



# RAPPORT D'ACTIVITE 2013

Le Cap  
GROUPE D'ENTRAIDE MUTUELLE  
20 rue Vieille Forge  
92170 Vanves  
[lecap@simondecyrene.org](mailto:lecap@simondecyrene.org)

# Table des matières

## 1. L'Association

- 1.1. L'Objet .....4
- 1.2. Bref historique ..... 5
- 1.3. Notre objectif et nos moyens...6
- 1.4. Notre parrain .....7

## 2. Les Membres

- 2.1. En chiffres .....9
- 2.2. L'organisation .....10
- 2.3. Les Salariées .....11
- 2.4. Le Petit Bureau .....11
- 2.5. Les stagiaires .....12
- 2.6. Témoignage d'une stagiaire .....13
- 2.7. Les différents membres..... 14
- 2.8. Les responsables d'activités.....15
- 2.9. Les groupes de travail.....16

## 3. Les Activités

- 3.1. Les ateliers hebdomadaires.....19
- 3.2. Les semaines à thème.....20
- 3.3. Les formations.....21
- 3.4. Les sorties .....22
- 3.5. Les repas partagés .....23
- 3.6. Les évènements.....24

## 4. Nos Partenaires

- 4.1. Simon de Cyrène .....26
- 4.2. Loisirs et Progrès .....27
- 4.3. GEM LOGIS .....27
- 4.4. Mairie de Vanves .....28
- 4.5. L'UNAFTC .....28

## 5. Nos Projets en 2014 .....30

# 1. L'ASSOCIATION



# 1.1. L'objet

L'association est un Groupe d'Entraide Mutuelle (GEM) tel que prévu par la loi du 11 février 2005.

Elle a pour objet de permettre à des personnes cérébro-lésées de se retrouver, entre elles et avec d'autres, dans une atmosphère de soutien mutuel et de fraternité, et de favoriser l'épanouissement, la participation sociale et la citoyenneté.



*Vote pendant  
l'assemblée générale constitutive  
le 17 avril 2013*

- Le Cap est un groupe d'entraide mutuelle subventionnée par l'Agence **Régionale de Santé** des Hauts de Seine.

## 1.2. Bref historique



**Le GEM existe depuis l'année 2012.**

Depuis son origine, **les adhérents sont partie prenante du projet**, à travers l'animation d'une activité ou la gestion de la vie du groupe.

Une trentaine d'adhérents viennent des maisons partagées de Simon de Cyrène, et des alentours.

Après avoir été hébergé par l'association Simon de Cyrène, le Cap a emménagé dans une ancienne boulangerie à proximité du lieu de vie.

C'est **un lieu d'activités, de rencontres et de moments conviviaux.**

C'est aussi un endroit qui **encourage la prise d'initiative**, permettant à chacun de **découvrir ses talents** et de se mettre au **service de l'autre.**

Les moments de **fêtes**, de **sorties** et de **rencontres** avec d'autres associations permettent de s'épanouir d'avantage et de **s'ouvrir à des nouvelles perspectives.**

Par son dynamisme, chaque adhérent contribue à la **qualité des temps partagés** et au bien-être du groupe.

