

Comme
les **Autres**



Rapport d'activité

2022



Sommaire

3

L'association

5

L'année 2022 en chiffres

7

Les projets développés en 2022

15

Quelques histoires CLA

16

Ils nous soutiennent

18

Bilan financier

19

Les perspectives 2023



Comme les Autres, en bref

Notre mission sociale

Comme les Autres propose un accompagnement social dynamisé par le sport et les sensations fortes aux personnes devenues handicapées à la suite d'un accident.

Depuis 2011, nous contribuons significativement à l'amélioration du parcours de vie des personnes handicapées moteur suite à un accident : gain en mobilité, reprise de confiance en soi, réconciliation avec son corps, ouverture à l'autre, regain d'énergie et de motivation au quotidien, réinsertion sociale, etc.

25
Salariés

128
Séjours-Aventure
sportifs organisés

1000+
Personnes handicapées
accompagnées

Notre équipe



Maud Raynaud
Co-directrice



Jonathan Jérémiasz
Co-directeur

Action territoriale



Hadrien Park-Louis
Responsable développement territorial



Delphine Descousse
Responsable antenne Nouvelle-Aquitaine



Alice De Talancé
Coordinatrice antenne Ile-de-France



Alice Billot
Coordinatrice antenne Provence-Alpes-Côte d'Azur



Claire Gressier
Coordinatrice antenne Hauts-de-France



Valérie Rebiscoul
Responsable antenne Auvergne-Rhône-Alpes



Nastasia Brard
Responsable antenne Grand-Ouest

Accompagnement social



Chloé Pilet
Responsable du travail social et travailleuse sociale Nouvelle-Aquitaine



Romain Mario-Jalabert
Travailleur social Nouvelle-Aquitaine



Marion Gemperlé-Huet
Travailleuse sociale Ile-de-France



Adèle Villiers
Travailleuse sociale Provence-Alpes-Côte d'Azur



Annabelle Deslandes
Travailleuse sociale Hauts-de-France



Lola Dupuy
Travailleuse sociale Auvergne-Rhône-Alpes



Julie Villedieu
Travailleuse sociale Grand-Ouest



Chloé Dufond
Travailleuse sociale Auvergne-Rhône-Alpes



Karine H'Daddou
Travailleuse sociale Grand-Ouest

Collecte de fonds et communication



Noémie Elkaïm
Responsable de la collecte de fonds et de la communication



Lucille Chevrette
Chargée de communication



Jean Mertz
Chargé de collecte de fonds



Salomé Marie
Chargée de mécénat



Constance Billard
Chargée de mécénat

Séjours et projets



Laëtitia Mehri
Responsable organisation séjours et projets



Julien Francescini
Chargé organisation séjours et projets

Le conseil d'administration

Michaël Jérémiasz
Président

Carolyn Jérémiasz-Aldridge
Administratrice

Guillaume Trichet
Trésorier

Souad Yamani
Administratrice

Lucie Dautancourt
Secrétaire

L'année 2022 en chiffres



3

**Séjours +
accessibles**

pour les personnes
à plus faible
autonomie ont été
organisés

203

Bénéficiaires

ont avancé sur leur projet
avec l'accompagnement de
nos travailleurs sociaux

88

**Activités
de
proximité**

organisées sur
l'ensemble de
nos antennes

8

**Excursions
thématiques**

organisées
(projet image de soi,
projet femmes,
projet hommes, etc.)

Bilan par antenne

Auvergne-Rhône-Alpes (AURA)

5 séjours-aventure sportifs

2 excursions

50 personnes accompagnées individuellement

30 activités de proximité et des ateliers mobilité, changement de roue, etc.

Nouvelle-Aquitaine (NAQ)

2 séjours-aventure sportifs

1 excursion

38 personnes accompagnées individuellement

45 activités de proximité et ateliers nutrition, mobilité, etc.

Hauts-de-France (HDF)

1 séjour-aventure sportif

21 personnes accompagnées individuellement

20 activités de proximité et atelier entretiens de fauteuil, etc.

