhérente a fait part, tardivement, de son envie de visite à domicile.

#### b. Le vécu des bénévoles

La présence de bénévoles a été limitée à une petite équipe en début d'année par crainte du covid. La mise en place du vaccin a amené les bénévoles à revenir au fur et à mesure. Cependant, les effectifs du groupe étant limité, les bénévoles avaient peur de "déranger". Mais des visites ponctuelles de beaucoup de bénévoles souhaitant venir dire bonjour ont eu lieu.

Les échanges de nouvelles par mail avec les bénévoles se sont essouffées avec le temps.

Certains bénévoles ne sont pas revenus de leur campagne et ont choisi d'y rester définitivement.

Loisirs et Progrès a la chance d'avoir une équipe de bénévoles fidèle et généreuse, qui permet de surmonter les aléas année après année.

### 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 contexte différent 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 des suggestions 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 2021 est restée une année particulière :

Les musées, monuments historiques, restaurants, cafés, cinémas ont été fermés une bonne partie de l'année pour raisons sanitaires. Nous n'avons repris nos sorties qu'au printemps, à partir du 12 juin et n'avons donc rien pu proposer à nos adhérents pendant la moitié de l'année.

Bilan de l'année : 16 sorties organisées en 2021 (contre 18 en 2020, 25 en 2019, avant la crise sanitaire).

DATE	LIEU	THEMATIQUE	PARTICIPANTS
12 juin	Esplanade des Invalides	Nuit du Handicap	5 adhérents 8 accompagnateurs
26 juin	Museum d'Histoire naturelle	Exposition « Pierres précieuses »	4 adhérents 7 accompagnateurs
3 juillet	Saint Maur des Fossés	Balade à vélo fauteuil	2 adhérents 4 accompagnateurs
5 juillet	Café Joyeux	Déjeuner	3 adhérents 6 accompagnateurs
7 juillet	Musée d'Orsay	Exposition « les origines du monde »	5 adhérents 5 accompagnateurs
12 juillet	Musée de l'Orangerie	Collection permanente	1 adhérent 6 accompagnateurs
26 août	Hôtel de la Marine	Visite lieux	2 adhérents 2 accompagnateurs
1 septembre	Restaurant « le Mistral »	Déjeuner	4 adhérents 3 accompagnateurs
7 septembre	Musée Rodin	Exposition permanente	6 adhérents 4 accompagnateurs
11 septembre	Base nautique de Créteil	handivoile	3 adhérents 4 accompagnateurs
15 septembre	Musée Jacquemart André	Exposition « Botticelli »	10 adhérents 5 accompagnateurs
25 octobre	Musée de l'Armée	Exposition « Napoléon n'est plus »	6 adhérents 9 accompagnateurs

28 octobre	Centre Pompidou	Exposition « Georgia O’Keeffe »	5 adhérents 3 accompagnateurs
27 novembre	Comédie Française	Pièce : « Mais quelle comédie ! »	3 adhérents 7 accompagnateurs
17 décembre	Musée du Luxembourg	Exposition « Vivian Maier »	5 adhérents 8 accompagnateurs
21 décembre	Musée d’Orsay	Exposition « Signac collectionneur »	8 adhérents 9 accompagnateurs

Sur ces 16 sorties, 15 ont eu lieu à Paris, 2 en banlieue: Saint Maur des Fossés et Créteil.

9 ont eu pour cadre des musées, essentiellement pour des expositions. Les visites guidées ont été privilégiées, les adhérents appréciant l’interaction avec les médiateurs.

Plusieurs nouveautés cette année : le théâtre, à la Comédie française, qui facilite l’accès des spectacles aux personnes à mobilité réduite et propose des tarifs préférentiels.

Une découverte sportive grâce à un adhérent qui souhaitait initier les membres du GEM à une activité qu’il apprécie, le vélo fauteuil sur les bords de la Marne.

Sur le registre sportif, l’activité handivoile proposée par le Rotary Club Avenir, a eu du succès cette année, de nouveaux adhérents ayant souhaité la découvrir.

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

Elles ont réuni au total un peu plus d’adhérents que l’année précédente mais le Covid a encore dissuadé de nombreuses personnes de fréquenter des lieux publics : 72 adhérents ont participé aux sorties (contre 66 en 2020 mais 101 en 2019), 90 accompagnateurs se sont inscrits (contre 104 en 2020). Il faut noter que ces chiffres ne sont pas significatifs, les amateurs de sorties se réduisant à un petit nombre d’adhérents. Nous sommes tout de même passés de 13 participants en 2020 à 19 en 2021, grâce à l’arrivée de nouveaux adhérents, pour le même nombre d’accompagnateurs, 27 (13 membres des familles, 5 bénévoles, 2 amis, 3 assistants, 2 stagiaires et 2 salariées de Loisirs et Progrès).

