

Projet "Tu Bouges, t'es Bien"

Pour compléter notre offre socle, la Mission Locale a déposé un projet auprès du Conseil Régional en 2024.

Le projet inclut l'activité physique dans les pratiques quotidiennes de la Mission Locale du Bergeracois pour en faire un acte accessible à tous.

Aussi, nous mettons en place une progression dans les activités proposées : sensibilisation, découverte, pratique physique régulière. Des temps consacrés à la prévention et à la connaissance de soi sont également inclus afin de permettre aux jeunes d'avoir une réflexion globale.

Des actions sont proposées sur l'ensemble du territoire de la Mission Locale du Bergeracois.

La durée du projet s'étend d'avril 2024 à avril 2025.



>>> Inclure la sensibilisation à l'activité physique au quotidien



LES PAUSES ACTIVES

“ Nous proposons une pause active au quotidien dans les actions collectives. D'une durée de 10 minutes, les participants sont invités à des jeux et mouvements à la portée de tous.



2 Vélos bornes de recharge

LUTTE CONTRE LA SÉDENTARITÉ

“ Afin de lutter contre la sédentarité, promouvoir l'activité physique et nos différentes actions santé, 2 bornes de recharge multi-appareil vélos rechargeurs ont été installés dans l'espace d'accueil. Cette solution écologique et saine permet de générer sa propre énergie pour recharger ses appareils.

269 participations en 2024

30 BALADES CONVIVIALES



“ Il a été proposé aux jeunes chaque semaine de participer à un temps de balade conviviale sur un temps court d'une heure. Ces temps remportent un engouement auprès de jeunes très peu sportifs, en manque de lien social avec une fréquentation quelle que soit la météo. Une fois par semaine des balades à Bergerac et une fois par mois en territoire rural. Les jeunes proposent leurs propres itinéraires.

9 jeunes en 2024



PAIR - AIDANCE - AMBASSADEURS

“ Le projet inclut les jeunes en tant qu'ambassadeurs Tu bouges, t'es bien : des jeunes sportifs font la promotion de leur activité auprès des pairs d'autres jeunes participants aux actions témoignent et valorisent nos actions dans un esprit de relais (vidéos, enregistrements de podcasts radio, présence lors des actions, participation à la création des supports de communication,...).

>>> Les activités sportives

83 participations en 2024

LA DÉCOUVERTE SPORTIVE



“ Ateliers de découverte d'activités physiques une fois par mois à destination de tous les jeunes : volley, foot, rugby, aviron, danse...

118 participations en 2024

LES CYCLES SPORT



“ Des cycles plus approfondis de sport sont également proposés à la suite des initiations : 8 séances de yoga, 8 séances de sport en salle. L'objectif est de pouvoir permettre à des jeunes de s'initier gratuitement à des séances de sport adaptables à tous et de tester une activité physique sur la durée, au-delà d'une séance de découverte.



>>> Les journées thématiques

27 participations en 2024

LES RALLYES MOBILITÉ EMPLOI



“ A la découverte de nos territoires ruraux, les jeunes vivant sur les territoires de Dauville et de Sarlat ont organisé avec nous des journées découvertes de bassin de vie à destination de jeunes vivant sur d'autres territoires. Ces journées complètes allient mobilité en transport en commun (bus régional/train), balade et rencontre d'un employeur du territoire.

26 jeunes en 2024

ETRE SOI MÊME : ÇA S'APPREND



“ Après une journée de présentation avec l'intervenant (Benoit MAGRAS) et la référente du point santé chaque jeune participe à un programme composé de 4 séances. Le programme aborde 3 thématiques comme étant jugées prioritaires par les jeunes eux-mêmes : le stress, la gestion des émotions, la communication (professionnelle et personnelle)

13 jeunes en 2024

JOURNÉE BOUGE AVEC TA ML



“ Début 2023 la référente du point santé et la chargée d'animation ont pu bénéficier de la formation proposée par la Mutualité française. Nous avons proposé 1 journée en 3 temps : un atelier, un repas partagé où seront abordés de manière informelle les habitudes alimentaires puis un parcours relais santé dans la ville



18 participations en 2024

2 JOURNÉES DE PRÉVENTION



“ Animées par Benoit Magras, journées de prévention : Addictions, Alimentation, Emotions et Confiance en soi.

21 jeunes en 2024

PROGRAMME LIKE YOU JE M'ACCÉPTE COMME JE SUIS



Perspectives 2025 > 2026

L'appel à projet s'étend d'avril
2024 à avril 2025. un nouveau





L'ESSAIM de la Manufacture

DESCRIPTION DU PROJET

L'Essaim de la Manufacture s'appuie sur l'association La Traverse comme lieu d'expérimentation. Le projet a pour ambition de mobiliser les jeunes : De l'aller vers au projet par et pour les jeunes.

En effet, le projet doit permettre aux jeunes d'avoir connaissance et de s'approprier les opportunités créées par La Traverse.

Créer des liens avec le monde professionnel sur place par des rencontres professionnelles, des immersions, des visites, des échanges avec les résidents...

Mais également d'inclure les jeunes dans les opportunités de vie sociale : mettre les jeunes en lien avec le tissu associatif présent, leur faire bénéficier de l'offre de soins si besoin, de l'offre numérique...

Pour ce faire, nous délocalisons une partie de l'activité de la Mission Locale au sein de La Traverse pour favoriser les liens : organisation de visites découverte du lieu, inclusion des jeunes dans les actions proposées.

