

BILAN GLOBAL

FONDS SOLIMUT

ATELIERS DE MEDECINE ALTERNATIVE

1. Identification du public

Le public auxquels les ateliers s'adressent est constitué de jeunes (hébergés et accompagnés) âgés de 18 à 25 ans, en situation de rejet familial et d'isolement, souvent dans une précarité psychologique et pratique. Ils sont originaires de tous milieux sociaux, toutes religions et toutes familles politiques. L'âge moyen de ces jeunes est de 21,5 ans, ils sont originaires de toute la France (voir en PJ les données statistiques).

Le Refuge leur propose un hébergement, un accompagnement socio-psychologique et une réinsertion socio-professionnelle.

2. Genèse du Projet

Dans le cadre de notre accompagnement social dans sa globalité, nous avons souhaité nous orienter vers d'autres solutions pour parfaire cet accompagnement. Après avoir interrogé nos intervenants ou le public lui-même, il est apparu que des séances de médecine alternative (art-thérapie, sophrologie...) ou dite « non-conventionnelle », en parallèle des séances plus « traditionnelle » avec les psychologues, ou encore l'hôpital, avec qui nous sommes amenés à travailler, étaient demandées.

Par des tests ponctuels (intervenants bénévoles), il a très vite été évident que cette médecine alternative produisait des effets bénéfiques pour notre public et que ce dernier étant en demande d'actions de cet ordre.

Face au coût important que cela représentait, et du fait que ces médecines alternatives ne sont pas reconnues par la médecine traditionnelle, ni ne peuvent faire l'objet de financements publics ; nous n'avions jusque-là pas pu accéder à leur demande.



3. Mis en place des ateliers du Projet

Suite à l'accord du Fonds Solimut, nous avons instauré des ateliers dans plusieurs délégations (9 au total). Les modalités de mise en place de ces ateliers ont été laissées à la libre appréciation du délégué. Deux méthodes sont cependant ressorties : des ateliers « découvertes » et des ateliers "filés".

- ✚ **Les ateliers « découvertes »** destinés à, comme leur nom l'indique, faire découvrir aux jeunes que nous accompagnons et hébergeons de nouvelles médecines qu'ils ne connaissaient pas jusque-là. L'idée n'étant pas d'engager un suivi plus important mais de susciter chez le jeune la découverte et l'adhésion (ou pas) à séances moins ordinaires.
- ✚ **Les ateliers « filés »** permettent de continuer ce qui est entrepris initialement. La relaxation et la thérapie par le jeu et la créativité permettent souvent de révéler beaucoup de choses. Plusieurs séances sont alors nécessaires. Les ateliers filés sont souvent nécessaires dans la mesure où les jeunes hébergés changent souvent (avec une amplitude de durée de séjour allant de 1 jour à 8 mois) : il faut donc présenter les ateliers aux nouveaux, etc.

4. Typologie d'ateliers

- **Training autogène de Shultz** (méthode de relaxation dérivée de l'hypnose à visée psychothérapique) (10 séances)
- **Thérapie par le jeu et la Créativité** (technique issue de Verity J. Gavin). Cette approche de psychothérapie pour enfants, adolescents et adultes, est une réponse aux professionnels qui veulent ouvrir leur pratique au potentiel de créativité de la personne, à leur propre créativité et à cette créativité inhérente à la relation thérapeutique, dans le plus grand respect. (<http://www.therapie-jeu-creativite.com/>) (148 séances)
- **Méditation de pleine conscience (mindfulness)** (11 séances)
- **Sophrologie** (6 séances)
- **Zoothérapie** (1 séance)
- **Balnéothérapie** (découverte des différents bassins, températures, hammams et différents saunas) (1 séance)
- **Art-thérapie** (3 séances)
- **PNL développement personnel** (6 séances)
- **Musicothérapie** (1 séance)
- **Développement de la confiance en soi** (1 séance)

(Voir PJ bilan)



5. Bilan qualitatif

Le bilan global que l'on peut dégager est que dans l'ensemble, les jeunes ont beaucoup adhéré à ces découvertes, et encore plus aux ateliers filés.

L'une des difficultés principales est de prendre en compte les volontés du public que nous accompagnons. C'est ainsi que certaines activités n'ont pas dépassé 2 ou 3 séances, faute d'engouement de la part des jeunes. Nous avons donc proposé d'autres ateliers pour cibler au mieux les besoins et les envies du public accompagnés.

Les activités oscillent entre 1 et 15 séances (suivant la « formule initiale » et suivant le nombre de jeunes)

Les intervenants sont obligatoirement tous diplômés dans la discipline sur laquelle ils interviennent, même si certains peuvent avoir des formations initiales plus « conventionnelles », leur intervention concerne précisément la discipline pour laquelle ils sont missionnés.

Ce Projet fut une véritable réussite : les équipes se sont mobilisées quant à l'encadrement de ces ateliers, les professionnels qui en étaient chargés ont été tout à fait pertinents dans leur approche, et nous avons su nous adapter aux besoins du public tout en recherchant perpétuellement leur adhésion à l'activité proposée.

