



l'inter'val
Initiatives & Partages

RAPPORT MORAL ET D'ACTIVITES 2024

SOMMAIRE

01

RAPPORT MORAL

02

VIE ASSOCIATIVE

03

VIVE LES PARENTS

04

GRANDIR UN JEU D'ENFANT

05

EN AVANT LA JEUNESSE

06

ACTIVITES SPORTIVES

07

TOUT SE TRANSFORME

08

ENSEMBLE ET CITOYENS

09

IL N'Y A PAS D'AGE POUR BOUGER





RAPPORT MORAL

L'année 2024 a été intense et pleine de rebondissements, marquée par la succession de trois directrices et de trois bureaux.

Pourtant, au cœur de cette instabilité, une constante est demeurée : l'engagement sans faille de l'équipe salariée. Grâce à leur professionnalisme, la qualité des actions menées et des services proposés a été préservée. Qu'ils en soient chaleureusement remerciés !

Plusieurs temps forts ont rythmé cette année.

En juillet, le pôle administratif a investi la tranche 2 de la Canopée. Ce déménagement symbolique et structurant permet désormais à l'équipe de travailler dans un environnement accueillant, propice à la cohésion et au développement de nouveaux projets.

À la demande de la municipalité de Plélan-le-Grand, L'Inter'Val a repris l'organisation et l'accueil des enfants le mercredi matin. Une nouvelle mission que l'équipe a su s'approprier avec réactivité et agilité, assurant une rentrée réussie dès septembre.

Octobre a vu l'aboutissement d'un travail de longue haleine : le dépôt du nouveau projet social et de la prestation de service « jeunes ». Ce chantier ambitieux a mobilisé salariés, administrateurs, bénévoles et partenaires. Leur engagement collectif a permis une validation par la CAF en décembre, signe de reconnaissance pour la pertinence de notre démarche.

Parallèlement, les échanges avec les communes partenaires se sont intensifiés afin de finaliser la convention d'objectifs et de moyens qui nous unit. Nous adressons nos remerciements sincères aux maires, adjoints, élus et agents mobilisés dans ce dialogue. Le renouvellement du soutien financier des communes, loin d'être un acquis, est le fruit de cette coopération fondée sur l'écoute mutuelle et la compréhension des réalités de chacun.

Ce rapport d'activité vous donnera un aperçu détaillé des actions menées par chaque pôle de L'Inter'Val en 2024, des projets portés sur le territoire et des dynamiques créées au service des habitants.

RAPPORT MORAL

PERSPECTIVES 2025

L'année 2025 s'ouvre avec un bureau au noyau stable qui agit en coopération depuis novembre, aux côtés de Béatrice Briand, arrivée en septembre à la direction de l'association.

Nous aurons à cœur de faire vivre concrètement le nouveau projet social, de redynamiser la vie associative et de contribuer activement à la dynamique collective de la Canopée.

La participation à la mise en œuvre de l'accueil commun sera également un enjeu fort, au service de la lisibilité et de l'accessibilité des services pour tous.

Ensemble, nous abordons cette nouvelle année avec détermination, enthousiasme et le désir de continuer à faire vivre les valeurs des centres sociaux : Dignité humaine, Solidarité, Démocratie.

Associativement,

Les administrateurs de L'Inter'Val



RAPPORT D'ACTIVITES

Vie associative

S'informer - S'impliquer - Participer et Adhérer

L'Inter'Val : Un Lieu d'Accueil Ouvert à Tous

L'Inter'Val est une association agréée Centre Social, jouant un rôle crucial sur son territoire.

En tant que foyer d'initiatives soutenu par les habitants et les professionnels, L'Inter'Val est capable de définir et de mettre en œuvre un projet de développement social pour toute la population locale.

L'Inter'Val est un lieu dynamique où chacun peut s'investir. Il favorise les échanges et la coopération, permettant de trouver ensemble des réponses aux questions qui se posent sur le territoire et dans nos vies. Ici, chacun compte !

S'appuyant sur les valeurs de l'éducation populaire et de l'économie sociale et solidaire, L'Inter'Val est ouvert à tous et vise à créer du lien social. Vous y trouverez une écoute attentive de vos questions, besoins et idées. Nous facilitons également les liens avec les partenaires sociaux en organisant des actions conjointes et en leur permettant de tenir des permanences dans nos locaux.



Notre accueil est ouvert :

Lundi, mardi, et mercredi : 9h-12h et 13h30-18h30

Jeudi : 9h-12h et 13h30-17h30

Vendredi : 9h-12h

L'accueil organise une offre globale d'information, de documentation et d'orientation.

Une centaine d'ouvrages (livres et jeux) sur les questions liées à la parentalité sont à disposition à l'accueil dans le cadre de notre service de prêt.

A qui s'adressent nos actions ?

