



# RAPPORT D'ACTIVITÉ 2024

ESPACE DE VIE SOCIALE

DES VALLÉES DE MASSAT



ASSOCIATION du  
*Haut-Couserans*





## CARACTERISTIQUES GÉNÉRALES DE L'ASSOCIATION

---

**Portage :** Association familles rurales du Haut-Couserans

**Objet de l'association :** L'AFR du Haut-Couserans se donne comme finalité l'épanouissement des personnes, la promotion des familles et le développement de leur milieu de vie. Elle agit dans un esprit permanent d'ouverture et d'accueil à tous, notamment en intégrant toutes les générations.

Faisant appel à la participation, à la solidarité, à la responsabilité et à l'engagement des habitants, l'association entend promouvoir un environnement qui leur soit favorable.

Le but essentiel de l'association est de rassembler les familles et les personnes vivant en milieu rural et d'assurer la défense de leurs intérêts matériels et moraux.

Elle peut à ce titre, intervenir dans les domaines concourant à la promotion des familles ainsi qu'à l'amélioration de la qualité de la vie, notamment ceux soumis à l'agrément des pouvoirs publics et semi-publics et concernant tout particulièrement :

- L'action familiale et sociale : accueil et éveil du jeune enfant, soutien à la fonction parentale, intégration des familles, lutte contre l'exclusion, maintien à domicile, hébergement temporaire, accueil familial des personnes âgées ou handicapées, services aux personnes, etc. ;
- La jeunesse et l'éducation populaire ;
- L'action éducative complémentaire à l'école ;
- La consommation : défense, éducation, prévention, qualité et sécurité des produits et des services, économie sociale et familiale, commerce local, etc.
- L'aménagement du territoire et le développement local ;
- L'environnement, protection de la nature, amélioration du cadre de vie, etc.
- Le logement et l'habitat ;
- Le transport et la sécurité routière ;
- La santé, l'éducation à la santé et la prévention ;
- La culture et le patrimoine local ;
- Les technologies de l'information et de la communication ;
- Les activités physiques et sportives ;
- Le tourisme, les loisirs, les vacances ;
- La promotion de l'emploi, l'insertion sociale et professionnelle ;
- Les services publics locaux.

L'association est susceptible de conduire toute réflexion ou action relative à la politique familiale et au développement rural.

Les principaux moyens d'action de l'association sont :

- L'accueil, l'information, la communication, le conseil, l'accompagnement, la formation ;
- Les réalisations et manifestations visant au développement des solidarités, à l'entretien d'un climat familial et convivial, et à l'animation de la vie sociale ;

- La gestion et/ou la promotion de tout service, activité ou équipement, privé ou public, dans tous les domaines définis ci-dessus ;
- L'expression de propositions et la représentation auprès des collectivités locales et des organismes publics semi-publics ou privés ;
- L'exercice de l'action civile ;
- La réalisation d'actions immobilières liées à l'objet ;
- L'étude, la contribution à l'élaboration et le soutien de mesures et réformes en faveur des familles, de chacun de leurs membres et du monde rural ;
- L'emploi de toute personne nécessaire à son action ou son fonctionnement dans le respect des dispositions de l'accord conventionnel Familles Rurales.

**Statut juridique :** Association Loi 1901.

**Adresse :** Route du Col de Port, 09320 Massat

**Site web :** [www.familles-rurales-haut-couserans.fr](http://www.familles-rurales-haut-couserans.fr)

**Les domaines d'activités de l'association hors animation locale :** établissement d'accueil de jeunes enfants (EAJE), secteur jeunes, ALSH, ALAÉ.



## LE CONSEIL D'ADMINISTRATION

---

### LE BUREAU

**Présidente,** Camille Leclercq  
**Secrétaire,** Cécile Sans

**Trésorier,** Cédric Bonnot

### LES MEMBRES ACTIFS

Camille Leclercq  
Cédric Bonnot  
Agnès Soula  
Colette Romier  
Cécile Sans  
Nicolas Hiroux



## PRÉSENTATION DE L'ESPACE DE VIE SOCIALE

---

**Nom :** Espace de Vie Sociale des vallées de Massat

**Adresse :** Route du Col de Port, 09320 Massat

**Zone d'intervention :** Bassin de vie du massatois (Aleu, Biert, Boussenac, Le Port, Massat, Soulan)

**Rythme et horaires de fonctionnement :** Toute l'année, du lundi au vendredi de 9h à 17h sur RDV.

**Appartenance à une fédération :** Familles rurales

**Coordination du projet en 2024 :** Ivelyne DUMONT, salariée - Coordinatrice de l'EVS



## LE CADRE GÉNÉRAL

---

Le projet social de l'Espace de vie sociale est élaboré dans le cadre d'une démarche participative associant bénévoles, adhérents et usagers-habitants. Il est adopté et porté par le conseil d'administration de l'AFR.

L'Espace de vie sociale est un lieu de proximité, géré par l'association Familles rurales Haut-Couserans, il développe des actions collectives permettant :

- le renforcement des liens sociaux et familiaux,
- les solidarités de voisinage,
- la coordination des initiatives favorisant la vie collective,
- la prise de responsabilité des usagers.

L'Espace de vie sociale a pour finalités et objectifs :

- la socialisation des personnes, pour lutter contre l'isolement ;
- le développement des liens sociaux et la cohésion sociale sur le territoire, pour favoriser le « mieux vivre ensemble » ;
- la prise de responsabilité des usagers et le soutien à la citoyenneté de proximité, pour développer les compétences des personnes et les impliquer dans la vie sociale.

L'Espace de vie sociale développe des actions :

- à visée collective privilégiant une dynamique locale ;
- adaptées aux besoins du territoire, diversifiées, intergénérationnelles, ouvertes à tous ;
- menées tout au long de l'année ;
- suscitant la prise d'initiative et la participation des habitants.

## L'équipe

**Salariée :** 1 salariée coordination 0.6 ETP (25h/semaine) – 1 salarié gestion comptable 0.04 ETP (1.5h/semaine)

**Bénévoles :** Les membres bénévoles et membres de la gouvernance des AFR Haut-Couserans - Les membres du comité éditorial du Journal d'ici – Les membres du Fil des aînés – Les membres des Jardins partagés – Les acteur-trices des associations partenaires – Les parents/enfants participant activement aux différentes activités organisées par l'EVS.