Grand-Ouest (GO)

3 séjours-aventure sportifs

1 excursion

39 personnes accompagnées individuellement

64 activités de proximité et des ateliers proches-aidants, prévention escarres, etc.

Ile-de-France (IDF)

3 séjours-aventure sportifs

2 excursions

32 personnes accompagnées individuellement

56 activités de proximité, ateliers et sensibilisations

Provence-Alpes-Côte d'Azur (PACA)

2 séjours-aventure sportifs

1 excursion

23 personnes accompagnées individuellement

31 activités de proximité et ateliers sexe, mobilité, etc.

Les projets développés au national en 2022



Chaque année, de nouveaux projets sont mis en place afin de répondre au mieux aux besoins de nos bénéficiaires. Voici les principaux développés en 2022.

Les séjours plus accessibles aux personnes à plus faible autonomie

L'origine des séjours plus accessibles

Chez Comme les Autres, notre méthode de travail repose sur **l'expérimentation et la co-construction** avec les bénéficiaires. Certains bénéficiaires nous ont fait part de leur frustration de ne pas pouvoir participer à des séjours-aventure sportifs.

Nous avons donc rapidement initié une réflexion commune afin d'adapter cet outil essentiel à notre accompagnement social. Après des premiers tests concluants d'activités sportives et à sensations fortes à la journée, nous avons travaillé sur la création d'un **nouveau format de séjour**, accessible aux personnes ayant une plus faible autonomie.



La mise en place

En 2022, **3 séjours plus accessibles** aux personnes ayant une **faible autonomie** ont été réalisés.

L'objectif était, au même titre que les séjours-aventure sportifs, que cette expérience agisse comme une **piqûre d'adrénaline** sur le bénéficiaire, sans perdre de vue les besoins et les capacités des personnes que nous accompagnons. L'une des adaptations les plus importantes que nous avons souhaité apporter est l'association de **sensations « douces »**, comme la sophrologie ou les ateliers culinaires et de **sensations fortes**, comme de l'hélicoptère ou des randonnées en chiens de traîneau par exemple.

Les séjours accessibles sont une réussite, tant pour les bénéficiaires que pour les participants valides.

Les uns reviennent avec de nouvelles envies d'activités à intégrer dans leur quotidien, les autres avec un regard changé sur le handicap. Le séjour est un **outil essentiel à la reconstruction** et nous avons pu l'adapter pour une partie de nos bénéficiaires qui ne pouvait pas en bénéficier jusque-là.



La suite

En 2023 ce sont **7 séjours plus accessibles** qui sont prévus sur 5 de nos antennes, soit **21 personnes** à faible autonomie qui pourront profiter des bienfaits qu'apportent ces 5 jours de déconnexion et de dépassement de soi. Nous prévoyons également d'embaucher une **Infirmière Diplômée d'État (IDE)** pour accompagner l'ensemble des séjours plus accessibles de 2023.

Lancement du Programme d'Orientation vers l'Emploi



Constat

En France, **8,4% des demandeurs d'emploi sont des personnes en situation de handicap** (*source Agefiph*). Avec un **taux de chômage deux fois supérieur à celui des valides**, ces personnes présentent des difficultés particulières d'insertion (âge élevé, chômage de longue durée, discrimination, etc.).

Il nous semblait évident de participer activement à l'employabilité de nos bénéficiaires.

Nous avons pour cela initié un Programme d'Orientation vers l'Emploi pour nos Bénéficiaires.

Après une phase d'expérimentation soutenu par nos mécènes et partenaires, nous avons signé un Contrat à Impact avec deux Ministères :

- **Ministère de l'Économie, des Finances et de la Souveraineté industrielle et numérique** (Direction générale du Trésor)
- **Ministère du Travail, du Plein-emploi et de l'Insertion** (Délégation Générale à l'Emploi et à la Formation Professionnelle)

Ce Contrat à Impact, soutenu par des investisseurs privés, nous a permis de lancer un programme ambitieux pour lever les freins périphériques à l'emploi de nos bénéficiaires.