A tous les habitants :

Une grande partie de nos activités ne nécessite pas d'adhérer à l'association : cela permet de garantir l'accessibilité des actions proposées : soirées d'infos, tous en vadrouille, animations sur l'espace public, ateliers parents/enfants, l'Inter'Lud, apéro convivial ...

Aux adhérents :

Les activités récurrentes portées par l'association nécessitent en revanche une adhésion : accueils de loisirs, espaces jeunes, activités sportives, ...

**En 2024 l'Inter'Val, c'est :
552 adhésions
dont 349 adhésions "simples",
203 adhésions "famille"**

**552
ADHESIONS**

**Environ 770
personnes ont
bénéficié d'une
action/d'un
service**

Vie associative

S'informer - S'impliquer - Participer et Adhérer

Un centre social n'existe que par l'équipe qui l'anime.
Cette équipe est composée de bénévoles et de professionnels. Le fonctionnement du centre social repose sur l'action conjuguée et complémentaire de ces deux équipes.

L'équipe salariée

L'équipe salariée anime la structure et coordonne les actions dans le respect du projet social et des décisions prises par le conseil d'administration et les membres du bureau.

En 2024, l'effectif moyen annuel en équivalent temps plein (ETP) est de 23.03 (23.10 en 2023), représentant 87 personnes.

20 personnes en CDI dont 11 à temps plein et 9 à temps partiel

7 personnes en CDD, dont 2 à temps plein et 5 à temps partiel

20 personnes en CDI et 40 personnes en CEE.



A ce trombinoscope il convient d'ajouter :

- Chantal Le Floch qui a assurée la fonction de direction de mai à octobre 2024
- Sébastien Commans qui a assuré le remplacement de Marine Sachet sur le pôle famille/activités de juin 2024 à février 2025
- Laura Collin, qui a assurée un renfort sur le pôle administratif de juillet 2024 à mars 2025

Vie associative

S'informer - S'impliquer - Participer et Adhérer

Les bénévoles

En 2024, l'Inter'Val c'est 80 bénévoles actifs, bénévoles réguliers, référents d'activité, animateurs d'ateliers ou pour donner un coup de main.

Ensemble, les bénévoles ont consacré 3 200 heures de leur temps permettant de proposer services ou activités aux habitants au travers de l'association.

Ces heures, valorisées au taux horaire brut du SMIC (12€ au 31 décembre 2024), représentent 38 016 €.

Les bénévoles du conseil d'administration

Les instances de gouvernance de l'association se sont réunies tout au long de l'année.

4 réunions du Conseil d'Administration et 9 réunions du Bureau ont eu lieu.

L'Assemblée Générale Ordinaire a eu lieu le 4 juillet 2024.

**Les membres
actifs du conseil
d'administration
au 31/12/2024**



Le bureau de l'association a été renouvelé à deux reprises en 2024 :

Jérôme Bourgeault, Axel Couton et Emilie Blanchet ont également assuré des fonctions au sein du bureau en 2024.

ÉVÉNEMENTS MARQUANTS DE L'ANNÉE

FEVRIER



Intervention au collège

Interventions au collège de Plélan avec le Service Info Jeunes, une séance de sensibilisation aux usages du numérique et à la E-réputation pour les classes de 4ème. Débats mouvants, partage d'outils et jeux de société @hsocial ont permis de nombreux échanges sur ce que les jeunes publient et sur leur relations aux réseaux sociaux.

AVRIL



Les histoires de Mauricette

Les accueils de Plélan, Maxent et Treffendel ont accueillis Amandine Lefrançois avec son spectacle *"Le voyage de Mauricette au pays de la différence"*. L'occasion d'aborder de façon ludique les notions de vivre ensemble et de respect des autres. Les enfants ont découvert plusieurs petits contes et le concept "Bisous/Cailloux"

AVRIL



Court métrage des jeunes

Un groupe de jeunes de Treffendel a présenté son court-métrage "la solution" au cinéma de Plélan. Ce film, réalisé de A à Z par les jeunes, aborde le sujet du cyberharcèlement. La projection publique suivie d'une discussion a permis aux jeunes et aux participants d'échanger et d'être sensibilisé à la thématique. Une infirmière scolaire était présente durant les échanges.

MAI



Projet challenge musical enfance jeunesse

Ecriture de texte, création de boucles de sons avec l'application incredibox, jeux d'expression... les enfants de l'accueil de loisirs et de l'espace jeunes de Plélan ont pu partager plusieurs ateliers autour d'un challenge musical. Ces temps de passerelles sont des moments importants pour faciliter le passage entre les deux âges.

Veillée en famille

Un temps convivial a été proposé début août aux familles des enfants de l'accueil de Plélan, une soirée jeux de société, en bois et géants a été proposée en partenariat avec la Ludothèque Au bois des Ludes.

Cette rencontre s'est terminée par un pique-nique estival tous ensemble.