## Le public

**Les adhérentes :** +/- 30 bénévoles et adhérentes actives sur les différentes actions de l'EVS

**Les usagers/habitants :** Plus d'une centaine de personnes qui participent aux différentes actions ponctuelles de l'EVS + plus de 1000 personnes qui reçoivent un exemplaire du Journal d'ici.

## Les instances

**Comité de pilotage :** Le conseil d'administration de l'AFR est le pilote de l'EVS et il vote le budget de l'EVS ainsi que les axes d'intervention du projet social.

**Fonctionnement :** Les membres de l'association (et plus particulièrement les usagers de l'EVS) participent au fonctionnement global de l'EVS, à l'évaluation et à la mise en place des actions. Les décisions sont prises collégalement et chaque personne qui le souhaite est amenée à partager son avis, ses ressentis et ses envies. Ainsi, chaque membre devient co-acteur du développement des actions auxquelles il participe, mais aussi, il peut devenir acteur ou porteur d'une autre action au sein de l'EVS. La coordinatrice organise et participe à chaque réunion de suivi des actions.

Jusqu'en novembre 2024, une référente EVS, membre active du CA de l'AFR, participe activement au Journal d'ici et elle se mobilise en cas de besoin, de façon ponctuelle, sur les autres actions de l'EVS. Elle reste informée du développement des autres actions et en rend compte au CA de l'AFR.

Depuis novembre 2024, la coordinatrice informe directement les membres du CA du développement et du suivi des actions au sein de l'EVS. Tous les membres du CA sont ainsi amenés à proposer de nouvelles orientations, de nouvelles actions et aussi, de mieux comprendre les enjeux du territoire.

**Concertation avec les partenaires :** La coordinatrice, la directrice de l'AFR et les membres du CA sont en lien avec les différents partenaires avec lesquels ils travaillent sur le renouvellement des actions et/ou sur la mise en place d'actions nouvelles.

Ces partenaires sont :

- les mairies et la communauté des communes Couserans-Pyrénées,
- l'équipe pédagogique du RPI Massat-Biert,
- les déléguées de parents d'élèves,
- l'équipe d'animation de l'ALAE du RPI Massat-Biert,
- l'équipe de l'EAJE AFR Haut-Couserans,
- l'équipe du Secteur Jeunes et de l'ALSH AFR Haut-Couserans,
- et les associations locales.

## Les partenaires et la mise à disposition des locaux

Les principaux partenaires financiers de l'Espace de vie sociale du bassin de vie des vallées de Massat :

- la CAF de l'Ariège,
- la communauté des communes Couserans-Pyrénées,
- la mairie de Massat et de Biert.

En soutien logistique, la communauté des communes Couserans-Pyrénées met à disposition de l'EVS un bureau, un photocopieur, un accès internet, une salle d'activités ou de réunions et un minibus.

La mairie de Massat met également à disposition du mobilier, la salle des fêtes, des terrains dont l'usage est destiné aux jardins partagés.



## LES AXES PRIORITAIRES ET OBJECTIFS GENERAUX

---

### Les objectifs généraux de l'EVS en 2024

#### **AXE n° 1 - Favoriser le lien social entre les habitants.**

Prendre appui sur un des atouts du territoire à savoir celui de la mixité sociale qui caractérise ses habitants afin de favoriser la vie sociale locale par la rencontre des habitants, la solidarité, la transmission et l'échange de savoirs.

Impliquer les associations locales et leurs bénévoles, afin de favoriser l'ouverture culturelle des familles, des enfants et des jeunes, à travers les loisirs éducatifs, l'échange intergénérationnel, la programmation événementielle.

#### Les actions

- Le Journal d'ici
- Les Jardins partagés
- Le Fil des aînés
- Les P'tits moments familles
- Les cafés des parents
- Les ateliers numériques ouvert à tous,
- Communication : site web de l'espace de vie sociale
- Édition du dépliant Activités et loisirs en vallées de Massat
- Édition du dépliant Les animations de l'été
- Coordination de l'accès à un espace pour le déroulement des activités des associations locales
- Accompagnement et soutien aux initiatives locales
- Soutien aux événements locaux

## AXE n° 2 : Être un foyer d'initiatives au bénéfice des familles, de l'enfance et de la jeunesse.

Soutenir la fonction parentale dans la relation à la scolarité, aux loisirs, au dialogue parent-enfant en valorisant notamment les compétences parentales, en travaillant sur la continuité du lien Écoles-Loisirs-Familles.

Promouvoir la mise en réseau des acteurs éducatifs.

Accompagner les enfants et les jeunes dans leur évolution, dans la connaissance de leur territoire de vie, en renforçant leurs démarches de jeunes citoyens.

### Les actions

- Les P'tits moments famille
- Festival Massat P'tits mômes
- Le café des parents

**LES OBJECTIFS OPERATIONNELS**

- Proposer aux habitants des rencontres, un lieu d'échange,
- Renforcer les liens sociaux, intergénérationnels et interculturels.
- Favoriser l'expression des citoyens et leur participation à la vie locale,
- Permettre aux habitants de s'investir dans l'amélioration de leur cadre de vie.
- Rompre l'isolement et renforcer la cohésion sociale.
- Promouvoir la mise en réseau des acteurs éducatifs.

**LES CHIFFRES**

Publication de 4 numéros en 2024 : n° 41 en janvier, n° 42 en avril, n° 43 en juillet et n° 44 en octobre.

Un comité éditorial composé de 3 bénévoles et 1 salariée.

Entre 500 et 1000 exemplaires distribués à chaque numéro dans différents points de distribution du territoire.

Nombre d'articles : 11 en février, 11 en avril, 8 en juillet et 6 octobre, soit 36 articles au total.