#### 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, les festivités ont été limitées en 2021. Elles n’ont pu reprendre qu’en septembre, et ont été de nouveau restreintes en décembre.



Sortie handivoile

Cette année, nous n'avons pu mettre en place que la journée de concertation (7 octobre) et le dîner des bénévoles (12 octobre). Aucun évènement caritatif n'a pu avoir lieu, pas plus que les grandes fêtes de juin et décembre. La fête de Noël devait en 2021 être couplée avec la fête des 20 ans de Loisirs et Progrès. Cet évènement a dû être annulé 4 jours avant la date prévue suite à l'annonce du gouvernement interdisant les rassemblements de fin d'année.

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

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

## 5. Les projets

### a. Lourdes

Du 31 mars au 5 avril Loisirs et Progrès était invité à rejoindre l'escapade à Lourdes organisée par Simon de Cyrène. 2 adhérents et 4 bénévoles devaient participer à ce séjour finalement annulé pour des raisons sanitaires.

### b. Charte graphique

Après plusieurs mois de travail et d'ateliers en visioconférence entre les adhérents et bénévoles de Loisirs et Progrès et Luz, bénévole à Passerelles et Compétences, la rentrée 2021 a été faite avec une nouvelle image: un logo accompagné d'une charte graphique.



### c. Les conversations Simon de Cyrène

Pendant 1 an, sur l'année scolaire 2021/2022, Simon de Cyrène nous invite à nous rencontrer, à partager et à témoigner de ce que nous vivons, de qui nous sommes et de ce qui est important et a de la valeur pour nous au GEM. Nous avons donc profité de notre journée de concertation en octobre pour "converser" sur un des 5 thèmes proposés: la joie. Ce ne sera que le début de ce projet qui nous invite à de nombreuses conversations et créations artistiques sur la joie, la transcendance, la réciprocité, la maison commune, le décloisonnement et le temps suspendu.

### d. Café des aidants

L'idée des "Cafés des aidants" est née suite à la présentation par l'AFTC de leur étude "Soutien aux Proches aidants de personnes avec Lésions Cérébrales Acquisées (LCA) en Ile de France" qui préconise des rencontres entre pairs. Il s'agit d'organiser des temps de rencontre entre Proches aidants pour leur permettre d'échanger sur leur vécu et leurs projets. Un temps pour partager leur réseau, se sentir moins seul, trouver des alternatives et remettre leur situation en perspective: il s'agit d'un processus de partage et de mutualisation. Nous avons donc lancé l'idée en octobre 2021 auprès de nos familles. Le projet devrait murir davantage en 2022.

#### e. 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. Après des dernières relectures et modifications par l'équipe, le livre est sorti en décembre 2021, et a été vendu au profit de l'association.



#### f. Site web

En octobre 2021, il a été décidé de rémunérer un professionnel afin de refaire le site web. Nous avons donc fait appel à Marc-Antoine, de "Bobber". En fin d'année nous pouvons dire que celui-ci sera prêt pour débuter 2022.

### 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.



Journée inter-GEM

En lien de plus en plus régulièrement depuis leur création, les différents GEM de Paris et d'Ile de France ont renforcé leur 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 enrichissant, à la fois pour les adhérents et pour les salariés.

L'année 2021, n'a pas permis l'organisation d'évènements ayant de l'ampleur. Nous avons tout de même pu continuer le journal. Les analyses de pratiques ont été suspendues plusieurs mois, le groupe n'ayant pas apprécié la tentative en visioconférence.



Visioconférence interGEM liés à Simon de Cyrène

Loisirs et Progrès bénéficie également du réseau des GEM liés à des communautés Simon de Cyrène. Ce réseau riche d'une vingtaine de personnes dans toute la France permet aux anciens, comme aux nouveaux GEM d'échanger sur des thématiques, de partager des idées, des bons plans, en visioconférence.