AOÛT



Liens avec l'Ehpad de Plélan

Tout au long de l'année les jeunes de l'EJ vont à l'EPHAD de Plélan pour partager régulièrement des animations ensemble : goûter, discussions, jeux de société... En fin d'année les jeunes ont souhaité réaliser des cartes de vœux et les distribuer aux résidents.

SEPTEMBRE



OCTOBRE



Spectacle conté

Les animateurs enfance ont créé un spectacle conté pour les enfants basé sur le conte traditionnel breton *"Le Chant des Korrigans"*. Ils ont donné vie à une joyeuse troupe de lutins d'armorique dans une aventure à la fois drôle et envoûtante. Ce spectacle a pu être proposé également aux habitants lors de l'Inter'Lud en décembre.

DECEMBRE



L'Inter'lud

Toute l'équipe de l'Inter'Val (bénévoles et salariés) ont proposé aux habitants la 3ème édition de cet événement convivial rassemblant petits et grands. Au programme : création de décors de Noël, atelier cuisine, maquillage, fresque collaborative, jeux, contes ... Un très bon moment qui a rassemblé près de 350 personnes.

Vive les parents

S'informer - Echanger - Partager



CAFE DES PARENTS

1er lundi du mois
9h-11h30



SOIREES D'INFOS et ATELIERS DES PARENTS



ATELIERS PARENTS ENFANTS

Présentation

Un lieu pour se rencontrer, partager et se ressourcer auprès d'autres parents, futurs parents ou grands parents.

Pour quelques minutes ou quelques heures l'accès est libre et gratuit.

Partager ses expériences sur le couple, l'éducation, l'enfance, la jeunesse, la vie familiale et bien d'autres sujets dans une ambiance conviviale et de non jugement.

Parents, grands-parents, futurs parents et professionnels ont été invités à s'informer et partager leurs expériences sur les thèmes tels que le développement du tout-petit, la prévention du harcèlement, les réflexes archaïques.

Contrairement aux ateliers entre parents, les soirées d'infos sont ouvertes à tous, gratuites et sans inscriptions.

C'est une belle façon d'être ensemble, de fabriquer de nouveaux souvenirs et de sortir de son quotidien.

Cette année les grands et les petits ont pu se retrouver lors d'un atelier cirque, d'un cycle d'ateliers d'éveil musical et autour d'un spectacle sur la différence intitulé "les hisoires de Mauricette".

Chiffres clés

CHIFFRES clés

10 cafés des parents

28 parents différents

5 séances en présence d'intervenants extérieurs

CHIFFRES clés

3 soirées d'infos

21 parents différents

CHIFFRES clés

7 séances

40 familles différentes

46 enfants présents

Et aussi

De nombreuses thématiques abordées lors des séances : phobie scolaire, développement du tout-petit, burn-out parental, l'inclusion, la place du papa dans l'éducation, les réflexes archaïques...

Animées par des intervenants extérieurs, ces soirées ont permis de bénéficier de la collaboration de Monica Meija et David Chesnel, psychologues.

Une demande de plusieurs familles de développer des ateliers parents-enfants accessibles aux plus petits.

Grandir, un jeu d'enfant

Découvrir - Jouer - S'épanouir



LES ACCUEILS DE LOISIRS

de 3 à 11 ans

5 accueils de loisirs sur les communes de Maxent, Monterfil, Paimpont, Plélan le Grand et Treffendel

Un **espace pour grandir** : on prend le temps de vivre sa journée à son rythme, selon son âge, ses envies, son humeur...

Un **espace pour partager** : on vit des moments du quotidien avec les autres, des activités en groupe, on s'écoute et on échange, on joue ensemble, avec bienveillance...

Un **espace pour découvrir** : on peut expérimenter, questionner, discuter, tester, donner vie à ses idées ou se laisser surprendre dans un cadre sécurisant.

Un **espace pour s'émerveiller** : on est bercé par l'imaginaire, on s'amuse et on rit !

DES THEMATIQUES VARIEES

Pour favoriser la découverte et l'imaginaire

L'équipe d'animation détermine pour l'année différentes thématiques pour enrichir leur propositions d'activités et développer l'imaginaire des enfants.

Certaines thématiques permettent aussi d'aborder des notions liées aux **compétences psycho-sociales** (gestion des émotions, coopération, entraide, communiquer avec les autres,...)

Les animateurs s'investissent pour rechercher des **méthodes nouvelles** et varier les propositions (dans la nature, expériences sensorielles, expression, la découverte artistique, activités sportives, ...) tout en respectant le développement et la sensibilité de chaque enfant.

LE PROJET CHALLENGE RAP

Lien enfance et jeunesse

Les animateurs enfance et jeunesse de Plélan ont fait du lien autour d'un projet commun : **Le Challenge Rap**

L'idée ? Animer des temps de rencontres entre "grands" enfants et "jeunes" ados autour de la musique rap sur des mercredis après-midi.