Objectif

Il vise à **lever les freins périphériques à l'emploi** des personnes devenues handicapées suite à un accident afin de favoriser leur employabilité et de permettre ou d'accélérer leur réinsertion socioprofessionnelle.

Pour les bénéficiaires, les freins à lever pour permettre un retour à l'emploi sont nombreux : psychologiques, physiques, administratifs, liés à la mobilité, aux stéréotypes, à l'éloignement de l'emploi et à l'isolement social.

Chaque bénéficiaire de ce programme déterminera dès le démarrage de son accompagnement un objectif d'insertion professionnelle. Avec le·la travailleur·euse social·e, il co-construira un projet de reconstruction lui permettant de lever les freins identifiés lors du diagnostic. Un cursus de remobilisation professionnelle sera mis en place en cours d'accompagnement pour favoriser la (ré)insertion professionnelle de ces bénéficiaires.

Évaluation de notre impact

Afin d'évaluer l'impact du programme, nous avons fait appel à Improve avec qui nous avons déjà collaboré à plusieurs reprises depuis 2016. Cette évaluation nous permettra à horizon 5 ans, de mesurer précisément notre impact sur les bénéficiaires ayant participé au Programme d'Orientation vers l'Emploi.

La collecte en face-à-face

En octobre 2022 nous avons lancé notre première collecte de fonds dans la rue, en face-à-face !



La collecte en face-à-face, qu'est-ce que c'est ?

Cette collecte repose sur des **équipes de recruteurs de donateurs** qui partent à la rencontre du Grand Public, principalement dans la rue. Lors d'un échange convivial, ils sensibilisent aux actions de l'association et proposent aux passants de se mobiliser en la soutenant financièrement via **un don mensuel par prélèvement automatique**.

Grâce à leur travail, ces équipes contribuent à la réalisation de nos actions sur le terrain.

Que représente cette collecte pour Comme les Autres ?

Ce projet a été mûrement réfléchi par l'équipe de Comme les Autres et notamment par nos co-directeurs Jonathan Jérémiasz, pionnier de la collecte en face-à-face en France, et Maud Raynaud, qui a travaillé dans ce domaine pendant près de 10 ans.

Il s'inscrit pleinement dans le développement de notre association car il permet :

D'accroître notre notoriété et de sensibiliser massivement à nos actions, par une présence dans les lieux publics.

La diffusion du documentaire Comme les Autres avec notre parrain Frédéric Lopez en mai 2020 sur France 2 a permis à plus de 2 millions de téléspectateurs de découvrir notre action. Nous avons reçu de nombreux retours positifs. Beaucoup ont constaté que leur regard sur le handicap avait changé à la suite de cette diffusion. Cette collecte en face-à-face assure la continuité de notre visibilité auprès du Grand Public et permettra de sensibiliser plus massivement à nos actions.

De mieux planifier nos actions sur la durée et de diversifier nos sources de financement grâce aux dons réguliers.

Ces dons réguliers nous permettent d'avoir une vision à long terme et d'envisager l'avenir sereinement, notamment sur notre capacité à innover et à accompagner un maximum de personnes devenues handicapées moteur après un accident.

Par qui sont réalisées ces campagnes de collecte ?

Elles sont menées par des professionnels salariés de l'**Agence Solidaire**, une entreprise de l'Économie Sociale et Solidaire, agréée **ESUS** (Entreprise Solidaire d'Utilité Sociale) et leader du marché de la collecte en face-à-face. Formés à notre objet social, ces professionnels sont investis pour la cause du handicap et animés d'un enthousiasme qu'elles transmettent aux personnes qu'elles rencontrent. Grâce à leur travail, ces équipes contribuent à **la réalisation de nos actions sur le terrain**.