### III. Evaluation: atteinte des objectifs

#### 1. Les indicateurs

L'action du GEM peut se mesurer ainsi :

- satisfaction des bénéficiaires, réinscription dans le temps
- taux de participation
- accueil de nouveaux adhérents, retour d'anciens adhérents
- développement des partenariats et dynamisme de ces derniers
- dynamique globale du GEM



#### 2. L'évaluation

L'actualité sanitaire de 2021, n'a pas permis de reprendre nos activités de façon habituelle. Cependant, le maintien d'une plage horaire d'ouverture chaque jour, ainsi que durant les vacances scolaires (ce qui n'est pas le cas habituellement) a été indispensable pour les adhérents, qui avaient besoin de cette sortie en cette période de prolongement de restriction et d'isolement.

Le taux de fréquentation de plus de 50% a encore montré le besoin de venir au GEM malgré le risque sanitaire. Les personnes qui ne sont pas revenues craignent le virus (la vaccination a réduit cette crainte), ne fréquentent que l'activité piscine, ou ont un temps de trajet 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'inscription de nouveaux adhérents reflète également le besoin de structure d'accueil adaptées.

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 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 présence active, dynamique et les visites malgré la pandémie des bénévoles, nous permettent de dire qu'il existe de vrais liens d'attachement ente les bénévoles et les adhérents. Le soutien apporté par les bénévoles pour permettre un accueil de qualité tout au long de l'année reflète l'atmosphère familiale d'entraide de Loisirs et Progrès.

La dynamique quoi qu'adaptée a été maintenue au fil de l'année. Ce fut une grande joie et un soulagement de reprendre nos habitudes en septembre.

## 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>Le CMS Saint Jean de Dieu</p> 	<p>Depuis 4 ans, le Centre Saint Jean de Dieu, situé dans le 15e 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<sup>e</sup> 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 2021.



Forum des associations

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

### 3. Les partenariats et parrainages 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 et 1 adhérent vient des maisons de Rungis.</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 <sup>1</sup> .	
2021: Choix d'un logo et définition d'une charte graphique avec une bénévole de Passerelles et compétences.	
Site internet : grâce au travail pré-établi sur la charte graphique, le site web a pu être réalisé par un professionnel. Le lancement officiel sera réalisé début 2022.	
Lettre aux donateurs envoyée deux fois par an <sup>2</sup> .	
Journal Inter-GEM « Mots en tête » <sup>3</sup> .	
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.  C'est une histoire d'amour et d'amitié, d'audace et de courage, de rencontres inattendues et de joie partagée.  C'est aussi et peut-être surtout, une histoire de confiance inouïe en la vie. »</i></p> <p>Co-rédigé par Valérie d'Elbée, Paroles &amp; Plumes.  Ce livre sorti en juin 2019 est vendu au profit de l'association au prix de 15€.</p> <p><i>Il est à la fois la mémoire et l'écho de la vie partagée à Loisirs et Progrès.</i></p>
	<p>Dans les cuisines de Loisirs et Progrès</p> <p><i>« Entrez avec délice dans les cuisines de Loisirs et Progrès, et découvrez une multitude de recettes familiales qui raviront vos papilles et celles de vos convives.  Découvrez les secrets des fourneaux de Grenelle et fêtez le plaisir d'être ensemble autour d'un bon repas.  Un livre de cuisine à partager! »</i></p> <p>Ce livre de recette sorti en décembre 2021 est vendu au profit de l'association au prix de 15€.</p> <p><i>Il est le recueil des secrets des cuisines de l'association.</i></p>

<sup>1</sup> Cf. Annexes "Lettre d'information" p. 28

<sup>2</sup> Cf. Annexes "Lettre aux amis" p.30

<sup>3</sup> Cf. Annexes "Mots en tête" p.31

## V. Bilan financier

### 1. Financements

En 2021, l'association est financée par :

- La subvention de l'Agence Régionale de la Santé.
- Les donateurs :  
Avec 20 ans d'existence dont 15 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 initial de 300 donateurs, qui est aujourd'hui réduit de moitié, mais dont le soutien est indispensable à la vie du GEM. 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 10€ pour les demi-journée puis de 15€ par jour pour les activités et le repas (la journée est facturée uniquement en cas de présence).
  - o Participation à hauteur de 10€ la séance de natation.
- Cotisation des bénévoles (45€ par an).
- Evénements (spectacle, concert, brocante...), au profit de l'association: Aucun n'a pu avoir lieu en 2021.
- Bienfaiteurs du GEM :
  - o Le Rotary-Club Paris-Avenir : Depuis 7 ans, ce Club octroie chaque année au GEM un soutien financier pour l'achat de matériel.
  - o La fondation Notre Dame : Depuis 5 ans, cette fondation permet de mettre en place des temps de formation à destination des bénévoles.
  - o L'association d'Aide aux Jeunes Infirmes qui a soutenu pour la 3<sup>ème</sup> fois l'association, en finançant en 2021 un ordinateur pour une des salariées.