Différents contenus et supports ont été proposés : atelier de musicalité, d'écriture et d'interprétation, battle verbes/mouvement, débat autour de la carrière artistique, quizz sur l'histoire du hip hop et du rap, blind test musicaux...

Un projet riche de partage et de coopération, à la fois pour le public et les professionnels !

Présentation

Chiffres clés

Et aussi

CHIFFRES clés

160 enfants inscrits chaque mercredi
+10% de fréquentation par rapport à 2023

28 salariés permanents sur le pôle
36 animateurs vacataires
13 269 jours de présences enfants

CHIFFRES clés

9 thématiques différentes
16 sorties natures
10 grands jeux

Des rencontres entre accueils de loisirs, à grande échelle avec les intercentres des vacances ou en petits groupes les mercredis

CHIFFRES clés

10 séances
Une dizaine de participants sur chaque atelier
8 textes créés

L'envie de poursuivre ces coopérations enfance/jeunesse L'expérimentation de La Passerelle en est également une illustration

Grandir, un jeu d'enfant

Découvrir - Jouer - S'épanouir



LA PASSERELLE

Un espace de transition

Tout au long de l'année 2024, Yvanna Maunoury directrice des accueils de loisirs de Plélan le Grand et Paimpont a suivi une **formation BPJEPS Loisirs tout public**.

Dans ce cadre elle a mené un **travail de terrain autour de la question de l'accueil des enfants de 10/12 ans sur le territoire**.

De nombreux échanges avec les familles, les élus et les partenaires ont permis de mettre en lumière l'intérêt d'une proposition adaptée d'animation pour cette tranche d'âge en recherche d'autonomie et de loisirs.

Une expérimentation a été menée sur l'été 2024 avec 6 journées d'animations spécifiques (1 journée au "local" + 1 journée en extérieur sur 3 semaines), clôturée par un bivouac.

Un **retour enthousiaste** des enfants et des familles encourage l'équipe à poursuivre la réflexion.

L'idée? Proposer **différentes "formules" tout au long de l'année** : des stages à thèmes, des rencontres avec des acteurs du territoire, découverte de savoir faire, des activités culturelles et sportives adaptées

Il faudra poursuivre le travail pour interroger les moyens disponibles pour le développement de ce projet.

UNE EQUIPE IMPLIQUEE

Les parcours de formation

L'équipe d'animation participe tout au long de l'année à de **nombreuses formations** pour monter en compétences, améliorer l'accueil des enfants et évoluer dans leurs postures professionnelles

Principalement proposées par la **SDJES** (Service départemental à la Jeunesse) en lien avec de nombreux organismes de l'animation (CEMEA, Aroeven, Plan B, Loisirs pluriels,...) autour du handicap, des activités artistiques et d'expression, de l'aménagement des accueils, de la question de l'autorité.

Egalement en lien avec la Fédération des centres sociaux de Bretagne : journée en décembre interstructures à la Canopée de Plélan sur le thème "Doner du pouvoir d'agir aux enfants".

En complément l'équipe bénéficie aussi de temps de **formation interne** lors de deux journées pédagogiques dans l'année : développer l'imaginaire, la prévention des violences, l'accueil inclusif, des techniques d'animation comme la relaxation, l'éveil musical...

Nous accompagnons enfin régulièrement les animateurs dans leurs parcours de formation à l'**animation volontaire** (avec le BAFA et BAFD) **ou professionnelle** (BPJEPS, BUT Carrières sociales).

A venir...

Une journée de territoire à destination des professionnels sur la thématique **"Accueillir les enfants en situation de handicap ou à besoins particuliers"** en partenariat avec le Pôle Ressources Handicap 35
Réflexions sur **l'accueil des "tout-petits"**, poursuite des **expérimentations pour les 10/11 ans**

Grandir, un jeu d'enfant

Découvrir - Jouer - S'épanouir

Les évolutions marquantes de l'année 2024



L'agrandissement des locaux de l'accueil de loisirs de Maxent

L'équipe, en collaboration avec le service périscolaire de la commune, a travaillé sur l'aménagement de ces nouveaux espaces, pour y proposer une répartition en cohérence avec les **volontés éducatives communes** des deux services.

Les nouveaux locaux, opérationnels au début de l'été 2024, offre **une deuxième salle d'activité, un espace de sieste et une cuisine pédagogique.**

La nouvelle salle permet de proposer un environnement stimulant pour le développement de l'imaginaire, des compétences sociales et la coopération grâce aux jeux d'imitation et jeux au sol. "L'ancienne" salle, aménagée avec des tables et des chaises, sera un lieu d'apprentissage privilégié pour les activités manuelles encourageant la motricité fine et l'expression artistique, et développant la coopération et la logique.