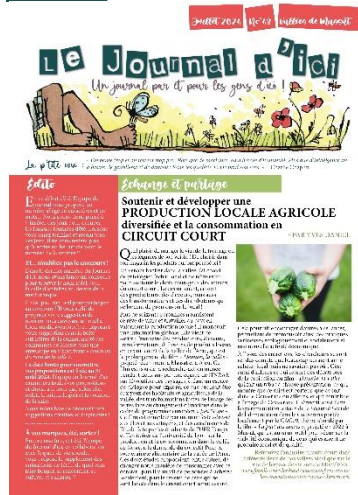
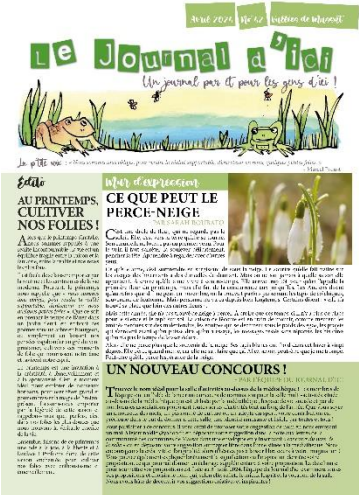
**PUBLIC VISÉ**

Tous les habitantes du bassin de vie

Le Journal d'ici, publication gratuite et trimestrielle portée par un comité éditorial de bénévoles, existe depuis plus de 12 ans. Il est conçu comme un support d'expression pour les habitants du territoire, offrant un espace pour partager des écrits, des recettes de cuisine, des passions, ainsi que pour mettre en lumière le travail des associations locales.

Il est piloté par un comité éditorial dont les membres se réunissent lors d'un moment de convivialité à chaque trimestre afin de préparer le prochain numéro. Le comité éditorial est composé de bénévoles. Il est ouvert à toutes.

L'année 2024 a été marquée par plusieurs évolutions, notamment une baisse du nombre d'articles, un arrêt de l'atelier d'écriture au sein du Fil des Aînées, et une réflexion sur les modalités de distribution du journal ainsi que sur le contenu du journal.





# RÉTROSPECTIVE ET ANALYSE 2024

## Distribution et appel à articles

### Distribution

Lorsque la coordinatrice récupère les numéros chez l'imprimeur, elle fait sa distribution dans la foulée.

Les points de distribution du Journal

- Jardin des 7 vallées,
- Les mairies des 6 communes (incluant Soulan et Aleu)
- EHPAD
- Médiathèque de Massat et de Soulan
- Salle de la communauté des communes de Massat (salle multi-activités)
- Pharmacie de Massat
- À l'école à l'occasion des cafés des parents
- Restaurants (Gypaète Barbu, Au traiteur de Massat, etc.)
- Espace lecture et infos de Biert (sur la place de l'église)
- Campings (en saison estivale)
- Office de tourisme (en saison estivale)
- Librairie les 3 chaises (en période d'ouverture)

La mise en place de la plateforme de téléchargement via la plateforme MOTI'EVS permet d'offrir une version numérique accessible sur le site internet de l'AFR du Haut-Couserans, mais cette alternative semble avoir eu moins d'impact que la distribution physique.

### Appel à contributions

Une infolettre est distribuée à 150 abonné-es un mois avant l'échéance d'envoi des articles. Cette infolettre propose également un lien pour télécharger le Journal d'ici en version numérique via la plateforme MOTI'EVS.

## Le contenu du journal en 2024

### Quantité et qualité des articles

En 2024, le journal a publié un nombre d'articles inférieur à celui des années précédentes. Toutefois, les articles étaient significativement plus longs, permettant une exploration plus approfondie des sujets abordés. Cette évolution témoigne d'un approfondissement des thèmes et d'un format plus détaillé, bien qu'elle ait entraîné une diminution de la diversité des contributions.

### Atelier d'écriture

L'atelier d'écriture, initié au sein du groupe Le Fil des Aînées, a été suspendu en raison d'un manque d'engouement de la part des membres.

### Sujets traités

Les articles de 2024 ont principalement porté sur les activités des associations locales, les événements régionaux, et des sujets d'actualité comme le voyage à vélo à travers la France pour soutenir la Palestine. Un autre article a mis en avant des initiatives éducatives autour de l'école. Le journal a ainsi continué à jouer son rôle de plateforme d'expression citoyenne, tout en offrant un espace d'échange autour des enjeux sociaux et communautaires.

## Résultats obtenus

### Impact communautaire et rôle social

Le Journal d'ici a continué à remplir sa mission de renforcement des liens sociaux, intergénérationnels et interculturels en 2024. En fournissant un espace de partage d'idées et d'expériences, il a contribué à favoriser les échanges entre les générations et à encourager une plus grande participation citoyenne. Les articles ont mis en avant des actions concrètes de solidarité et d'engagement, permettant ainsi de renforcer la cohésion au sein de la communauté locale.



## Perspectives

### Numéro spécial jeunesse

En 2025, le Journal d'ici prévoit l'élaboration d'un numéro spécial destiné à la jeunesse, prévu pour avril. Ce numéro sera conçu en grande partie à partir des contributions des jeunes du bassin de vie. Pour encourager cette participation, des ateliers d'écriture seront organisés dans les classes, afin de permettre aux élèves de s'exprimer sur des sujets qui les touchent, de créer des articles et d'apprendre le processus éditorial. Ce projet vise à renforcer l'implication des jeunes dans la vie locale et à leur offrir un espace pour exprimer leurs idées et préoccupations.

### Reprise des ateliers en classe

En lien avec le numéro spécial jeunesse, la reprise des ateliers en classe autour du journal sera un axe important de l'action pour 2025. Ces ateliers permettront de favoriser l'expression des élèves, de stimuler leur créativité et de renforcer les liens avec le comité éditorial.

L'objectif est de développer une forme de collaboration entre les jeunes et les bénévoles du comité éditorial, créant ainsi un pont intergénérationnel et enrichissant la diversité des contenus du journal.

### Revue de la distribution

En 2025, une attention particulière sera portée à la relance de la distribution par La Poste. La coordinatrice a prévu de faire une demande en début d'année pour explorer les conditions permettant de remettre en place la distribution du journal dans les boîtes aux lettres. Cette reprise pourrait avoir un impact significatif sur la visibilité du journal et son accessibilité pour un plus grand nombre de lecteurs.

### Suppléments thématiques

Pour continuer à répondre aux attentes et besoins spécifiques des habitantes du bassin de vie, les deux suppléments thématiques seront maintenus en 2025.

Un supplément estival mettra en avant les événements et rendez-vous de l'été, permettant ainsi de créer des liens de voisinage et de favoriser la mixité sociale autour des événements qui auront lieu dans nos vallées pendant la période estivale.