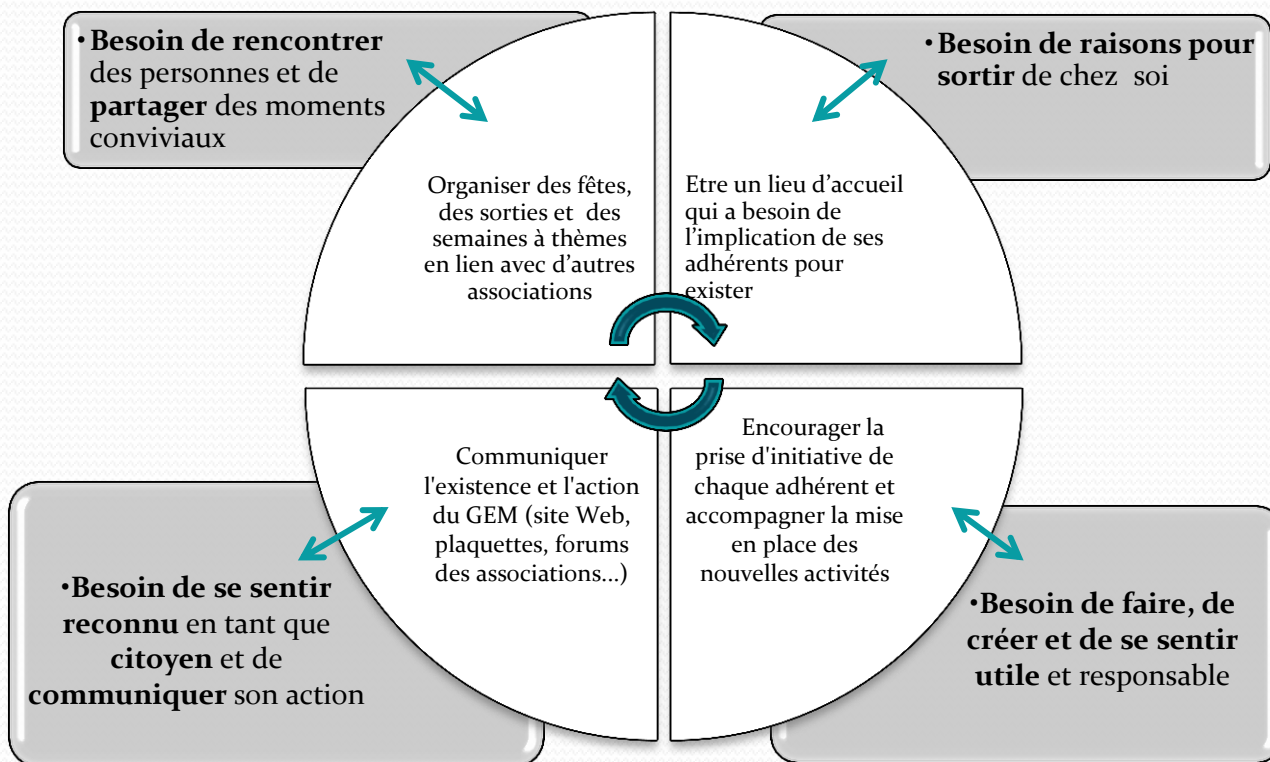
**L'association est en mouvement et s'adapte aux désirs et aux besoins de ses adhérents.**

# 1.3. Notre objectif et nos moyens

## L'Objectif

Lutter contre l'isolement social et répondre aux demandes des adhérents « présents et futurs »

## Les besoins et nos moyens



## 1.4. Notre Parrain

**Les liens avec l'AFTC permettent au Cap d'exister .**

L'AFTC est un pôle d'information et de ressources pour les adhérents et les salariées du Cap.

Elle regroupe tous les GEM pour personnes cérébro-lésées en Ile de France et facilite ainsi le contact « Inter-GEM ».



**Le Cap est parrainé par l'AFTC d'Ile de France.**

L'Association des Familles des Traumatisés crâniens et Cérébro-lésés.

***Siège social***

Pavillon Lériche/Porte 11- Boîte 7  
96 rue Didot  
75014 Paris

***Contact***

Tél.: 01 40 44 43 94  
Email: [aftc.idf@wanadoo.fr](mailto:aftc.idf@wanadoo.fr)

## 2. LES MEMBRES





# En Chiffres

**35** personnes qui fréquentent le Cap

**24** personnes ayant adhérées

**13** responsables d'activités

**15** membres actifs

**17** personnes qui viennent plusieurs fois par semaine

**2** salariées

**3** stagiaires

« Je viens voir mes amis, pour le plaisir de partager  
des bons moments. »