La petite salle est dédié à un espace plus calme de lecture et repos.



Evolution du service de l'accueil de loisirs de Plélan le Grand

A partir du 1er septembre 2024, **le service d'accueil de loisirs assuré depuis 2027 par la commune de Plélan le mercredi matin (les TAM) est transféré à l'association l'Inter'Val**, déjà gestionnaire de l'accueil de loisirs les mercredis après-midis et pendant les vacances scolaires.

Cette modification a pour objectifs de :

Permettre une prise en charge continue de l'enfant, matin, midi et après-midi par une structure unique.

Offrir un nombre de places supplémentaire le mercredi après-midi avec une capacité d'accueil homogène sur la journée.

Permettre une inscription unique pour le mercredi.

Cette évolution majeure du service a été réfléchi conjointement entre la commune et l'association et permet d'améliorer le service rendu aux familles, en accord avec le projet social de l'Inter'val.

Des nouvelles du projet "Cara'Val"



L'aventure du projet Cara'Val s'est poursuivie tout au long de l'année 2024 avec plusieurs étapes importantes :

- L'achat de la caravane en mars
- L'étude de l'aménagement avec un professionnel du territoire
- L'imagination d'un covering, en lien avec un graphiste professionnel, pour respecter l'identité de l'association et du projet
- Les achats de matériel spécifique pour les ateliers des P'tits curieux (atelier bois, nature, contes et philo)
- La recherche d'un lieu de stockage permanent et sécurisé, facilitant les déplacements de la caravane

On a terminé l'année avec une réflexion autour de la mise en place de chantiers participatifs avec les habitants du territoire intéressés par le projet, pour effectuer les "petits" travaux d'aménagement (dépose de l'ancien aménagement, joints, peinture, rideaux,...). Le projet suit son cours avec la recherche active de bénévoles prêts à s'investir dans cette aventure !

On compte sur vous !



En avant la jeunesse

Découvrir - Partager - S'engager



DANS LES ESPACES JEUNES

Différents types de propositions :

- De l'accueil informel
- Des animations sportives, culturelles, créatives, numériques...
- Des ateliers thématiques (samedi découverte, projet radio...)
- De l'accompagnement de projets de jeunes : (accompagnement à l'émergence d'idées et d'initiatives portées par les jeunes)

Objectifs : aller à la rencontre des jeunes, favoriser leur participation et encourager leur pouvoir d'agir, développer et consolider des actions collectives en lien avec le territoire et ses acteurs.

SUR L'ESPACE PUBLIC

Différentes formes d'actions pour aller à la rencontre des jeunes :

- Des actions de proximité : ce sont des activités proposées sur l'espace public (bidouille vélo, ateliers créatifs, porteur de parole, jeux...).
- Des actions de présences sociales : dans les lieux que fréquentent les jeunes : stade, city stade, parc, banc public ...

Elles permettent de rencontrer de nouvelles personnes, d'échanger sur leurs préoccupations, de susciter la curiosité.

LA JEUNESSE S'ENGAGE

Chaque premier mercredi du mois, passe sur les ondes de Timbre FM (radio associative d'Aujan 106.6) les podcasts de la jeunesse s'engage. Ces derniers sont réalisés avec des jeunes porteurs d'initiatives sur le territoire.

C'est une façon de valoriser leurs actions et engagements et de participer à faire reconnaître leur place en tant que citoyens et acteurs de leur environnement. Les podcasts sont à retrouver sur le site internet de l'association :

<https://www.linterval.org/la-jeunesse-sengage/>

CHIFFRES clés

6 Espaces Jeunes
157 jeunes dont 126 de moins de 14 ans et 31 de 15 à 18 ans inscrits
9530 heures de présences jeunes.

CHIFFRES clés

14 projets jeunes hors les murs
50 actions hors les murs
15 présences sociales
35 actions de proximité
303 jeunes rencontrés sur l'espace public

CHIFFRES clés

6 podcasts réalisés
12 jeunes interviewés
1 partenaire clé : Timbre FM

Les samedis découvertes

Ferme pédagogique "Terre Happy Farm".
Métiers du spectacles : théâtre d'impro, atelier conte et dressage d'animaux, atelier clown, visite du TNB à Rennes.
Visite de la caserne des pompiers.
Festival "vidéo jeunesse" à Dinard.

Promeneur du net

183 abonnés
Une centaine de story
Une cinquantaine de publications sur des thèmes comme : la santé, le numérique, le bien-être, le harcèlement, les événements du territoire, les loisirs, les projets...
De la veille journalistique et des échanges avec les jeunes.

Quelques exemples d'interviews

Mattéo, qui a créé la course « Pléla'Run »
Juliette, pour un volontariat
Mayliss et Klervie, l'aventure de la Fée Minine au Bénin
Les jeunes du projet égalité de genres
...