Un second supplément sera dédié à la rentrée, avec un focus sur les activités et les loisirs des vallées massatoises. Ces suppléments viseront à diversifier les contenus du journal et à toucher un public plus large à des moments clés de l'année.

## Conclusions

L'année 2024 a été une année de transition pour le Journal d'ici, marquée par des ajustements dans l'organisation éditoriale et la distribution. Bien que le nombre d'articles ait diminué, les contributions ont montré une volonté d'approfondir les sujets et de refléter la diversité des actions locales.

Le rôle social du journal reste essentiel et participe à créer des liens au sein de la communauté, et l'année 2025 devrait offrir de nouvelles opportunités pour renforcer sa portée, en particulier auprès des jeunes et des lecteurs du journal.



## LES OBJECTIFS OPERATIONNELS

- Créer du lien social,
- Participer à des activités communes et adapter les différents temps de rencontre afin que chacun puisse y trouver du plaisir.
- Favoriser la naissance d'un espace d'expression et d'échange pour les habitants.
- Valoriser un espace de nature au sein du village, sur le terrain de l'école.
- Porter un jardin collectif et fédérateur, représentatif des richesses de la mixité sociale de nos vallées.
- Favoriser la transmission des savoirs intergénérationnels, pour les thématiques liées au jardinage.
- S'intégrer dans la vie autour l'école et des différents secteurs de l'AFR (crèche, secteur jeunes, ALSH, ALAÉ) afin créer du lien entre les équipes éducatives et susciter l'envie d'aller à la rencontre de l'autre,
- Proposer un accompagnement autour des projets éducatifs de l'école et de l'AFR.
- Créer une dynamique de quartier autour d'un projet fédérateur en développant une démarche citoyenne et participative des habitants.
- Sensibiliser les habitantes et les parents à l'environnement.

## LES CHIFFRES

- 28 bénéficiaires, 7 familles, 21 adultes et 14 enfants
- 6 nationalités représentées
- Un évènement co-porté avec les écoles

## PUBLIC VISE

- Habitantes du territoire,
- Élèves du RPI Massat-Biert,

Les Jardins Partagés, situés près de l'école de Massat, continuent d'être un espace vivant, géré par un groupe de jardiniers de tous âges, petits et grands. Le terrain est mis à disposition par la mairie de Massat et comprend plusieurs espaces :

- Une grande parcelle dédiée aux activités pédagogiques de l'école (temps scolaires et périscolaires).
- Une parcelle de plantes aromatiques et médicinales.
- Un verger avec des petits fruits.
- Une mare pédagogique.
- Des parcelles individuelles pour les jardiniers bénévoles.

Les arbres fruitiers présents dans les jardins. Les pommes récoltées sont utilisées pour fabriquer du jus de pomme lors de la Fête de la pomme, impliquant activement les enfants et leurs parents de l'école.

## **RÉTROSPECTIVE ET ANALYSE 2024**

### **Évolution du collectif et des membres**

En 2024, le collectif des Jardins Partagés a connu plusieurs changements. Deux familles, qui avaient bénéficié d'une seconde parcelle en raison d'une séparation, ont eu des difficultés à s'investir dans la gestion de leurs parcelles, tant au niveau individuel qu'au niveau collectif. Ces deux familles ont quitté le projet à la fin de l'année, laissant ainsi quatre parcelles vacantes. De plus, un autre jardinier a décidé de quitter les jardins en fin d'année.

Cependant, deux nouvelles familles ont rejoint le collectif à la fin de l'année 2024, réduisant le nombre de parcelles vacantes à trois. Malgré ces départs et arrivées, une difficulté récurrente est la faible dynamique du groupe. Les raisons de cette situation sont multiples : des problèmes familiaux pour certains membres et des emplois du temps compliqués pour d'autres. Heureusement, les jardiniers arrivés fin 2023 restent engagés et motivés pour insuffler un nouveau dynamisme au collectif.

### **Liens avec l'école de Massat**

Le lien avec l'école est un axe important des Jardins Partagés. En 2023, une réflexion a été entamée pour renforcer ce partenariat. En 2024, une journée collective a été organisée avec l'équipe enseignante, les parents d'élèves et les membres des Jardins Partagés, permettant ainsi d'ouvrir une grande parcelle pour les enfants. Toutefois, en fin d'année, il a été constaté que l'espace était difficile à gérer pour les activités pédagogiques avec les enfants. L'équipe enseignante a exprimé le souhait de réfléchir à un réaménagement de la parcelle, notamment en termes de cloisonnement pour mieux l'adapter aux besoins des enfants.

Par ailleurs, l'équipe enseignante avait envisagé la mise en place d'une Aire éducative (ATE) pour l'école de Massat. Bien que la coordinatrice des Jardins Partagés ait participé aux réunions préparatoires, ce projet a été abandonné, car il ne correspondait pas aux besoins pédagogiques de l'école et des élèves, étant prioritairement destiné aux élèves des cycles 3, 4 et des lycées.

### **Aménagements et travaux réalisés**

En 2024, plusieurs aménagements ont été réalisés pour améliorer l'organisation et la sécurité des Jardins Partagés.

#### Compostage

Les composteurs sont désormais principalement utilisés par la cantine de l'école. De plus, la communauté des communes a installé des composteurs pour les habitants autour du village de Massat, ce qui a réduit le besoin de transporter le compost jusqu'aux jardins partagés.

#### Sécurisation de la mare

L'espace autour de la mare a été sécurisé avec des clôtures vertes, qui prolongent celles installées par la mairie autour de l'école. Cela améliore la sécurité pour les enfants et les visiteurs.

#### Clôtures

Des clôtures en bois ont été installées autour du verger et de la parcelle de l'école pour mieux délimiter et cloisonner les espaces. Une nouvelle clôture a également été mise en place à l'entrée des jardins.

### **Perspectives 2025**

Pour l'année 2025, plusieurs actions sont envisagées afin de relancer et dynamiser les Jardins Partagés :

#### Recrutement de nouvelles familles

Trouver de nouvelles familles pour occuper les parcelles vacantes reste une priorité. Cela contribuera à maintenir l'implication au sein du collectif et à assurer la pérennité du projet.