*Un adhérent*



# 2.1. L'organisation

## ➤ Bureau

## ➤ Petit bureau

*Les membres du bureau (sans la Présidente et la Trésorière)  
avec la coordinatrice et l'animatrice du Cap*

## ➤ Conseil d'Administration

## ➤ Membres actifs

## ➤ Adhérents

## ➤ Amis



**Sandrine VERDELHAN, présidente**



**Aude ALLAIRE, Vice-présidente**



**David LESIEUR, Vice-président chargé de communication**



**Cécile LAFONT, Trésorière**



**Liliane GEORGE, Secrétaire**



**Fabien NOEL, Secrétaire adjoint, chargé des activités**



**Cécilia ARAUJO, Secrétaire adjointe**



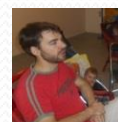
**Marie-Alice DAVID, Administratrice**



**Nicole BECAVIN, Administratrice**



**Marie-Paule MANSOUR, Administratrice**



**Jean-Marc OSWALD, Administrateur**



**Sophie BASSET, Administratrice**

## 2.2. Les salariées

*Les salariées sont mise à disposition par l'association Simon de Cyrène.*

**La coordinatrice** travaille en étroit lien avec la présidente , la vice-présidente et le petit bureau. Avec le petit bureau elle est garant du développement et de la gestion du projet. Elle veille à l'épanouissement et à la participation des adhérents et consolide le lien avec l'association Simon de Cyrène. Elle accompagne l'animatrice et soutient la réalisation des divers projets.

**L'animatrice** accompagne les responsables des activités. Elle travaille en équipe avec le secrétaire chargé des activités et le Vice-président chargé de la Communication.

Elle est garant du développement des activités et de la communication de celles-ci. Elle participe à la rédaction du Journal InterGEM. Ensemble avec le responsable des activités, elle organise des réunions ainsi que des formations afin de soutenir les responsables de chaque activité.

## 2.3. Le petit bureau

***Réunions jusqu'à 2 fois par mois***

Le petit bureau réfléchit aux grandes lignes du projet.

- Il veille à ce que les actions du Cap restent en conformité avec le cahier des charges et les valeurs de l'association.
- Il prend des décisions concernant le fonctionnement du Cap.
- Il assure les liens avec la mairie et les partenaires.
- Il rédige les documents nécessaires à la vie associative (règlement intérieur)

Pour ce faire le petit bureau organise régulièrement des consultations, des brainstorming et des réunions afin d'impliquer au maximum les membres du Cap.



## 2.4. Stagiaires

**Deux stagiaires espagnoles** ont participé pendant 2 mois aux activités du Cap. Elle ont réalisées un projet créatif avec les responsables d'activités:

- la réalisation d'un mur qui reflète les divers ateliers

**Une stagiaire d'éducatrice spécialisée** a rejoint le Cap en octobre 2013 pour une durée de 24 semaines. Elle soutien les responsables des activités pendant leurs ateliers et participe aux réunions concernant le projet.

Avec une adhérente, elle a mis en place une DVD-thèque à usage interne.

L'accueil des stagiaires apporte un nouveau souffle au fonctionnement et aux activités du Cap.

Ces moments de stage sont appréciés par les adhérents et les stagiaires.



## 2.5. Témoignage d'une stagiaire

*En commençant ce stage au Cap, je ne savais pas réellement ce qu'était un GEM. C'était donc une totale découverte du fonctionnement et du type d'accompagnement de cette association, mais surtout de « l'esprit Cap ».*

*Au sein du Cap, tout nouvel arrivant y trouve une place. Personne n'est laissé sur le côté. Il y a un réel désir d'aller vers les autres et chacun peut y apporter de nouvelles choses : Façon de faire, idée d'atelier ou idée pour améliorer un atelier, connaissance ou passion...*

*C'est la première chose que j'ai remarqué en arrivant, ce qui est plutôt agréable vu ma forte timidité.*

*Les salariées et les adhérents sont mis sur un même pied d'égalité durant ces ateliers. On en apprend parfois plus venant d'eux que ce que nous pourrions leur apprendre.*