Présentation

Chiffres clés

Et aussi

En avant la jeunesse

Découvrir - Partager - S'engager



L'accompagnement de projet jeunes

Tout au long de l'année l'équipe d'animation soutient les idées des jeunes et les accompagne dans leurs projets. Différentes thématiques ont été accompagnées dont :

- La citoyenneté et la vie locale : autofinancement pour un spectacle pour enfant à St Péran, atelier sur la confiance en soi, projet autour de l'égalité des genres, participation à la fête communale de Treffendel
- Le numérique : diffusion court métrage sur le cyber harcèlement, semaine autour des écrans, intervention au collège sur la e-reputation
- La culture : stage deviens programmeur avec le Cinéma et la Médiathèque de Plélan, stage slam, stage théâtre, sélection de livres pour la Médiathèque...
- Les loisirs : fabrication d'un banc en bois, soirée blackminton, conte de Noël pour les enfants ..
- La santé et la solidarité : projet avec l'Ehpad de Plélan
- ...

Le lien au territoire et aux partenaires

Dans le cadre de notre démarche pédagogique il est important pour nous de développer le lien au territoire. Pour cela, nous travaillons régulièrement avec d'autres structures, comme par exemple :

- Timbre FM pour les podcasts
- Des commerces pour les actions de proximité
- Le club de volley et de badminton de Treffendel
- Les Médiathèques du territoire sur différents ateliers et animations (jeux de rôle, ateliers créatifs, animations pour les enfants...)
- Du Bruit Dans le Bourg pour des après-midi jeux de société
- La Maison de quartier de Villejean et le planning familial pour le projet égalité
- Le cinéma l'Hermine pour une diffusion de court métrage et pour le projet "deviens programmeur"
- Le collège de Plélan sur des actions de sensibilisation
- Le groupe de travail santé jeunesse pour mutualiser des réflexions et pour le projet passer secours

Quelques témoignages



"L'espace jeunes est un lieu où je fais des projets très intéressants" Lou

"J'ai commencé l'espace jeunes cette année vu que j'ai 11 ans et je suis trop content on fait pleins de trucs, on s'amuse trop et je fais pleins de choses que je n'avais jamais fait avant"
Grégoire

"J'adore venir, je sais que je vais y passer des bons moments" Colin

"L'espace jeunes est un lieu où j'oublie mes problèmes" Cassie

"L'espace jeunes est un endroit où l'on m'écoute et je ne me sens pas jugée" Lola



En avant la jeunesse

Découvrir - Partager - S'engager



UN NOUVEAU PROJET : LE PASS PREMIERS SECOURS

Du 1er au 3 juillet 2024 a eu lieu la 1ère édition de la **formation pass 1er secours** : une formation pratique et gratuite à l'attention des jeunes qui s'intéressent à des questions de santé.

Cette formation a permis à **8 jeunes volontaires, âgés de 15 à 18 ans** d'acquérir des savoirs et savoir-faire sur les thématiques suivantes : apprentissage des **gestes qui sauvent**, **promotion de la santé mentale** et question du **bien-être / mal-être**, **consommations** d'alcool et autres substances, **addiction** aux écrans...

Accompagnés par **différents intervenants (pompiers, associations de prévention, professionnels de santé...)**, ils ont pu se former, échanger, débattre. Ainsi formés, ces jeunes sont en capacité d'**aborder des questions de santé avec leurs pairs**. Ils ont également pu rencontrer des acteurs en santé présents sur le territoire et les identifier afin de se créer un répertoire de professionnels sur lesquels s'appuyer.

Cette dynamique collective a permis aux jeunes de développer ou renforcer leurs **compétences psychosociales** (confiance en soi, estime de soi...), mais également leurs qualités en matière de médiation et de relation avec leurs pairs. L'objectif étant de **les outiller pour réagir face à des situations de mal-être qu'ils pourraient rencontrer**.

La dernière journée du pass a eu lieu le 29 octobre. Cette journée a permis aux jeunes de se retrouver, de faire un retour à froid sur la formation et d'interroger son **impact dans leurs pratiques**. A travers une animation théâtre forum et un temps de convivialité, ils ont pu revenir sur les apports qu'ils ont d'ores et déjà utilisés, les questions qu'ils se posent. Les jeunes ont apprécié le cadre proposé, la dimension ludique et interactive de la formation, la possibilité de **s'exprimer librement**. Certains ont d'ores et déjà utilisé les apports de la formation (situations à risques).

La volonté commune des partenaires pilotes, à savoir l'Inter'Val, la Mairie de Plélan et le Syndicat Mixte de Brocéliande, est de programmer une seconde édition en 2025.

Vous pouvez retrouver un podcast sur le projet sur les ondes de Timbre FM.



Quelques témoignages

"Après cette formation, je suis plus sûre de moi pour faire face à certains problèmes."