#### Relancer la dynamique collective

Afin de redynamiser le groupe, la coordinatrice étudie la possibilité de mettre en place des permanences durant la belle saison. Cela permettra de mieux entretenir les espaces communs, de soutenir les projets pédagogiques avec l'école et de renforcer la cohésion au sein du collectif.

#### Réaménagement de la parcelle de l'école

En collaboration avec l'équipe enseignante, un projet de réaménagement de la parcelle de l'école sera mis en œuvre, afin d'adapter l'espace aux besoins pédagogiques et de renforcer la coopération entre les Jardins Partagés et l'école.

### **Conclusion**

L'année 2024 des Jardins Partagés a été marquée par des défis, notamment la baisse de la dynamique collective et les départs de certains membres. Cependant, plusieurs avancées importantes ont été réalisées, tant au niveau des aménagements du jardin que dans le renforcement des liens avec l'école. Le soutien constant des jardiniers arrivés fin 2023 est prometteur pour relancer la dynamique du collectif. En 2025, les priorités seront de trouver de nouvelles familles pour occuper les parcelles vacantes, d'encourager la participation active au sein du collectif et de mettre en œuvre les projets de réaménagement de la parcelle de l'école. Malgré les difficultés, les Jardins Partagés restent un lieu essentiel pour la communauté, avec de nombreux projets à venir.



### LES OBJECTIFS OPERATIONNELS

- Développer, animer et accompagner les initiatives et des actions en direction d'un public sénior,
- Favoriser l'implication des personnes âgées dans les actions de l'EVS.
- Offrir aux personnes âgées des activités qui leur sont dédiée afin de rompre l'isolement,
- Remobiliser et élargir le groupe à de nouveaux membres grâce à une communication efficace.
- Favoriser l'échange intergénérationnel.
- Accompagner les personnes fragiles pour lutter contre les situations de rupture.

### LES CHIFFRES

4 sorties culturelles et gourmandes

6 animations jeux avec la ludothèque du Couserans

8 ateliers numériques avec un intervenant externe + 2 séances avec la ligue de l'enseignement.

Beaucoup de rencontres conviviales autour du jeu les lundis et les jeudis après-midi.

### PUBLIC VISE

Personnes retraitées ou pré-retraitées

Le Fil des aînés est un espace convivial où les participants peuvent échanger, jouer, faire des sorties et bien plus encore. Diverses activités sont proposées, créées par et pour les membres : ateliers informatiques, jeux de société, créations artistiques, sorties, repas partagés, moments de détente, discussions animées et fous rires. Ces animations forment un programme annuel, établi chaque année avec les membres lors de la rentrée de septembre, en fonction de leurs envies et de leurs suggestions.

Des activités culturelles sont également organisées en partenariat avec d'autres structures locales. Les membres intéressés sont invités à rejoindre divers projets sociaux et culturels du territoire, soutenus par les partenaires de l'EVS tels que les associations, les services jeunesse, les établissements périscolaires, etc.

Les rencontres ont lieu tous les lundis et jeudis après-midi à la salle communautaire des communes. Le groupe est ouvert à toutes et à tous, sans distinction.



### **RÉTROSPECTIVE ET ANALYSE 2024**

L'année 2024 a été marquée par une dynamique soutenue, avec une grande diversité d'activités, une participation croissante et un renforcement des liens au sein du groupe.

#### **Premier trimestre**

Le premier trimestre de 2024 a démarré avec la continuité du programme établi en septembre de l'année précédente. Lors de cette réunion de rentrée, les membres et la coordinatrice avaient élaboré le programme des activités pour l'année 2023-2024. Les rencontres régulières des lundis et jeudis après-midi ont été maintenues, permettant aux participants de se retrouver autour de jeux tels que le Scrabble, la Belote et le Tarot.

Des ateliers numériques ont également été proposés chaque mois, animés par Cédric, ingénieur en informatique. Ces ateliers ont rencontré un réel succès, répondant à une demande croissante des membres, que ce soit pour l'utilisation des téléphones ou les démarches administratives en ligne. Chaque session a attiré entre 9 et 12 participants.

En novembre 2024, des ateliers spécialement dédiés aux grands débutants ont été lancés, animés par la coordinatrice de l'espace de vie sociale. Ces ateliers ont permis d'accueillir de nouveaux participants tout en maintenant une taille de groupe raisonnable pour les ateliers proposés au sein du Fil des aînés. Les membres du Fil des Aînés rencontrant davantage de difficultés peuvent également y participer.

Les rencontres mensuelles dédiées à la découverte de nouveaux jeux, en collaboration avec la ludothèque du Couserans, ont été reconduites. Ces sessions ont été bien appréciées, attirant entre 6 et 8 personnes à chaque fois, et ont offert aux participants l'occasion de découvrir de nouveaux jeux tout en favorisant les échanges sociaux.

L'atelier d'écriture trimestriel, proposé l'année précédente, a été abandonné faute de motivation suffisante de la part des participants.

La sortie au Château de Foix a dû être reportée en raison de travaux, suspendant les visites sur le site.

En mai, une sortie a été organisée aux Forges de Pyrènes à Montgaillard, suivie d'un repas au Ô Bistrot de Pyrène, avec la participation de 6 personnes.



En juin, une autre sortie a eu lieu au Parc des Bambous à Lapenne, accompagnée d'un déjeuner au restaurant Le Moulin de Pamiers. Huit participants ont pris part à cette sortie, malgré la chaleur. Les membres du fil des aînés ont aussi organisé un repas partagé avec un loto.

Pour ces sorties, un minibus mis à disposition par la communauté de communes Couserans Pyrénées a permis à la coordinatrice et à 8 participants de s'y rendre ensemble. Lorsque le nombre de participants excède le nombre de places disponibles, un système de covoiturage a été proposé, avec l'aide des membres possédant un véhicule.





## Deuxième trimestre

Durant le deuxième trimestre, les membres ont été invités à participer à l'élaboration du programme pour l'année 2024-2025, confirmant ainsi leur investissement continu au sein du Fil des Aînés. Les rencontres régulières, ainsi que les ateliers numériques et les séances de jeux en partenariat avec la ludothèque, ont été maintenus et ont continué à répondre aux attentes des membres.

Deux sorties ont marqué ces derniers mois de l'année : une sortie aux Bains du Couloubret à Ax-les-Thermes et une autre à L'Estive pour assister à un spectacle de danse de Hofesh Shechter.