*Ce que je comprends de mon rôle ici est simplement un soutien, parfois moral, parfois physique aux adhérents. Je retrouve les choses apprises en formation principalement dans tout ce qui est administratif, ou dans l'organisation des choses.*

*Je ressens vraiment l'accompagnement du Cap comme résidant sur les différents échanges que l'on peut avoir avec les adhérents. C'est vraiment un lieu qui se doit d'être accueillant selon toutes les circonstances extérieures.*

## 2.6. Les différents membres



Adhérents

Membres actifs

Amis

Le Cap



Chacun participe à sa manière



*« J'aime beaucoup les temps de réunions. On construit ensemble. Je retrouve un peu une dynamique de « travail », ça fait du bien. »*

*Un membre actif*

Les membres actifs sont constitués des responsables d'activités et des adhérents qui s'impliquent dans la gestion du projet au sein de divers groupes de travail.

# 2.7. Les responsables d'activités

Ils constituent les piliers de l'association.

Chaque activité est animé par un binôme. A travers son activité l'adhérent peut:

- ✓ Partager sa passion/ son don
- ✓ Rendre service
- ✓ Retrouver un engagement
- ✓ Faire avec d'autres à la place de faire seul

Le responsable s'engage à organiser son activité et à veiller au bon déroulement de celle-ci.

Groupe d'Entraide Mutuel, Association « Le Cap », 20 rue Vieille Forge 92170 Vanves

## PLANNING DES ACTIVITES DU CAP

Du 1 au 6 Juillet

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
Sport Cécilia 11h00-12h00 Au Cap	Jeux de société 15h00-16h30 Au Cap	Théâtre Cécilia 10h00-12h00 Au Cap  Couture Nicolle 14h00-16h00 Au Cap	Exposition Cheveux au Quai Branly avec Loisirs et Progrès RDV à 14h30 Au 222, rue de l'Université 75007 Paris (Gratuit sur présentation de la carte d'invalidité)	Ballade au Parc Jean Paul II avec un pot à la fin de la sortie Fabien 14h30 à 16h30 RDV au Cap	Café des langues Fabien, Kefren, Alexis et Tamara 16h00-17h00 Au Cap

### Accueil du Cap

Lundi : 10h00 - 12h30

Mardi : 10h00 - 17h00

Mercredi : 10h00 - 16h30

Jeuvi : 10h00-17h00

Vendredi : 10h00-17h00

Samedi tous les 15 jours : 15h00-17h00

Venez participer aux activités, pour une pause-café, vous reposer,  
vous ressourcer....

# 2.8. Les groupes de travail

Les groupes de travail favorisent l'implication des adhérents du Cap. Chaque membre peut ainsi participer à la réflexion de divers projets et contribuer à sa mise en œuvre.

## Journal InterGEM

L'animatrice et une adhérente du GEM participent à la Commission de rédaction du Journal InterGEM

« Mots en tête »

C'est un journal mis en place par l'AFTC qui regroupe tous les GEM pour personnes cérébro-lésées de l'Île de France.

Les articles sont rédigés par différents membres de chaque GEM



## Newsletter

Deux adhérents et l'animatrice rédigent tous les mois une newsletter qui retrace les événements importants du Cap.

Avant la mise en place de ce groupe de travail, l'animatrice et le Vice-président ont participé à une formation concernant la rédaction d'une Newsletter, organisé par la Ville de Vanves.





# Les groupes de travail

## Communication interne/externe

- **La communication interne**, constituée par le Vice-président chargé de la communication et l'animatrice, concerne les divers activités du Cap.

Cette année ils ont travaillé la diffusion du planning hebdomadaire. En prenant en compte les troubles de mémoire de certains adhérent ils ont engagé des référents Communication qui ont comme mission de rappeler davantage le planning du Cap au sein de leur lieu de vie respectifs.