"J'ai pu utiliser ce que j'avais appris pendant une soirée cet été. Sans la formation je n'aurais jamais osé tenir tête à mes amis pour faire ce qui était nécessaire."



Les activités sportives

Découvrir - Bouger - Pratiquer



DANSE MODERNE JAZZ

Pour sa première année au sein de l'association, Mathilde Morel a permis aux élèves de créer leur propre chorégraphie et de la présenter lors du gala de fin d'année.

Environ 500 personnes ont eu le plaisir d'assister aux 2 représentations de danse, salle Rotz à Maure de Bretagne.

L'activité n'a pas été reconduite en septembre 2024 suite au départ de l'intervenante.



CROSS TRAINING

Les cours sont animés par Camille Clouet, éducatrice sportive, chaque lundi et mercredi soir. Les participantes s'exercent dans de nombreux exercices physiques de renforcement musculaire, de cardio et de relaxation.

L'activité est ouverte à toutes et tous.



EVEIL SPORTIF POUR LES ENFANTS

Cette activité a été proposée aux enfants de 3 à 6 ans en deux groupes d'âge.

Elle permet aux enfants de développer leur motricité à travers différentes activités.

Leurs capacités physique (motricité, équilibre, déplacements...) sont sollicitées lors de jeux dynamiques et ludiques.

Cette activité n'a pas été reconduite en septembre 2024 suite au départ de l'intervenante.

Présentation

Chiffres clés

CHIFFRES clés

93 participants

6 groupes de niveau

17 bénévoles

CHIFFRES clés

35 Participants

2 groupes le lundi et le mercredi de 19h à 20 H

CHIFFRES clés

9 enfants inscrits

2 créneaux pour les 3/4 ans et les 5/6 ans

Le mercredi après-midi

Tout se transforme

Recycler - Réparer - Echanger



LE VESTIAIRE

tous les mercredis
14h-18h

Un magasin de vêtements totalement gratuit et ouvert à tous fonctionnant grâce aux dons des habitants. Depuis juillet 2024, le vestiaire bénéficie d'un nouvel espace lumineux dans les locaux de la Canopée. Le vestiaire ouvre depuis novembre le jeudi matin pour les bénéficiaires des Restos du Coeur et une fois par mois pour le passage du Solidaribus du Secours Populaire.



LE REPAIR CAFE

1er samedi de chaque
mois
9h-11h30

Mouvement mondial, les Repairs Café s'investissent pour préserver la connaissance et le savoir-faire de la réparation et luttent contre la surproduction d'objets réparable. Implanté sur la commune de Plélan Le Grand depuis quelques années, l'initiative a essaimé sur la commune de Monterfil à partir du mois d'octobre avec un nouveau groupe de bénévoles investis.



VIDE-DRESSING VIDE-JOUE

2 vide-dressing enfants, 1 vide-dressing adulte et 1 vide-jouet ont été proposés en 2024 par l'équipe de bénévoles. 25 emplacements sont proposés chaque jour de vente et l'affluence est toujours très importante, en particulier le dimanche, jour de marché. Comme chaque année, c'est le vide-jouet qui remporte la palme des ventes !

Présentation

Chiffres clés

CHIFFRES clés

12 bénévoles
1162 visiteurs sur l'année
384 personnes ayant déposé
802 personnes bénéficiaires

CHIFFRES clés

16 bénévoles
69 objets déposés
40 objets réparés

CHIFFRES clés

4 événements
12 bénévoles
65 exposants différents

Et aussi

L'espace de gratuité, organisé tous les ans conjointement par l'Inter'Val, l'ADMR et le Département, a eu lieu le 27 novembre dans la salle polyvalente de Treffendel. Plus d'une centaine de personnes ont pu profiter d'un large choix d'objets déposés par les habitants du territoire. Une trentaine de bénévoles a participé à l'organisation de cet événement aux côtés des professionnels présents. En amont de cet événement, 4 ateliers "**Qu'est-ce que tu fabriques? J'économise**" ont été proposés : fabrication de sacs à vrac, d'éponges tawashi, information sur la pollution de l'air dans nos maisons, réalisation d'un repas sain et économique.

Ensemble et citoyens

Agir ensemble - Echanger - Partager



Le SCHMILBLICK du CITOYEN

Les soirées sont organisées par des bénévoles et sont ouvertes à tous. L'objectif est de proposer des soirées d'informations et de débats autour de thèmes variés dans un esprit de convivialité, afin de donner à chacun les moyens d'être des acteurs éclairés de la société.

Les soirées ont lieu dans différents lieux en fonction des thèmes et des partenariats.