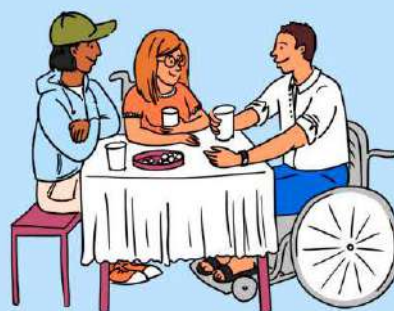
Le développement des visios thématiques

Thème : Les Escarres

Jeudi 03 Novembre

De 19h00 à 20h00

Tu es intéressé-e ?
Dis-le nous, un lien de visio te sera envoyé quelques jours avant !



Développement des visios

En 2020, avec la crise sanitaire, la **digitalisation de nos outils** est devenue indispensable pour continuer à accompagner nos bénéficiaires à distance. Les visios ont pris temporairement le relais du présentiel et se sont rapidement **démocratisées**.

On y a vu un intérêt naissant : pouvoir toucher des bénéficiaires sur l'ensemble du territoire et développer des sujets d'échanges plus diversifiés.

En 2022, plusieurs thématiques de visio ont été proposées en collectif. Elles viennent **en soutien du travail individuel** réalisé par les travailleurs sociaux et sont animées par des intervenants externes, fins connaisseurs des sujets abordés.

Ces sessions en visio sont également des **moments privilégiés et intimes de discussion** entre les participants. C'est un moment propice pour s'échanger des conseils, faire part de ses problématiques ou encore trouver du réconfort dans le témoignage des autres.

Les différentes thématiques de visio

Nous en avons organisé plusieurs sur l'année écoulée. Parmi elles :

Visio sur l'ergothérapie et la mobilité

Mise en place d'un « **Quiz sur les fausses idées autour du fauteuil roulant** » pour explorer la mobilité de chacun et mieux l'appréhender. Elle a été animée par un **ergothérapeute**.

Visio femmes : le couple après l'accident

Cette visio s'inscrit dans la continuité du projet femme-estime de soi, mis en place dans plusieurs antennes. Elle vise à proposer des **clés d'analyse** pour mieux comprendre certains comportements ou réactions au sein du foyer après un changement brutal d'équilibre dans le couple. Cette visio est aussi l'occasion de mettre en place un **cercle de parole et de témoignage** qui permet de se retrouver entre pairs et de prendre de la hauteur sur sa propre situation. La visio est animée par l'une de nos **référentes handicap**.

Visio sur les voyages

Comment voyager quand on est en fauteuil ? A quoi faut-il penser ? Quel matériel faut-il mettre dans sa valise ? Autant de questions que se pose toute personne nouvellement handicapée qui souhaiterait partir voyager en France ou à l'étranger. C'est un **couple de blogueurs** (dont l'un des deux est en fauteuil), féru de voyage et très expérimenté sur le sujet qui a répondu aux questions des participants.

Visio sur les proches-aidants

Suite à plusieurs sollicitations de proches de personnes accompagnées sur la région Lyonnaise, une visio a été mise en place en partenariat avec la métropole de Lyon. L'intervenante, la **coordinatrice de la métropole de Lyon**, elle-même aidante, a pu expliquer et renseigner les proches sur les **espaces gratuits à disposition** (groupe de parole, sophrologie, suivis psychologiques...) présents sur leurs territoires.

Visio sur les escarres

Elle prend tout son sens quand on sait qu'une escarre peut bien souvent être **évitée** lorsqu'on est suffisamment sensibilisé et averti sur le sujet. La visio a été animée par un **infirmier** titulaire d'un diplôme universitaire « plaies et cicatrisations ».

Zoom sur les projets dans les antennes

La Cladventure : l'aventure avec un grand A

« Merci à cette association d'exister, merci aux « anciens » de nous transmettre cette expérience de ce nouveau parcours à découvrir. Chacun de vous a fait de ce séjour une ressource qui donne encore plus envie de mordre cette « putain » de vie à pleines dents. » - témoignage d'un participant



Deux équipes, l'une provenant de l'Île-de-France, l'autre d'Auvergne Rhône-Alpes et chacune composée de 3 personnes handicapées et de 3 personnes valides, se sont affrontées pendant 5 jours sur plusieurs **challenges sportifs autour du lac d'Annecy** en juin 2022.