- **La Communication externe**, constituée de la coordinatrice, d'un ami de l'association et d'une adhérente. Ils ont travaillé sur des outils de communication, notamment un site Web (rédaction du cahier des charges, plaquette de l'association,... )



### Plan d'accès:

Bus 189, arrêt : République  
Metro ligne 12, arrêt : Corentin Celton  
Gare: Vanves/Malakoff  
De la gare et du métro : 15 minutes de marche



**Le Cap**  
Association loi 1901  
Groupe d'entraide mutuelle  
20 RUE VIELLE FORGE  
92170 VANVES  
Téléphone: 09 53 96 32 00



# 3. LES ACTIVITES



# 3.1. Les ateliers hebdomadaires

- **Jeux de société**
- **Musique**
- **Couture**
- **Théâtre**
- **Film/débat**
- **Salon Gemme**
- **Café des langues**
- **Carrefour de l'amitié**
- **Histoire**
- **Sculpture**
- **Pâtisserie**
- **Sculpture**

**Plusieurs activités ont été maintenues et améliorées** : les jeux, la musique, le café des langues et le film/débat.

**De nouvelles activités ont été mises en place** : pâtisserie, sculpture, club newsletter, repas partagé, théâtre, salon de beauté appelé « salon gemme », sorties. En conséquence, le groupe de responsables s'est étoffé.

**Ces activités sont toujours à l'initiative des adhérents qui souhaitent partager leurs passions.**

Un binôme, composé du secrétaire chargé des activités et de l'animatrice, se réunit une fois par semaine pour élaborer le planning hebdomadaire et préparer les réunions des responsables d'activité.

Chaque mois a lieu la réunion des responsables d'activité au cours de laquelle les bilans sont dressés et les informations échangées.

## 3.2. Les semaines à thème

Le Cap a proposé deux semaines à thème : « Ode à la musique » et « Tissage avec Tiss'Art ».

Les activités de la semaine ont été consacrées à ces thèmes.



### Les travaux de tissage :

Une artiste de l'association vanvéenne Tiss'Art est intervenue au Cap à travers :

- L'exposition des œuvres de son association
- La réalisation de tissage en atelier

Une première Convention de Partenariat a été signée.

### La semaine musicale :

- Atelier d'un musicien qui a joué du luth, de l'oud, de la guitare baroque et du banjo.
- Concert avec le groupe du musicien, à la mairie de Vanves, dans le cadre d'une semaine consacrée aux musiques anciennes.
- Un spectacle de claquettes, d'un homme et de sa fille qui ont proposé de nous faire partager leur passion

Le Cap essaie d'organiser des semaines à thème en lien avec des associations et des événements susceptibles d'intéresser les adhérents. Chaque semaine permet ainsi aux adhérents de tisser des liens, de créer et de sortir de leur quotidien.



## 3.3. Les formations

- ✓ Deux adhérentes du Cap ont participé à la formation « **Prise de parole en public** »

Une formation qui se déroule sur deux jours à la FIAP (Paris 14<sup>ième</sup>)

C'est la troisième année que des adhérents et des salariées du Cap participent à cette formation .

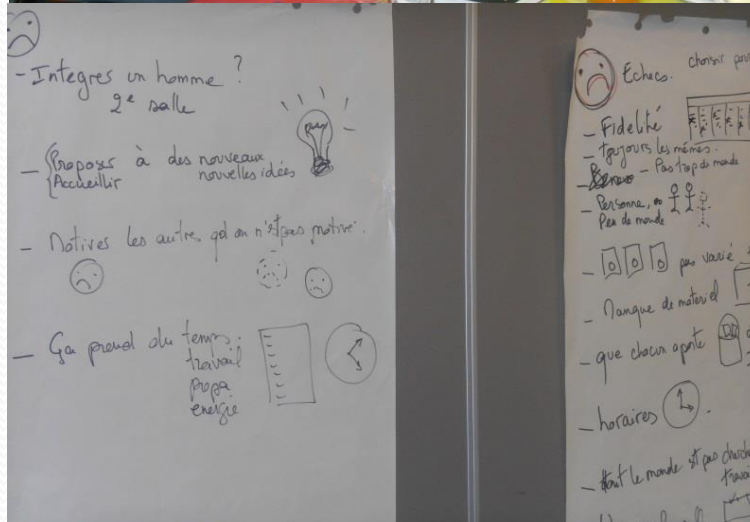
Une formation durant laquelle on apprend des techniques qui facilitent la prise de parole