Soutien du Rotary

Ce budget permet de financer :

- Les salaires
- Les activités : gym Feldenkrais, théâtre, voyage musical, expression corporelle, chant, art-thérapie, natation
- La location des locaux
- ...

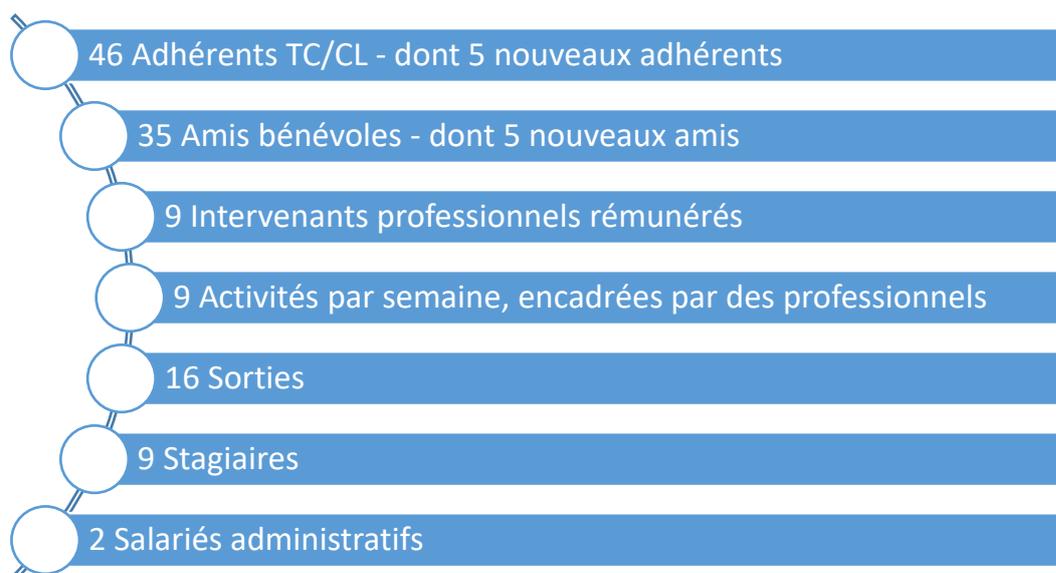


## **RESULTATS**

L'année 2021 se solde par une perte de 5 926€. Cette perte est assez comparable à celles des années ante COVID

### VI. Conclusion : l'année en chiffres

L'année en chiffres:



### VIII. Projections pour l'année 2022

Suite à l'annulation de la fête des 20 ans en décembre 2021, l'incertitude sur nos projets plane encore. Cependant, nous restons confiants sur l'ouverture du GEM et le report des événements aux beaux jours.

Les projets 2022, devraient permettre la sortie officielle du nouveau site web de Loisirs et Progrès pour la nouvelle année, ainsi qu'une belle fête aux beaux jours, permettant de se rassembler pour les 20 ans de l'association. Les événements caritatifs (concerts, théâtre, brocante) devraient également refaire leur apparition.

Les partenariats devraient, nous l'espérons, pouvoir permettre de belles rencontres que ce soit dans le cadre de l'inter-GEM Ile de France, ou dans le cadre des projets en lien avec Simon de Cyrène.

## 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 2021!

Merci aux adhérents pour ces journées exceptionnelles que nous vivons !

Et un très grand merci aux bénévoles qui par leur fidélité et leur présence, nous permettent de prolonger notre accueil familial de qualité!



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

\*\*\*

# Annexes

## Lettre d'information

### ÇA SE PASSE À GRENNELLE

- ★ Nous avons besoin de bénévoles!



Avec cette longue période de Covid qui a chamboulé notre organisation et les habitudes de chacun, nous manquons réellement de bénévoles pour attaquer cette rentrée avec un groupe au complet. Nous avons besoin de renfort en priorité le mardi à Grenelle et le vendredi après-midi pour l'activité piscine, mais nous acceptons tous les coups de mains!

- ★ Un dernier mardi de juin, plein de joie!