L'idée derrière ce séjour était de challenger nos bénéficiaires les plus avancés et les plus mobiles.

Le sport pour se dépasser

Les activités étaient **physiquement plus engageantes et exigeantes**. Il y avait entre autres, du biathlon, une course d'orientation en plein centre-ville d'Annecy, un stage de survie ou encore un parcours en kayak sur le lac. Les activités étaient aussi l'occasion **de sensibiliser sur les bons gestes, les bons réflexes à avoir dans le cadre de l'activité et dans son quotidien**. L'encadrement du séjour était assuré par des personnes expérimentées dans le handicap et notamment par l'un de nos référents handicap.

Chaque défi permettait de cumuler des points pour son équipe pour, à l'issue du séjour, repartir grand gagnant de la Cladventure !



Une aventure en pleine nature

Au-delà du sport, c'est **l'aspect aventure et débrouillardise** qui a également été plus développé que sur nos séjours-aventure sportifs habituels. Ce nouveau format de séjour a été un succès et a permis aux participants de retrouver les **sensations de liberté en pleine nature**, sans adaptation particulière.

ELOQUENTIA

« C'était super ! J'ai des difficultés à m'exprimer, c'était donc bien pour moi de participer à cette session-là. Je me suis rendu compte que les blocages sont surtout dans ma tête, les mots je les ai ! C'est le regard des autres qui me bloque. Je ne pense pas que je l'aurais fait avant. Ça m'a beaucoup apporté. » - témoignage d'un participant

Un **parcours pédagogique** a été créé avec l'association Eloquentia afin de répondre aux problématiques de **confiance en soi**, en l'autre et en la société. Ce cursus permet aux bénéficiaires de développer différents axes de travail notamment l'introspection et la confiance, la mobilisation des connaissances, la structuration du propos, la maîtrise du corps et de la voix, l'esprit critique et la créativité.



Le parcours dure 20 heures, il s'étend sur **5 semaines** et a été mis en place chez CLA de novembre à décembre 2022. **6 bénéficiaires se sont lancés dans l'aventure** (5 hommes et 1 femme), ainsi que deux salariées de CLA (la coordinatrice d'antenne IDF et la stagiaire ergothérapeute). Ces cinq séances leurs ont permis d'acquérir de **solides bases en éloquence**. Ils repartent tous avec des solutions concrètes. Les participants se sont sentis de plus en plus à l'aise au cours des séances. Tous pensent avoir **gagné en confiance en eux** et trouvent ce cursus **utile pour le quotidien**.



L'excursion « image de soi » en Auvergne Rhône-Alpes

L'excursion image de soi a pour but **la reprise de confiance en soi et d'estime de soi des bénéficiaires**. Reprendre confiance en soi est un prérequis pour retrouver une **vie épanouie**. Ce programme a été pensé de **façon progressive**, avec des ateliers allant de la collectivité à son rapport à soi puis son rapport aux autres.

Ce programme d'estime de soi de **4 jours** dans le Beaujolais a été mené **en mixité parfaite**, 3 hommes et 3 femmes, tous les 6 en situation de paraplégie, ainsi qu'avec une référente handicap.



Les activités ont eu lieu sur 3 jours :

- **Jour 1 (confiance et cohésion de groupe)** : exercices de théâtre, improvisation et danse, atelier cuisine intuitive.
- **Jour 2 (introspection)** : routine danse, méditation, sophrologie, ateliers écritures et groupes de paroles sur l'image et l'estime de soi.
- **Jour 3 (perception de « moi dans l'environnement » et représentation)** : danse et sport, atelier image de soi et mieux-être avec une conseillère en image, shooting photo en tenue de soirée et en tenue moulante de sport, soirée chic avec défilé de mode.