## Communication

La communication avec les membres a été facilitée par la diffusion du programme via la plateforme en ligne Motiv'EVS de l'Espace de Vie Sociale, son envoi par mail, ainsi que l'impression et la diffusion du programme dans les mairies et divers lieux publics.

Des rappels sont envoyés systématiquement par la coordinatrice pour chaque sortie ou atelier, par mail, SMS, et téléphone (pour les membres ne disposant ni de portable ni de mail).

Certains membres ont également voulu mettre en pratique ce qu'ils avaient appris lors des ateliers numériques. Avec l'aide de la coordinatrice, ils ont créé un groupe WhatsApp, permettant une communication fluide pour l'organisation des rencontres bi-hebdomadaires, l'échange de nouvelles, et le partage d'informations sur les événements locaux susceptibles de les intéresser.

## Conclusion pour l'année 2024

L'année 2024 a été une année riche en rencontres, en découvertes et en partages. Grâce à une programmation variée et un engagement constant des membres, le Fil des Aînés a su répondre aux attentes de chacun tout en renforçant les liens sociaux au sein du groupe. Les activités proposées, qu'elles soient numériques, ludiques ou culturelles, ont permis à de nombreuses personnes de se retrouver régulièrement et de tisser des liens solides.

Les sorties ont également apporté de nouveaux horizons, et la mise en place de nouveaux outils de communication, comme le groupe WhatsApp, a favorisé l'autonomie des membres.



En 2025, nous espérons poursuivre cette dynamique, tout en répondant toujours plus aux besoins et aux envies de chacun, pour faire du Fil des Aînés un espace de convivialité et de solidarité incontournable sur le territoire.



## LES OBJECTIFS OPERATIONNELS

- Soutenir la fonction parentale dans la relation à la scolarité, aux loisirs
- Accompagner les enfants et les jeunes dans leur évolution, dans la connaissance de leur territoire de vie, en renforçant leurs démarches de jeunes citoyens.

Auprès des jeunes :

- Sensibiliser les jeunes au bon usage des outils numériques et des réseaux sociaux ainsi qu'aux dérives et aux risques liés à ces outils.

Auprès et avec les parents :

- Renforcer les compétences des parents en leur donnant les clés de compréhension et les outils nécessaires pour faire face aux problématiques des usages des écrans, en mettant en valeur leurs compétences relationnelles et éducatives.
- Responsabiliser les parents sans les culpabiliser et leur apprendre à mieux communiquer avec leurs enfants sur l'usage du numérique.

## PUBLIC VISE

Les jeunes du CM2 ainsi que les collégiens.

Les parents de ces enfants.

En début d'année 2024, L'espace de vie sociale a déposé un projet REAAP auprès de la CAF afin de proposer quatre ateliers numériques afin d'accompagner les parents dans leur rôle éducatif à thème et de leur donner des outils pour dialoguer avec leur enfant des usages du numérique. En plus d'une aide financière, nous avons obtenu le label P@rents, parlons numérique.

Voici les thèmes de ces ateliers :

- Vie privée et image de soi et des autres, dangers des stéréotypes, risques avec la présence en ligne et la surveillance sur les réseaux et l'utilisation de l'IA présente et potentielle.
- Liberté et limites, prise de conscience des enjeux et des conséquences possibles pour soi et les autres, impacts des RS sur la vie quotidienne, dépendance. Dangers pouvant être rencontrés en ligne.
- Revue en détail des grandes plateformes actuelles : Snapchat, Tiktok, Instagram, Youtube, Discord, Whatsapp.
- Stratégies de prévention et de contrôle : revue en détail des possibilités de contrôle parental, et discussions autour des pratiques de prévention et de surveillance et leurs conséquences.

L'Espace de vie sociale des vallées de Massat vous propose :

# P@rents, parlons NUMÉRIQUE

4 ateliers thématiques

Animé par Cédric Bonnot, ingénieur en informatique

**Mardi 26 novembre à 19h** - Vie privée, image de soi et des autres  
**Mardi 10 décembre à 19h** - Libertés et limites  
**Mardi 21 janvier à 19h** - Les grandes plateformes actuelles  
**Mardi 4 février à 19h** - Prévention et contrôle

Ateliers gratuits - Places limitées - Inscription indispensable  
 Lieu : Salle de la communauté des communes au-dessus de la médiathèque à Massat  
 Inscriptions et réservations au 06 30 63 63 19

Ateliers gratuits

## RÉTROSPECTIVE ET ANALYSE 2024

Les ateliers n'ont pas pu débuter en 2024. Nous avons reporté l'atelier du 26 novembre car il n'y avait pas assez de familles disponibles. Le 10 décembre, nous avons également reporté l'atelier à cause des chutes de neige importantes et du gel qui ont dégradé l'état des routes rendant impossible la circulation en soirée.



### LES OBJECTIFS OPERATIONNELS

- Développer, animer et accompagner les initiatives et des actions en direction d'un public sénior,
- Offrir aux personnes des activités qui leur sont dédiée afin de rompre l'isolement,
- Favoriser l'échange intergénérationnel,
- Accompagner les personnes fragiles pour lutter contre les situations de rupture,
- Accompagner les personnes qui ont le plus de difficultés au développement des compétences techniques à l'usage du numérique.
- Valoriser des compétences parallèles : curiosités, patience, concentration et communication pour amener les personnes vers l'autonomie.

### PUBLIC VISE

Tout public, public senior.

Suite à plusieurs demandes des habitants, l'espace de vie sociale propose une nouvelle action d'ateliers numériques pour les habitants des vallées de Massat. Ces ateliers numériques visent à répondre à des enjeux sociaux et technologiques croissants, en particulier auprès des publics seniors, tout en favorisant un environnement d'échange intergénérationnel.

Ces ateliers sont proposés en dehors du Fil des aînés afin de ne pas surcharger les ateliers déjà proposés. La création de ce second groupe permet d'identifier les personnes rencontrant de plus grandes difficultés avec l'usage du numériques et de leur proposer des ateliers plus adaptés à leurs des besoins.

Les ateliers sont conçus pour offrir aux participants un espace d'apprentissage bienveillant, où ils peuvent découvrir, se familiariser et maîtriser les outils numériques. Ces sessions incluent des formations adaptées à leurs besoins et à leur rythme, leur permettant d'explorer l'usage des technologies avec confiance.