Les amis de Loisirs et Progrès tiennent à féliciter Janani, qui a donné de son temps à Loisirs et Progrès en juin en attendant les résultats de son année de médecine. C'est dans nos locaux, en juin, qu'elle a appris la bonne nouvelle : non seulement elle a validé son année, mais elle est classée 5<sup>ème</sup> au concours ! Et en plus de ses compétences en médecine, nous ne pouvons que la féliciter pour ses talents culinaires ! Bravo et merci à Janani!

- ★ Recherche de cadres photos!

Afin de mettre en place un projet d'exposition, nous cherchons des cadres permettant de glisser une page de format A4 ou 24x32cm. Si vous avez cela et que vous ne vous en servez plus, pensez à nous!

- ★ Les anniversaires



### RETOUR EN IMAGES SUR - Les découvertes estivales

Beaucoup de sorties ont été organisées pour ceux qui passaient leurs vacances à Paris  
Le 3 juillet : Balade à vélo faitoutail sur les bords de Marne



Le 26 juin : Exposition « Pierres Précieuses » Au Muséum d'Histoire Naturelle



La merveilleuse collection Van Cleef & Arpels.



Grâce à l'association « La Coccinelle » et à Anthony, membre actif, nous avons pu découvrir une nouvelle activité dans une ambiance très sympathique.

Le 5 juillet : Dejeuner au Café Joyeux sur les Champs Elysées



Encore un Joyeux rendez-vous dans ce café dont nous aimons tous la cuisine simple et délicate !



Le 7 juillet : Exposition « Les Origines du Monde » au musée d'Orsay  
Exposition qui décrit « l'invention » de la nature au XIX<sup>ème</sup> siècle et analyse le rapport entre arts et sciences à l'époque.

## LOISIRS ET PROGRÈS

### N°40 Lettre d'information septembre 2021

76, rue des Saints Pères 75007 PARIS (6<sup>ème</sup>) - 71, rue de Grenelle 75007 Paris (6<sup>ème</sup>)  
contact@loisirsprogres.org - www.loisirsprogres.org - Tél : 01 45 49 63 79 - 07 60 87 62 06



### EDITORIAL

Nous voilà de nouveau sur le chemin du 71 rue de Grenelle, et nous sommes enchantés de pouvoir retrouver nos bonnes vieilles habitudes : A nous les journées entières, les déjeuners, les activités avec les intervenants et les belles retrouvailles avec tout le monde ! Cependant, la bonne nouvelle de cette rentrée doit s'accompagner d'une certaine vigilance et prudence lors de nos temps partagés. Nous devons continuer à appliquer les gestes barrières, dont le port du masque en intérieur, garder une distanciation physique, effectuer une aération très régulière des locaux (couvrez-vous si vous êtes frileux), et nous sommes invités à rester très vigilants sur l'apparition de symptômes et les cas de contacts à risques (dans ce cas, veuillez ne pas vous rendre au GEM).



Mais nous sommes sincèrement heureux de pouvoir enfin envisager de véritables retrouvailles et projets pour cette nouvelle rentrée. Pour pouvoir accueillir le groupe dans de bonnes conditions, nous avons besoin de renforcer les équipes de bénévoles, nous comptons sur vous pour en parler autour de vous!

### PETITES ET GRANDES NOUVELLES

★ Loisirs et Progrès s'habille d'un logo!  
Après 20 ans d'existence, il fallait que Loisirs et Progrès s'offre enfin un visuel! Après plusieurs mois de travail accompagné par Luz, bénévole de l'association Passerelles et Compétences, il a fallu effectuer un choix parmi l'ensemble des superbes propositions réalisées. Le vote étant dorénavant clos, nous sommes enchantés de vous présenter le logo de Loisirs et Progrès:  
Merci à Passerelles et Compétences de nous avoir mis sur le chemin de Luz. Merci à Luz pour son investissement, son professionnalisme et sa gentillesse tout au long du projet.



- ★ Un départ

Après de nombreuses années à temps plein comme maman, Ségolène a aujourd'hui trouvé un travail et une semaine bien chargée. Nous la remercions sincèrement pour son temps et sa gentillesse depuis 3 ans et lui souhaitons un bel épanouissement dans ce nouveau projet.

- ★ Delphine prend la relève de Julia

L'année 2020 ne nous a pas permis de partager beaucoup de séances d'art-thérapie avec Julia, mais ce fut un réel plaisir de la rencontrer. Nous la remercions pour les bons moments durant cette année atypique et de nous avoir présenté Delphine, qui la remplace depuis la rentrée. Bienvenue Delphine !