Le projet hommes « estime de soi » en Provence-Alpes-Côte D'Azur

A la suite de ce qui a été initié au niveau national et d'une demande et d'un besoin global sur l'antenne, un projet Estime de Soi à **destination des hommes** a eu lieu en décembre 2022. L'intérêt de se retrouver en pairs du même sexe, est de pouvoir échanger avec des personnes qui se ressemblent anatomiquement parlant, qui ont un parcours sensiblement similaire et qui se posent des questions communes.

Les objectifs de ce projet sont **d'accompagner la transformation**, la construction positive de tous les bouleversements psychologiques de la personne et de partager une expérience collective visant à augmenter la **confiance en soi**, à améliorer **l'image de soi**, à faciliter la projection dans l'avenir et à **croire en la capacité d'exister, d'être et de faire**.



6 bénéficiaires de l'association sont partis pour une excursion à la Couronne à Martigues avec au **programme de ces trois jours** :

- **Jour 1** : temps de rencontre et d'échanges, atelier Cross Fit, repas partagé et soirée de cohésion d'équipe.
- **Jour 2** : barbier coiffeur, café sexo, soirée au restaurant.
- **Jour 3** : initiation au stand-up, séance photo, portraits.

Quelques histoires CLA

Lancement de l'antenne Hauts-de-France

Entre 2018 et 2019, une première expérimentation mise en œuvre sur le territoire des Hauts-de-France (HDF) nous a permis d'identifier les besoins d'accompagnement et de **confirmer notre développement dans cette région.**

En novembre 2021, Claire, actuelle coordinatrice de l'antenne, a rejoint l'équipe de Comme les Autres pour **installer notre action sur ce territoire.**

L'antenne est officiellement lancée en janvier 2022 avec l'arrivée de Marion en tant que travailleuse sociale à la fois de l'antenne Île-de-France et de l'antenne Hauts-de-France. Elle consacrait trois jours, toutes les deux semaines, pour organiser les premières rencontres avec des potentiels bénéficiaires du territoire. Sur le premier semestre, Marion accompagnait 6 bénéficiaires.

En juin 2022, elle s'est consacrée exclusivement à l'antenne IDF et Annabelle a rejoint Claire pour occuper le **poste de travailleuse sociale de l'antenne HDF à temps plein.** Son arrivée nous a permis d'accompagner plus de personnes et d'entamer un suivi régulier avec chaque bénéficiaire. **Sur le deuxième semestre 2022, Annabelle a pu accompagner 16 personnes.**



Claire raconte :

« L'élément central au cœur du développement d'une antenne c'est la création d'un réseau. Un réseau de prescripteurs, de potentiels bénéficiaires, de participants valides, de partenaires financiers et opérationnels.

J'ai travaillé, avec l'aide d'Hadrien, responsable du développement territorial chez CLA, sur notre visibilité auprès des collectivités publiques, des acteurs privés impliqués sur le territoire et des centres de rééducation. Je suis allée à la rencontre du personnel des centres présents en Hauts-de-France afin de faire découvrir l'association et de leur donner envie de parler de nous à leurs patients. »



Avec l'arrivée de Marion puis d'Annabelle et les premiers accompagnements, le reste a suivi.

« En parallèle de la mise en place des premiers accompagnements, nous avons organisé nos toutes premières activités collectives de proximité. Les bénéficiaires HDF ont découvert le lancer de hache, la comédie musicale, la pratique du tennis-fauteuil ou encore l'apéro mobilité. L'objectif de ces sorties est de démontrer que de nombreuses activités peuvent être accessibles en fauteuil, de **favoriser le lien social et la mobilité** de manière ludique et conviviale et, pourquoi pas, faire naître de nouvelles passions. »

Ils nous soutiennent



Un grand merci à tous les donateurs et les partenaires qui nous font confiance et sans lesquels notre action n'existerait pas. Grâce à eux, nous poursuivons sereinement notre développement.