Les thématiques abordées en 2024 :

- **"Association : et si on partageait les pouvoirs?"**
- **"Mieux comprendre les origines, les enjeux et les aspects du conflit Israélo-palestinien"**, en présence de Marc Russon, professeur d'histoire
- **"Sport et santé"**, en présence de François Carré, cardiologue



TOUS EN VADROUILLE

Des sorties à petits prix, ouvertes à toutes et tous. En famille ou en solo les habitants profitent de partager une journée nature ou culture dans la bonne humeur et la convivialité.

Cette année les habitants et les familles sont partis à la découverte du **Roazhon Park, du Musée des Beaux Arts, du Parc "La Balade du Père Nicolas" à Pluméliau, du château de Fougères et de la Porte des Secrets à Paimpont.**

Sans oublier les balades "Tous à pied", organisées les mercredis matins sur les chemins pédestres de Plélan Le Grand lors des vacances scolaires.



ATELIERS TOUS A TABLE

Elaborés en partenariat avec les infirmières du réseau Asalée, ces ateliers permettent d'aborder la thématique de l'alimentation de manière conviviale et de créer un lien entre l'accompagnement médical assuré par les infirmières et l'ouverture aux activités socio-culturelles proposées par le centre social.

CHIFFRES clés

5 ateliers
20 participants

ATELIERS GENEALOGIE

C'est à l'initiative d'une habitante du territoire passionnée par la généalogie que ces ateliers se sont mis en place. En 2024, Adelaïde a animé 8 ateliers à destination d'adultes et a également proposé un atelier parent-enfant.

CHIFFRES clés

8 ateliers
15 participants

CHIFFRES clés

8 bénévoles
3 soirées organisées

CHIFFRES clés

5 sorties
62 participants

Un nouvel atelier créatif et convivial s'est mis en place cette année à l'initiative de deux habitantes : **le café couture & tricot** ! Animé par Zilda et Isabelle, il propose aux personnes intéressées par la couture ou le tricot de se retrouver chaque semaine en alternance entre le mardi soir et le jeudi après-midi, pour réaliser des projets ensemble. Chacun est autonome sur son projet mais trouve en l'autre une aide, un conseil, des idées...le tout autour d'un café et dans la bonne humeur !

Présentation

Chiffres clés

MOON

Il n'y a pas d'âge pour bouger

Echanger - Partager - Bouger

Les activités régulières



REMUE MENINGES

le 3ème lundi du
mois
14h-16h

Une dizaine de participants prennent plaisir à se retrouver pour travailler leurs méninges grâce aux propositions ludiques et variées de Monique, bénévole toujours aussi motivée!

Force de proposition, le groupe a organisé une dictée publique pour récolter des fonds dans le cadre du Téléthon.



**GROUPE
CONVIVIALITE**
tous les vendredis
14h-17h

C'est dans une ambiance conviviale qu'une quinzaine de joueurs se retrouvent chaque vendredi à la salle du marché de Plélan Le Grand.

Ouvert à toutes et tous le groupe peut accueillir de nouvelles personnes tout au long de l'année.



**GYM SENIOR
PILATE**
tous les mardis
matins de 9h à 11h45

Spécialement adaptées aux besoins de chacun et chacune, les séances, encadrées par une éducatrice sportive spécialisée, permettent de se maintenir en forme, en toute convivialité. Deux créneaux de gym et un créneau de pilate sont proposés le mardi dans la salle omnisport de Plélan Le Grand. En 2024, 35 personnes ont participé à l'activité.

Les cafés seniors

Ces après-midis thématiques destinés aux + de 60 ans permettent aux participants de s'informer sur certains sujets, de créer du lien social, favorisent les rencontres et l'accessibilité de certaines pratiques mais aussi offrent un moment de convivialité très apprécié !

Animés par différents partenaires selon les thématiques (les médiathèques, le CLIC, les infirmières ASALEE...) mais aussi les habitants concernés lors des différentes actions pour construire le programme au plus près des attentes repérées. En 2024, 3 **cafés seniors** sur le thème des démarchages frauduleux et la dénutrition et un atelier Yoga du Rire ont été proposés. **30 personnes** au total y ont participé.

Ateliers de sophrologie pour les aidants

Un cycle de sophrologie destiné aux aidants familiaux a été proposé cette année en partenariat avec les élus des 6 communes du territoire. Animés par Patricia Boutin, sophrologue, ils permettent aux participants de bénéficier d'un temps de répit et de relaxation, bienvenu dans leur quotidien d'aidants familiaux. 5 séances ont lieu en 2024 dans les différentes communes du territoire. **15 personnes** au total y ont participé.

ZOOM

ZOOM

L'Inter'Val vous accueille et accompagne vos initiatives !

Du lundi au mercredi : 9h - 12h / 13h30 - 18h30

Jeudi : 9h - 12h / 13h30 - 17h30

Vendredi : 9h - 12h

2 rue Simone Veil, La Canopée
35380 Plélan-le-Grand



Merci à nos soutiens !

02 99 06 88 90 accueil@interval.org
www.interval.org