- ★ Nouveau visage

Albane, étudiante à la Préfo, à la fondation d'Auteuil, rejoint Loisirs et Progrès pour quelques mois. Nous sommes ravis de l'accueillir !

**A NE PAS MANQUER**

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

Lundi 25 octobre RDV à 14h30 2 place Vauban (75007)	Musée de l'Armée Exposition « Napoléon n'est plus » Visite guidée	Accès : Métro Vanne (L13), La Tour Maubourg (L8), Invalides (L8-L13) Bus : 82, 92, 69, 28, 63, 83, 89, 93 RER C (Invalides)
Jeudi 28 octobre RDV à 13h	Sortie avec le GEM l'Astrolabe Centre Pompidou Exposition Georgis O'Keefe Visite libre	Accès : Métro Rambuteau, Hôtel de Ville, Châtelet RER A et B (Châtelet) Bus 29, 38, 47, 73
Vendredi 17 décembre RDV à 14h 19 rue de Vaugrand (75006)	Musée du Luxembourg Exposition Vivian Maier Visite guidée	Accès : Métro Saint Sulpice (L4) Bus : 38, 84, 89, 63, 70, 86, 96 RER B (Luxembourg)
Mardi 21 décembre RDV à 15h15 - Porte C Espace Valéry Giscard d'Estaing	Musée d'Orsay Exposition « Signac collectionneur » Visite guidée	Accès : Métro : ligne 12, station Solferino RER : ligne C, station Musée d'Orsay Bus : 63, 68, 69, 73, 83, 84, 87, 94

**DATES IMPORTANTES**

Journées de concertation – La parole est à vous! : Jeudi 7 octobre 2021 de 10H30 à 16H

L'ensemble des membres de Loisirs et Progrès sont invités à se joindre à cette journée afin de s'exprimer sur la vie à Loisirs et Progrès, de partager ses idées et envies mais aussi d'échanger sur les projets de l'année!

Fermeture vacances : Du samedi 23 octobre au dimanche 7 novembre 2021 inclus  
Fermeture jour férié : Jeudi 11 novembre 2021



20 ans sous le sapin ! : Samedi 11 décembre  
Notes cette date dans vos agendas!  
Ce Noël 2021 sera particulier, puisque nous fêterons également les 20 bougies de Loisirs et Progrès!

Nous serons enchantés de partager cette journée festive avec vous !



**SPECIAL BENEVOLES**

Réunion de rentrés des bénévoles: Mardi 12 octobre à 18H30 à Grenelle.  
Nous partagerons à la suite un dîner.

Formations – Sur inscription auprès de Marie

La léision cérébrale acquise, première approche : Lundi 4 octobre de 8h30 à 18H30 (75014)

Séminaire de l'Association des Familles des Traumatisés Crâniens (thème à venir) : Jeudi 14 octobre

Animation d'un GEM : Lundi 22 novembre de 14H à 18H et Mardi 23 novembre de 9H à 17H (75015)

PSC1 : Date à fixer avec les intéressés

Séminaire ARTC IDF "Douleurs et Traumatisme Crânien" : Jeudi 9 décembre (75016)



<p><b>Le 12 juillet : Musée de l'Orangerie</b></p> <p>Visite de la nouvelle présentation de la collection permanente qui retrace certains pans singuliers de l'art du XX<sup>e</sup> siècle.</p>	<p><b>Le 24 août : Visite de l'Hotel de la Marine</b></p> <p>Ancien garde-meuble de la couronne puis ministère de la Marine, ce magnifique monument vient d'être restauré. C'est splendide !</p>
<p><b>Le 26 août : Aquarium tropical de la Porte Dorée</b></p> <p>Créé à l'occasion de l'Exposition coloniale internationale de 1931, il fut longtemps le seul aquarium de la capitale.</p>	<p><b>Le 1 septembre: Restaurant Le Mistral</b></p> <p>Pour un déjeuner de rentrée place du Châtelet, dans une ambiance très sympathique.</p>
<p><b>Le 7 septembre: Musée Rodin</b></p> <p>Une visite guidée dans le musée et le jardin avec une conférencière passionnée.</p>	<p><b>Le 15 septembre : Exposition Botticelli au musée Jacquemart André</b></p> <p>Botticelli est l'un des peintres les plus connus de la Renaissance italienne et cette exposition remporte un succès incontestable.</p>
<p><b>Le 11 septembre : Journée handivoile à l'invitation du Rotary</b></p> <p>Il faisait beau ce samedi-là à la base nautique de Choisy ! Nous avons navigué dans d'excellentes conditions sur des petits voiliers à 2 places ou de plus grands à 5 places. Merci au Rotary pour cette belle expérience !</p>	<p><b>Le 11 septembre : Journée handivoile à l'invitation du Rotary</b></p> <p>Il faisait beau ce samedi-là à la base nautique de Choisy ! Nous avons navigué dans d'excellentes conditions sur des petits voiliers à 2 places ou de plus grands à 5 places. Merci au Rotary pour cette belle expérience !</p>