Chacun est poussé à se dépasser et à oser parler dans une ambiance amicale et joyeuse.

- ✓ Les responsables d'activité ont suivi une formation sur « **l'animation d'un atelier** ».

Un guide de l'animateur a été conçu et adapté aux besoins des responsables.

Cette formation a été assurée par Anne Chabert, formatrice professionnelle.



## 3.4. Les sorties



Groupe d'entraide Mutuelle, le Cap, 20 Rue de vieille Forge, 92170 Vanves, Tel: 09.53.96.32.00

Le Cap propose...

### Une journée d'amitié InterGEM

Chacun vient avec son PIQUE-NIQUE et chaque GEM prépare une PETITE ANIMATION (toutes les idées sont les bienvenues ...)

RDV le samedi 25 Mai 2013 de 11h00 à 16h00  
En fonction de la météo :  
Au Parc Montsouris (Entrée du TRAM)  
ou  
à Simon de Cyrène (13 rue d'Issy 92170 Vanves)

Pour tous renseignements, contactez David : 06.23.59.08.15 ou par mail : [lecap@simondcivrene.org](mailto:lecap@simondcivrene.org)

## A l'affiche en 2013

- Cinéma
- Musée
- Restaurant
- Concert
- Ballade au parc
- **3 sorties InterGEM**  
avec le GEM Loisirs et Progrès et le GEM LOGIS

Les sorties sont organisées par un adhérent, chargé des sorties et l'animatrice et/ou la coordinatrice.

## 3.5. Les repas partagés

Depuis cette année, le Cap organise des repas partagés de manière régulière.

### Le principe:

Chacun ramène quelque chose à partager.

Le désir de manger ensemble s'est manifesté depuis les début du GEM. Ces moments conviviaux autour d'une table sont vite devenus indispensables.

C'est aussi l'occasion d'inviter des amis du Cap et **de fêter davantage la joie d'être ensemble.**



## 3.6. Les évènements

**L'AG constitutive** et **l'inauguration** ont été des moments uniques qui ont permis aux membres actifs de goûter les fruits de leur « travail ».

**Les moments festifs** sont essentiels dans la vie du Cap. Des sourires, des rencontres et des échanges avec nos voisins... tout cela révèle le sens de notre association.

**Les Forums des associations** sont des moments appréciés par nos membres car ils nous permettent de communiquer notre action et de connaître d'autres associations. C'est aussi un moyen de témoigner et de sensibiliser l'entourage à la réalité d'une personne cérébro-lésée.

Nous avons pu nous insérer davantage dans le milieu associatif de Vanves.

**Partir**, sentir l'odeur de la mer et oser prendre le large, nous avons mis le **Cap sur la Normandie**.

L'assemblée générale constitutive



L'inauguration du Cap



Fête des voisins

Forum des associations à Vanves et à Malakoff



Mini-séjour en Normandie



# 4. NOS PARTENAIRES



Simon de Cyrène



VANVES



GEM LOGIS



UNAFTC

Union Nationale des Associations  
et Familles de Traumatisés Crâniens  
et Cérébrolésés

Loisirs et Progrès

# 4.1. Simon de Cyrène



Simon de Cyrène

**Simon de Cyrène est un soutien essentiel pour le Cap.**

- Mise à disposition de deux salariées
- Contribution à la formation des salariées

**Les adhérents qui le souhaitent peuvent participer aux manifestations communautaires (repas, fêtes,...).**

Association Simon de Cyrène  
Appartements de Vie partagées  
13 rue d'Issy  
92170 Vanves

« ... L'histoire du Cap, est étroitement liée à celle de Simon de Cyrène.