**Rompre l'isolement social.** Ces ateliers offrent un accès à des activités numériques ciblées, ces ateliers permettent de créer des liens, d'encourager la participation sociale et de favoriser des échanges au sein de groupes dynamiques, en particulier pour ceux qui peuvent être éloignés des réseaux sociaux ou géographiques.

**Favoriser l'échange intergénérationnel.** Les ateliers sont également ouverts à différents âges, encourageant ainsi des échanges entre jeunes et seniors. Cette approche permet aux générations de partager leurs compétences, d'apprendre les unes des autres, et de favoriser la transmission des savoirs numériques d'une manière respectueuse et collaborative.

**Accompagner les personnes fragiles pour lutter contre les situations de rupture.** Certaines personnes seniors peuvent rencontrer des difficultés spécifiques liées à la transition numérique ou être à risque de précarité sociale. Ces ateliers se veulent être un accompagnement ciblé, prenant en compte les difficultés individuelles et offrant un soutien pour mieux comprendre et s'appropriier les outils numériques.

---

Ces ateliers constituent donc un vecteur d'inclusion numérique et de socialisation, en répondant aux besoins spécifiques du public sénior tout en renforçant les liens sociaux et en promouvant une approche pédagogique intergénérationnelle.

# RÉTROSPECTIVE ET ANALYSE 2024



Les ateliers numériques ont débuté en fin d'année 2024 avec une première session rassemblant un groupe de cinq participants.

Dans le cadre des ateliers, un prêt de matériel a été mis en place afin de favoriser la pratique à domicile. Une tablette a ainsi été prêtée à une participante afin de lui permettre de se familiariser avec ce support numérique à son propre rythme, en dehors des séances collectives. Ce prêt d'équipement est un levier important pour garantir une continuité dans l'apprentissage et permettre aux participants d'explorer le numérique dans un environnement plus confortable.

Les ateliers sont complétés par un suivi sur la plateforme Les bons clics, dédiée à l'accompagnement numérique. Grâce à cette plateforme, l'animatrice peut proposer des formations interactives en ligne entre chaque atelier en présentiel, permettant ainsi aux participants de renforcer leurs connaissances et de progresser de manière autonome. La plateforme offre également un outil de suivi de la progression des participants, permettant à l'animatrice de s'assurer de l'adaptation des contenus aux besoins spécifiques de chacun et d'ajuster le programme en conséquence.

Grâce au suivi sur la plateforme, l'animatrice peut proposer des modules adaptés aux besoins individuels des participants, notamment pour ceux ayant des difficultés d'apprentissage. Cela permet de garantir un parcours d'apprentissage flexible et progressif, répondant aux attentes de chacun.

Cette première phase des ateliers numériques a permis de poser les bases solides pour un apprentissage enrichissant et continu. Les participants bénéficient déjà d'un cadre d'accompagnement personnalisé qui favorisera leur autonomie numérique tout au long de l'année 2025.



### LES OBJECTIFS OPERATIONNELS

- Accompagner et soutenir les très jeunes enfants dans leur évolution.
- Mobiliser de l'initiative locale afin de favoriser l'ouverture culturelle des familles, des enfants et des jeunes, à travers la programmation événementielle.
- Proposer des activités culturelles sur le territoire.
- Être un espace d'échanges et de rencontres accessible à tous.

### LES CHIFFRES

1 spectacle très jeune public

4 animations proposées en plus du spectacle

### PUBLIC VISE

Les enfants/familles (0 à 5 ans) du bassin de vie, EAJE et assistance maternelle du bassin de vie.

Le festival Massat P'tits mômes est une journée Petite enfance avec des spectacles, animations et ateliers adaptés aux enfants de 0 à 5 ans. Ce festival est organisé en collaboration avec la crèche de Massat (EAJE) avec une participation régulière des crèches et assistances maternelles du Couserans.

Des compagnies de théâtre viennent présenter un ou des spectacles très jeune public le matin et/ou l'après-midi, une sieste musicale est proposée après le repas, des ateliers sont proposés dès 14 heures.

Un goûter est offert à toutes les participantes afin de créer un moment convivial.



## RÉTROSPECTIVE ET ANALYSE 2024

Le Festival Massat P'tits Mômes s'est tenu le mercredi 10 juillet 2025, avec la représentation du spectacle *PILOU-PILOU le KANGOUROU* proposé par la compagnie Étincelles. Plusieurs ateliers ont animé l'après-midi, incluant du maquillage, des jeux en partenariat avec la ludothèque, des lectures de contes avec la médiathèque de Massat, ainsi qu'une exposition des dessins réalisés par les enfants. Un goûter a été offert aux familles présentes.

Cependant, l'événement n'a pas attiré un grand nombre de familles cette année. Contrairement aux éditions précédentes, les crèches et assistantes maternelles des autres bassins de vie n'ont pas participé. Pour l'édition 2025, nous envisageons de déplacer l'événement en matinée afin de mieux toucher un public très jeune, car l'après-midi, de nombreux enfants font leur sieste.



### LES OBJECTIFS OPERATIONNELS

- Favoriser le « mieux vivre ensemble », la vie sociale et locale
- Créer des passerelles entre les différentes initiatives locales et les différents segments de la population en amenant une meilleure connaissance des actions existantes au niveau local afin de mobiliser un plus grand nombre de participants, d'usagers et d'habitants
- Proposer un soutien technique aux associations/collectifs afin de mieux faire émerger l'intelligence collective au sein des groupes : outils collaboratifs, outils de communication pour une meilleure visibilité et amener de nouvelles énergies,
- Valoriser la prise de responsabilité des usagers en proposant une coordination et un soutien aux initiatives locales.
- Promouvoir la mise en réseau des acteurs éducatifs.
- Proposer une offre de service utile à la population.
- Favoriser l'expression des citoyens et leur participation à la vie locale

### PUBLIC VISE

Tous les habitantes du bassin de vie

La conception du site web de l'AFR comprend une plate-forme dédiée aux actions de l'espace de vie sociale des vallées de Massat. Le but étant d'avoir un espace de présentation de l'EVS, un outil de diffusion et de rayonnement des actions portées en son sein, une page dédiée aux associations locales, des actualités et agenda des événements locaux, de l'information et des ressources à destination des porteurs de projets locaux. Cette plate-forme a également vocation à proposer des liens utiles à destination des familles et un support pour la diffusion de divers médias, selon les besoins au niveau local.