**RETOUR EN IMAGES SUR – L'exposition "Invisible"**

Analès en Service civique au GEM Le CAP et Magalieine, en stage à Simon de Cyrène Vanves, ont monté ensemble un projet d'exposition dont le thème est "invisible". L'objectif de l'exposition est de faire exprimer par l'art le ressenti des personnes qui vivent avec un handicap et qui sont parfois "invisibles" aux yeux de notre société. Diane et Marie se sont rendues à l'inauguration. Cette exposition sera prochainement visible à l'ESCAL à Vanves.





**LOISIRS  
ET PROGRÈS**

**Lettre aux amis de Loisirs & Progrès**

Accueil pour adultes cérébro-lésés

Novembre 2021

---

**Le mot du Président**

Loisirs et Progrès a 20 ans. Vingt ans, c'est le bel âge, chantait Jacques Brel. Quel chemin parcouru et quel tonus, tant chez les animatrices que chez les adhérents et les bénévoles. Vingt ans c'est l'âge où tout est possible, où on a l'avenir devant soi. Alors, longue vie à Loisirs et Progrès et merci à chacune et chacun pour votre rôle dans cette belle aventure.



Amitiés,  
François Matthieu BESSI

---

**20<sup>ème</sup> rentrée à Loisirs et Progrès**

Cette 20<sup>ème</sup> rentrée à Loisirs et Progrès repose sur 3 mots clés:

**Confiance, Amitié, Projets**

**La confiance en l'avenir.**

L'espérance qu'en nous nourrissant de toutes les petites beautés que nous offre le quotidien, de nos moments en petits groupes, nous serions tous ensemble pour débiter cette 20<sup>ème</sup> rentrée, pari réussi!

Un lieu d'amitié.

Depuis 20 ans, Loisirs et Progrès est un lieu où les participants de chaque journée, bénévoles et adhérents, ont bien changé, mais où les arrivées successives au fil des années reflètent la dynamique de l'association. Et chaque personne ayant participé à cette vie de famille peut témoigner de l'importance fondamentale de l'amitié présente, de sa faculté à donner le goût de vivre et redonner confiance en soi.

**La confiance des donateurs.**

Quel moteur incroyable pour avancer!

Le covid-19 nous a bousculés, fragilisés, mais l'amitié que nous porte chacun d'entre vous nous a permis de voir plus loin, d'avancer, et d'aller vers de nouveaux projets. Merci à vous.

Depuis 20 ans, nous sommes tous ensemble, et cela nous porte.

**"Ensemble, la vie est belle" Danièle, adhérente**

Cette confiance et cette amitié que nous partageons depuis 20 ans, nous souhaitons les célébrer avec vous au travers de notre projet spécial 20 ans!

Nous comptons sur votre présence le **samedi 11 décembre 2021 de 14h à 17h** au 76 rue des Saints-Pères (Paris 7), afin de célébrer tous ensemble ce 20<sup>ème</sup> anniversaire.

Les participants de Grenelle préparent déjà de quoi vous en mettre plein les yeux!



Pour informer de votre présence:

☎ 07.60.87.82.05 ✉ coordination@loisirsprogres.org



**LOISIRS  
ET PROGRÈS**

**Actualités**

---

Pour fêter ses 20 ans, Loisirs et Progrès se revêt d'un joli logo! Il aura fallu quelques mois de travail à distance, en collaboration avec Luz, bénévoles de Passerelles et Compétences. Mais après 20 ans d'existence, les membres de Loisirs et Progrès sont enchantés de vous présenter son visuel :



**✳ Monsieur le Député pour fêter la rentrée!**

Monsieur Gilles Le Gendre, député de Paris, est venu nous rendre visite la semaine de réouverture. Ce fut l'occasion de partager pendant 2h nos moments de vies à Grenelle: nos joies, nos difficultés, nos questions.