Depuis trois ans, **la communauté Simon de Cyrène a ouvert ses portes** à Vanves avec un projet fondé sur **la relation à l'autre et le vivre ensemble.**

Ainsi, rue d'Issy et avenue du général de Gaulle, une trentaine de personnes, principalement victimes de lésions cérébrales, se sont **engagées à partager leur vie**, ensemble et avec des personnes valides, engagées elles aussi à leurs côtés. Mais déjà avant l'ouverture, l'idée d'un GEM, était présente.

**Idee inspirée** par un autre GEM, un peu grand frère, un peu cousin, **Loisirs et Progrès** à Paris. Avec le soutien de Loisirs et Progrès et le parrainage de l'AFTC, l'association des Familles de Traumatisés Crâniens, Simon de Cyrène a pu obtenir un financement auprès de l'Agence Régionale de Santé des Hauts de Seine et a accompagné les débuts du GEM. »

*Extraits du discours de la présidente lors de l'inauguration*

## 4.2. Loisirs et Progrès

76 rue des Saints-Pères

75007 Paris

Tél: 01 45 49 63 79

[contact@loisirsetprogres.org](mailto:contact@loisirsetprogres.org)

Historiquement le Cap et Loisirs et progrès sont très liés. La plupart des adhérents du Cap sont également adhérents à Loisirs et Progrès. La coordinatrice de L&P est administratrice au Cap et a contribué à la création du GEM.



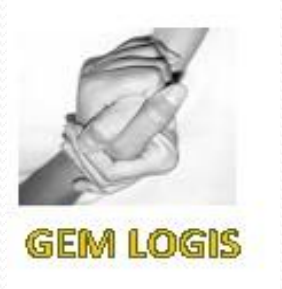
## 4.3. GEM LOGIS

171 rue Vercingétorix

75014 Paris

Tél: 01 71 26 56 46

[homegemlogis@gmail.com](mailto:homegemlogis@gmail.com)



Le Cap organise régulièrement des sorties et des rencontres InterGEM avec le GEM LOGIS.





## 4.5. La Mairie de Vanves

Le Cap a fait une demande de 2000 euros pour financer l'installation de la cuisine.

Cette demande nous a permis de communiquer davantage notre projet et de créer des liens avec la mairie.

Nous avons reçu notre première subvention extraordinaire de la mairie de Vanves.



**UNAFTC**  
Union Nationale des Associations  
et Familles de Traumatisés Crâniens  
et Cérébrolésés

## 4.6. L'UNAFTC

**Les objectifs généraux de l'UNAFTC:**

- Représenter les traumatisés crâniens, les cérébro-lésés et leurs Familles, au niveau national, européen et international, défendre leurs intérêts et leurs droits.
- Définir une politique générale spécifique en faveur des traumatisés crâniens et obtenir les moyens nécessaires à sa mise en œuvre (décrets, circulaires, crédits...), pour améliorer qualitativement et quantitativement la prise en charge et l'accompagnement des blessés et de leurs familles.
- Impulser et coordonner des actions au niveau national et européen.
- Fédérer les AFTC, les GEM les Etablissements et Services, soutenir leur développement, favoriser la création de nouvelles associations, de nouveaux GEM et de nouveaux établissements et services spécifiques, et le partage de connaissances et d'expériences
- Développer les relations et partenariats avec les associations, les institutions, les professionnels, les fondations et les entreprises.

**Le Cap est-adhérent à l'UNAFTC ce qui nous permet de participer à diverses formations et réunions.**

# 5. NOS PROJETS EN 2014



# Des projets et surtout l'envie de pérenniser notre action.



➤ Mini Séjour



➤ Rédaction du Livret d'Accueil et d'une Charte

➤ Travaux de la devanture



➤ Portes Ouvertes