Partenaires publics



Partenaires privés



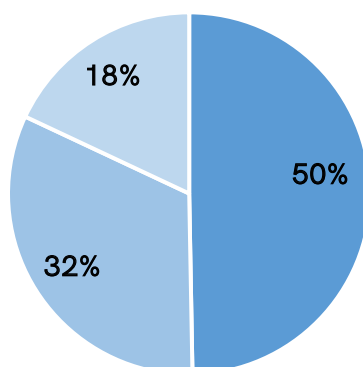
Bilan financier 2022



	2021		2022	
RESSOURCES PAR ORIGINE	1 783 561		2 069 486	
Produits liés à la générosité du public	836 430	47%	1 028 777	50%
<i>Cotisations</i>	4 185		5 635	
<i>Dons</i>	162 355		125 570	
<i>Mécénat</i>	669 890		897 572	
Produits non liés à la générosité du public	702 328	39%	667 839	32%
<i>Contributions financières</i>	633 816		601 339	
<i>Autres produits</i>	68 512		66 500	
Subventions et concours publics	244 802	14%	372 870	18%
EMPLOIS PAR DESTINATION	1 648 932		1 960 586	
Missions sociales	1 227 695	74%	1 362 785	70%
Frais de recherche de fonds	206 197	13%	361 636	18%
Frais de fonctionnement	215 040	13%	236 165	12%
Résultat de l'exercice	134 629		108 900	

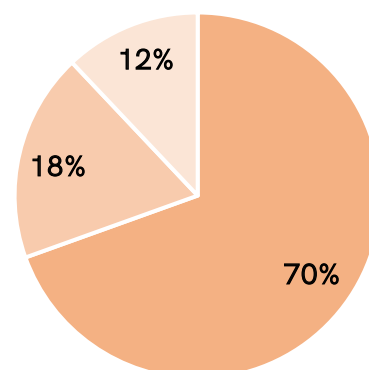
Ressources

- Générosité du public
- Ressources propres
- Subventions publiques



Emplois

- Missions sociales
- Recherche de fonds
- Fonctionnement



Les perspectives 2023



Développement en Grand-Ouest

Après le succès de notre implantation en Grand-Ouest en 2021, nous souhaitons accélérer notre développement en Pays-de-la-Loire en 2023 et ainsi scinder en deux le territoire Grand-Ouest. L'antenne de Bretagne conservera son siège à Rennes et celle des Pays-de-la-Loire aura son siège à Nantes et deviendra notre 7ème antenne ! Elle se verra dotée d'un responsable d'antenne dédié, ce qui nous permettra de développer nos actions sur ces deux territoires et d'accentuer notre présence dans la région Nantaise tout particulièrement.

Développement de l'association : travail de réflexion stratégique à horizon 10 ans

Nous avons l'ambition d'accompagner toute personne devenue handicapée moteur après un accident en France. Pour y parvenir, il nous faudra continuer de grandir et de développer notre action. Afin d'accompagner cette ambition nous organiserons en 2023 un processus de réflexion stratégique pour repenser la structuration et le plan de développement stratégique à horizon 3-5-10 ans. Ce projet sera mené sur une période d'un an, avec le concours de nos collaborateurs et de certaines personnalités externes pour accompagner la réflexion globale. A suivre !

Cursus sport-santé : favoriser l'autonomie sur le long terme pour accompagner le bien vieillir

Après une phase d'expérimentation du projet en 2022 auprès de 60 bénéficiaires, nous avons pu affiner le contenu de ce cursus qui permet de travailler sur la pratique sportive régulière, le renforcement musculaire, l'alimentation saine et la prévention santé. Ces thématiques clés permettent d'anticiper et d'accompagner le bien vieillir de nos bénéficiaires, enjeu majeur pour garantir leur autonomie sur le long terme.

En 2023, le cursus sport-santé viendra enrichir le parcours d'accompagnement global de l'ensemble de nos bénéficiaires et sera ainsi déployé sur toutes nos antennes.

Collecte face-à-face : poursuite du programme pour diversifier les ressources et sensibiliser le grand public à nos actions

Comme *les* Autres

Association loi 1901
La Ruche 20^{ème}
24 rue de l'Est - 75020 Paris
www.commelesautres.org
Siret : 534 436 076 00036