**La journée de concertation**

Le 7 octobre dernier, la parole a été donnée aux membres de Loisirs et Progrès qui le souhaitaient. Le but de cette journée : permettre à chacun de s'exprimer sur la vie à Loisirs et Progrès, de partager ses idées et envies, mais aussi d'échanger sur les projets de l'année: les 20 ans, le projet "Conversations" en lien avec Simon de Cyrène, le projet de séjour qui s'oriente vers la mer ou le Puy du Fou, les événements caritatifs (théâtre avec la Comédie du Pamplemousse, théâtre avec le Rotary, Concert de Note et Bien avec orchestre symphonique et chœur pour financer le séjour de vacances, la 2<sup>ème</sup> Brocante - Vide-grenier à Grenelle...).

L'année s'annonce très riche!

---



**LOISIRS  
ET PROGRÈS**

**Les prochains RDV**

En 2021, Jean de La Fontaine aurait eu 400 ans. La Comédie du Pamplemousse revient en janvier 2022, vous présenter: Le Monde des Fables. Cette pièce sera jouée au profit de plusieurs associations dont Loisirs et Progrès.

**Informations et réservations (à venir):**  
<http://www.comedie-pamplemousse.fr/>



Mardi 25 janvier à 20h15  
Jeudi 27 janvier à 20h15  
Vendredi 28 janvier à 20h15  
Samedi 29 janvier à 16h00 et à 20h15  
Dimanche 30 janvier à 16h00

Théâtre Saint Léon  
11 place Cardinal Amette – Paris 15<sup>ème</sup>

Venez nombreux !

---



**AFTC AYS**

**GEML LOISIRS ET PROGRÈS**

Lieu d'activités : 71, rue de Grenelle 75007 Paris  
Siège et correspondance : 76, rue des Saints Pères 75007 Paris  
contact@loisirsprogres.org www.loisirs-progres.org

☎ 01.45.49.63.79  
f GEML Loisirs et Progrès



## ÉDITORIAL

*L'été est enfin là !*

Comme chaque trimestre, le Comité de Rédaction de *Mots en Tête* s'est réuni le 6 mai 2021 en visioconférence. Sept GEM étaient représentés. Nous avons hâte de pouvoir nous réunir de nouveau en présentiel !

Je vous avais promis plus d'informations concernant la 7<sup>ème</sup> Journée Inter GEM, alors les voici... Cette journée, organisée pour les membres des GEM, aura lieu le samedi 16 octobre 2021, de 11h à 17h sous l'intitulé « *Une journée ensemble, pour être heureux* ». Voici le programme : repas avec traiteur ; deux espaces d'activités distincts : blind-test / karaoké d'un côté et pétanque de l'autre ; un espace expositions ; un espace photomaton et vidéo d'or ; et une chanson préparée par les professionnel-le-s pour les invité-e-s. Une journée tout en musique et en photo, mais surtout sous le signe du partage et de la joie de se retrouver ! N'hésitez pas à vous inscrire auprès de votre GEM.

Avec l'été qui est enfin arrivé, c'est l'occasion de sortir dans les parcs et les jardins pour profiter des beaux jours et du soleil. A ce sujet, les membres du Comité de Rédaction vous invitent à répondre à la question thématique suivante pour le prochain numéro de votre journal : « *Le soleil a-t-il de l'influence sur notre humeur ?* ». Cela vous laisse tout l'été pour méditer sur cette question. J'ai hâte de lire vos témoignages ! Concernant le précédent thème « *Arts plastiques, travaux manuels : cela vous parle-t-il ?* », je vous invite à vous rendre aux pages 5 et 6 pour découvrir l'ensemble de vos réponses.

Je vous souhaite un très bel été et je vous dis à bientôt !

MARIE MEIGNEN



ŒUVRE D'EMMANUELLE PHOTO © SAM LOZANO ET PROXIMA

## SOMMAIRE

Mieux connaître l'AFTC	P2
Une recette de Smoothie	P2
Bons plans	P2
Un stage de gravure	P3
C'est tabou !	P3
Les vacances d'été	P3
Quoi de neuf au GEM LOGIS ?	
Et ses alentours ?	P4
Reprise de l'équitation	P4
Arts plastiques, travaux manuels : cela vous parle-t-il ?	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.