

► TREMPLIN BIEN-ÊTRE HOMMES

Le Tremplin Bien Être Hommes est une action permettant la rencontre avec des personnes pouvant être en situation d'isolement ou de grand mal être. Les temps de rencontres à travers des activités choisies avec les membres du groupe permettent d'échanger et de mettre en lien les personnes.

Il s'agit d'une porte d'entrée privilégiée pour des hommes ayant besoin de se resocialiser grâce notamment à un effectif réduit. Offrant une parenthèse régulière, un « temps pour soi », l'idée est de permettre peu à peu de s'investir dans un projet au sein ou non de l'association, grâce à une estime de soi améliorée.

Objectifs :

- Prendre du temps pour soi et partager un moment agréable avec d'autres.
- Gagner en confiance et avoir une meilleure estime de soi.
- Développer du mieux-être.
- Travailler l'autonomie
- Apprendre à réfléchir un budget
- Sortir de l'isolement.
- Échanger autour des projets existants à Belle Rive et faire le lien avec les envies de chacun.
- Prendre la parole de chacun en compte afin de construire le temps de rencontre suivant.

Déroulement :

Sur l'année 2023 le groupe s'est rencontré à 10 reprises. 8 personnes ont participé à au moins une rencontre.

Les membres du collectif ont participé à différentes activités comme un petit déjeuner de présentation, après-midi pétanque, palet, une visite des Lapidiales et de Port d'Envaux, une après-midi bowling, une sortie billard, une sortie à Royan, Vaux sur mer et St Palais pour faire la balade des douaniers, une sortie nature ail des ours, une après-midi aux jardins familiaux et une sortie rucher pédagogique pour finir avec une sortie bois découverte des champignons.

Le tremplin a permis de faire le lien entre les personnes participants dans la convivialité et en travaillant la notion de plaisir simple et partagé. Cela a permis l'ouverture avec d'autres projets à Belle Rive comme les jardins ou « Belle Rive est de sortie » afin que les personnes puissent s'inscrire au sein d'un projet et rencontrer de nouvelles personnes.

Ces différents temps ont révélé l'importance de la mise en lien des personnes et le plaisir qu'elles pouvaient avoir à se rencontrer et découvrir de nouveaux lieux.

Cette année le groupe est plus jeune et nous travaillons aussi l'autonomie de la personne pour que chacun puisse prendre un appartement. Donc savoir gérer un budget, cuisiner... L'objectif pour plusieurs jeunes est de quitter le foyer parental.

Il est a noté que plusieurs membres du groupe ont pu intégrer d'autres groupes projets de l'association tel que l'entraide numérique et y sont moteur.

↳ En quoi se rapproche-t-on de notre utopie ?

Lors de ces rencontres, les personnes acquièrent de la confiance en eux au moyen de visites et de pratiques individuelles et collectives. Il constitue un réel tremplin, permettant aux personnes de mieux appréhender et connaître le projet de l'Association et de choisir l'implication qu'elles souhaitent y avoir par la suite.