## RÉTROSPECTIVE ET ANALYSE 2024

Les rubriques de la plate-forme EVS ont peu évolué en 2024. Toutefois, toutes les actions de l'EVS sont mises en valeur sur le site : l'intégralité des numéros du *Journal d'ici* est disponible en téléchargement sur sa page dédiée, et à chaque parution du *Fil des aînés*, les photos sont publiées en ligne.

La rubrique *Actualités* offre des informations sur les événements organisés par l'Espace de Vie Sociale : date, lieu, description, modalités de participation, ainsi que des retours sur les événements passés.

La *Boîte à outils des initiatives locales* est également en ligne, abordant divers thèmes pour aider les porteurs de projets locaux, tels que la création et la dissolution d'associations, leur fonctionnement, des modèles de documents, des liens utiles, des conseils pour faire connaître vos actions, et la convocation d'une assemblée générale constitutive. En 2025, d'autres pages seront accessibles, notamment celles consacrées aux partenaires, à l'adhésion, à la comptabilité, à la rédaction des statuts, et plus encore.



### LES OBJECTIFS OPERATIONNELS

- Repérer les attentes et aller à la rencontre des familles.
- Proposer de l'information sur les actions et dispositifs de soutien à la parentalité et une mise en réseau des acteurs autour de l'école

### LES CHIFFRES

Il n'y a pas eu café des parents en 2024.

Plus d'une trentaine de participantes à chaque événement.

### PUBLIC VISE

Les familles du bassin de vie

Les cafés des parents ont lieu une fois par les trimestres en collaboration avec les délégué·es des parents des écoles de Massat et de Biert. Ces rencontres ont lieu au portail de l'école de 16h30 à 17h30. Une boisson chaude ainsi qu'un goûter sont offerts.



Le café-parent est un temps convivial où les parents peuvent partager autour d'une boisson chaude, leurs expériences, leurs préoccupations, questionnements, interrogations par rapport à l'école et de proposer des actions. C'est aussi un lieu où on peut échanger des idées, s'apporter mutuellement, être écouté, rassuré. Ces rencontres ont été créées en réponse aux demandes de parents et des délégués de parents d'élèves pour communiquer entre eux et de partager des expériences. Ces rencontres sont ouvertes à tous les parents.

## RÉTROSPECTIVE ET ANALYSE 2024

Il n'y a pas eu de café des parents en 2024.

Nous souhaitons remettre en place cet action pour 2025 en collaboration avec l'équipe de l'ALAÉ.







## LES OBJECTIFS OPERATIONNELS

- Proposer une offre de service utile à la population,
- Favoriser le « mieux vivre ensemble », la vie sociale et locale,
- Créer des passerelles entre les différentes initiatives locales et les différents segments de la population en amenant une meilleure connaissance des actions existantes au niveau local afin de mobiliser un plus grand nombre de participantes, d'usagers et d'habitantes,
- Promouvoir la mise en réseau des acteurs éducatifs et associatifs.

## LES CHIFFRES

49 événements

## PUBLIC VISE

Tou·tes les habitantes du bassin de vie



## RÉTROSPECTIVE ET ANALYSE 2024

Le supplément Les animations de l'été en vallées de Massat, a été distribué dans le Journal d'ici et dans différents commerces, lieux de services, mairies à plus de 1500 exemplaires.

C'est la troisième édition de ce supplément qui a été très apprécié par les associations locales ainsi que les habitantes.

Cette action sera reconduite l'année prochaine !



### LES OBJECTIFS OPERATIONNELS

- Proposer une offre de service utile à la population,
- Favoriser le « mieux vivre ensemble », la vie sociale et locale.

### LES CHIFFRES

16 activités associatives par semaine.

10 associations et collectifs bénéficiant de la salle.

Plus d'une centaine d'usagers réguliers et/ou ponctuels.

### PUBLIC VISE

Toutes les habitantes du bassin de vie, membres d'associations et de collectifs locaux.

L'EVS coordonne l'utilisation de la salle entre les responsables associatifs et la communauté des communes Couserans Pyrénées. Il assure la mise en place d'un planning d'utilisation de la salle, prépare les conventions, assure la gestion des clés, rangement, etc.



## RÉTROSPECTIVE ET ANALYSE 2024

Les demandes pour la salle en septembre 2024 sont encore très fortes. Le planning évolutif est fait en fonction des demandes de toutes les associations en prenant en compte l'antériorité des activités.

En fin d'année 2024, nous avons récupéré des plusieurs créneaux pour l'organisation en interne des activités de l'AFR, dont celles de l'EVS : réunions, ateliers, etc.



### LES OBJECTIFS OPERATIONNELS

- Favoriser la participation active des habitants par des démarches pro-actives de la part de la coordonnatrice EVS.
- Favoriser leur expression des habitants en étant à l'écoute de leurs attentes.
- Développer l'engagement citoyen des habitants en tant qu'acteur de changement sur leur territoire.
- Favoriser le bien-être et l'épanouissement des habitants de la vallée.

Accompagnement des porteurs de projets dans leur démarche et les orienter sur les structures adaptées ou vers des dispositifs de droit commun.

Proposer un soutien technique, logistique ou matériel, une mise en réseau entre les différents porteurs de projet du territoire,

Assurer la diffusion et la communication afin de promouvoir le rayonnement des projets.

### LES CHIFFRES

Soutien à plusieurs associations locales

### PUBLIC VISE

Tout·es les habitant·es du bassin de vie

Tous les porteurs de projets locaux, membres d'associations et de collectifs locaux.

## RÉTROSPECTIVE ET ANALYSE 2024

Durant 2024, L'EVS a continué l'accompagnement de différents projets locaux et de différentes structures associatives.

L'espace de vie sociale n'a pas organisé de Foire des associations et des loisirs cette année car la participation des habitants était très faible. Ce choix a été fait en concertation avec les structures proposant des activités.

Néanmoins, l'espace de vie sociale continue à être sollicité par les associations locales pour des conseils sur la structuration de leur structure et de l'accompagnement sur les outils de communication de leurs activités.