PROBLÉMATIQUE IDENTIFIÉE

L'ADN du réseau des Missions Locales est de donner une place centrale aux jeunes et de construire avec eux leur parcours d'insertion sociale et professionnelle. Cet ADN n'est pas le moins ambitieux car, si notre association peut mettre en avant ses compétences sur l'ensemble des domaines de l'accompagnement social et professionnel, il n'en est pas de même sur les pratiques de coopération avec les jeunes. En effet, nos pratiques de conseil et d'accompagnement sont à quelques exceptions relativement conventionnelles. Ces dernières ne sont pas assez développées dans le « Faire au côté des jeunes », être à l'écoute de leurs aspirations et intérêts sociétaux. Les professionnels sont formés à des méthodes traditionnelles de conseils, ils ont peu d'occasion de faire un pas de côté pour donner corps et développer le pouvoir d'agir des jeunes à la rencontre de l'autre en vue de faire société.



Un conseiller assure le lien entre les jeunes et les actions des partenaires de La Traverse, est à l'écoute des projets des jeunes pour faire émerger des envies, des intérêts et/ou des projets.

>>> Découverte du lieu et de ses opportunités

43 jeunes

DÉCOUVERTE DU LIEU



“ Dans les premiers mois du projet, le lieu La Traverse se met en place, et les travaux qui permettront à la Mission Locale d'avoir un lieu d'accueil des jeunes est en construction. En attendant 43 jeunes ont visité le lieu afin de se familiariser avec les opportunités proposées. Nos balades du vendredi sont détournées pour faire passer les jeunes par ce lieu. Les jeunes intégrant le CEJ y ont été invités.



65 jeunes - 239 participations
50 chantiers

BÉNÉVOLAT



“ Deux fois par semaine les jeunes ont été invités à s'investir en tant que bénévoles dans les projets de La Traverse : tri de livres, bricolage, création d'un compost, plantations, manutention...



>>> Les actions & chantiers

16 jeunes - 36 participations
8 chantiers

AMÉNAGEMENT DE LA SALLE



“ Pour investir le lieu, les jeunes ont été conviés à décorer et choisir du mobilier pour aménager la salle. 8 chantiers ont été proposés. L'investissement de la salle par les jeunes et par les professionnels n'est pas toujours une évidence du fait de son agencement et de l'ambiance thermique. Ils ont réfléchi à en faire un endroit propice à se poser et à investir. Les meubles ont été choisis à la Recyclerie Bergeracoise conformément à la politique de réemploi des matériaux de l'association La Traverse.



7 jeunes

ATELIER ARTISTIQUE

“ À la suite du repérage de jeunes ayant des talents artistiques, nous avons souhaité soutenir la création d'un projet construit par les jeunes dans un esprit de « mur d'expression ». L'idée était de promouvoir les talents au travers de la réalisation d'une fresque collaborative grâce à l'appui technique d'un professionnel graffeur en lien avec La Traverse. Cette réalisation a eu lieu de janvier à mai 2024.

9 jeunes porteurs du projet
30 participants

ORGANISATION DU TOURNOI DE JEU VIDÉO



“ Plusieurs de nos "gamers" se sont investis pour créer de A à Z un tournoi de jeu vidéo qui a eu lieu le 27 juillet 2024. Plusieurs partenariats et parrainages ont été créés par les jeunes, dont l'entreprise informatique LDLC qui a mis à disposition des moyens humains et matériels et RVB qui a enregistré un podcast.

2 Interviews

8 jeunes et 8 professionnels

INTERVIEWS RADIO



“ Afin de favoriser les rencontres entre jeunes et porteurs de projets à La Traverse, nous avons organisé deux interviews ayant pour objectif pour les jeunes de se préparer à la rencontre de professionnels. Ces enregistrements ont été réalisés avec RVB (Radio Vallée Bergerac) et les jeunes participants à un parcours emploi d'octobre 2023 et d'octobre 2024.

7 jeunes

JOURNÉES PORTES OUVERTES DE LA TRAVERSE



“ La Traverse organise des Portes ouvertes afin de permettre à tout un chacun de prendre connaissance des actions et projets du lieu. Les jeunes ont souhaité représenter leur Mission Locale lors de ces journées portes ouvertes. Chacun a apporté son témoignage sur des actions réalisées : mobilités internationales, projets artistiques, projets de création d'entreprise, sport. Ils ont diffusé leurs supports et fait leur présentation pour les visiteurs.



12 jeunes

ATELIER TROUVE TON STAGE



“ Un atelier créé sur mesure pour le lieu et pour répondre aux besoins des jeunes. La recherche de stage professionnel est une démarche décisive pour l'insertion des jeunes. Accompagnée habituellement en individuel, cette démarche peut être très compliquée dans la mise en action pour des jeunes peu à l'aise avec le monde de l'entreprise. Une période en milieu professionnel mal réfléchi peut être un nouvel échec pour des jeunes déjà fragilisés. Aussi, deux 1/2 journées par mois d'accompagnement à la recherche de stage sont proposées aux jeunes depuis octobre 2024.



2 jeunes porteurs du projet

6 participants

ATELIER JEU DE RÔLES



“ Cet atelier est né d'une passion commune de 2 jeunes qui se sont rencontrés à la Mission locale : faire découvrir le "jeu de rôle" à leurs pairs. Notre local est à leur disposition pour se rencontrer et faire découvrir cette activité. Pour nous, cet atelier créé entièrement par leur soin est un bon moyen de favoriser le lien entre jeunes et de permettre aux animateurs de ces séances de gagner en compétences.



>>> La notion d'Ambassadeur

LA NOTION D'AMBASSADEUR ÉTAIT INCLUSE DANS LE PROJET AVEC CETTE AMBITION DE TRANSMISSION DE JEUNE À JEUNE. NOUS AVONS

>>> Délocalisation de l'activité de la Mission Locale

Le lieu de La Traverse a également été investi par l'équipe de la