

PRÉSENTATION DE L'ASSOCIATION

L'agf 17-18 a pour objet de développer un esprit d'entraide et de solidarité auprès des habitants des 17^e et 18^e arrondissements de Paris. L'Association propose des activités artistiques, culturelles et sportives (400 joueurs de tennis notamment) mais également des actions sociales en faveur des plus démunis (accompagnement à l'emploi, cours de Français Langue Etrangère, Soutien Scolaire, Accès aux droits...)

❖ RÉSUMÉ RAPIDE DE L'ACTION « Yoga Zoom »

Tous les cours de yoga de la saison 2020/2021 ont pu être maintenus malgré la pandémie de Covid-19, même durant les périodes de confinement. Sara M, la professeur, s'est parfaitement adapté à l'utilisation du système de visioconférence Zoom et a accepté de modifier le planning afin de proposer une offre adaptée à la nouvelle situation sanitaire.

L'objectif était de maintenir cet atelier tout en respectant les gestes barrières et la distanciation physique, ce qui était compliqué pour un cours de yoga en appartement. La pratique du yoga est en effet très relaxante donc très bénéfique pour les pratiquants durant la période de stress et d'incertitude liée à la pandémie de covid-19.

❖ ÉLÉMENTS DE CONTEXTE

Les cours de yoga animés par Sara M. existent à l'agf 17-18 depuis 5 saisons. Ils ont lieu au domicile de la professeur afin de garantir le calme nécessaire à la pratique de cette activité. Un groupe compte 4 ou 5 élèves.

L'instauration du premier confinement, non anticipé, a pris de cours l'agf 17-18 qui a fermé ses portes en mars 2020. Tous les ateliers ont été annulés jusqu'en mai, date à laquelle l'agf 17 18 a commencé à mettre en place des cours à distance, notamment en ce qui concerne le yoga.

Lors de la préparation de la saison 2020/2021, n'ayant que peu de visibilité sur l'évolution de la situation sanitaire, l'agf 17-18 avait les deux options : cours en présentiel ou cours à distance.

❖ DESCRIPTION DE L'ACTION

■ Organisation de l'action et déroulement

Dès la rentrée de septembre, en accord avec Sara M., l'agf 17-18 a décidé d'assurer ce cours à distance, les adhérents étant pour la plupart retraités et donc personnes à risque. Par ailleurs, pratiquer le yoga avec un masque est très désagréable et il était impossible de respecter une distance de 2.5 mètres entre les élèves dans la salle où le cours a lieu d'habitude. La vaccination n'était alors pas d'actualité.

Les élèves ont été prévenus et tous sauf une personne ont accepté cette nouvelle forme de cours.

Le planning initial à la rentrée de septembre 2020 prévoyait 6 groupes de 5 élèves (2 groupes le lundi matin, 2 groupes le mardi matin, 1 groupe le mercredi matin et 1 groupe le jeudi matin). Chaque séance durait 1h30.

Sara M. a en définitive réorganisé son planning afin de proposer cinq « YogaZoom » d'1h30 par semaine (lundi, mardi, mercredi, jeudi et vendredi) permettant ainsi aux adhérents de choisir leur créneau hebdomadaire en fonction de leur emploi du temps. Sara M. proposait par ailleurs la sixième séance de la semaine sous forme d'un cours en vidéo envoyé à tous ses élèves. Le cours vidéo peut donc être refait à l'infini par les adhérents

Les adhérents Yoga de l'agf 17-18 sur la saison 2020/ 2021 ont donc eu l'occasion de pratiquer plus souvent que lors d'une saison classique pour une cotisation identique et à coût identique pour l'agf 17-18.

■ Public cible de l'action

Cette action a touché les 25 adhérents yoga de l'agf 17-18 sur la saison 2020/2021. Pour beaucoup il s'agit de retraités, personnes à risque, qui souffrait de l'isolement imposé par la menace du covid-19.

■ Implication des familles

De façon générale, l'agf 17-18 a mis en place des ateliers à distance pour tous ses adhérents loisirs, adultes et enfants, dès que cela était possible. Les ateliers suivants ont ainsi été proposés à distance : yoga, qi gong, conversation espagnole, conversation anglaise, encre & dessin, acrylique, aquarelle, leçons de bridge, peinture & dessin, expression artistique

■ Acteurs impliqués dans la conception ou la réalisation de l'action?

Cette action a été mise en place grâce à un dialogue constant et permanent entre Sara M., la professeur de Yoga et Valérie Lancrenon, la Directrice de l'Association. Sara M. est également en permanence à l'écoute de ses élèves, de leurs attentes, de leurs difficultés.

■ Moyens et nature des financements alloués à l'action

Cette action ne nécessite aucun moyen financier autre que l'abonnement à zoom afin que la séance ne soit pas coupée au bout de 40 minutes.

❖ Autres points que vous souhaiteriez exposer :

L'agf 17-18 tient à souligner le professionnalisme de Sara M. qui a su adapter son activité professionnelle à la situation sanitaire, au profil de ses élèves et à ses propres contraintes familiales. Sara M. est en effet mère de 3 enfants scolarisés qui ont connu des périodes d'école à la maison.

BILAN DE L'ACTION

■ Points positifs et impacts de l'action:

Proposer un instant de détente pendant le confinement
Entretenir la forme physique des adhérents
Maintenir le lien social
Eviter les remboursements de cours annulés en raison de la pandémie de covid 19.

■ Points négatifs ou difficultés rencontrées :

Une adhérente était réfractaire à l'utilisation de l'informatique et n'a donc assisté à aucun cours. L'agf 17-18 lui a remboursé l'intégralité de sa cotisation ce qui a représenté un manque à gagner pour l'Association.
A distance, via écran, Sara M. n'a pas pu corriger les postures de ses élèves avec autant de précision qu'en présentiel

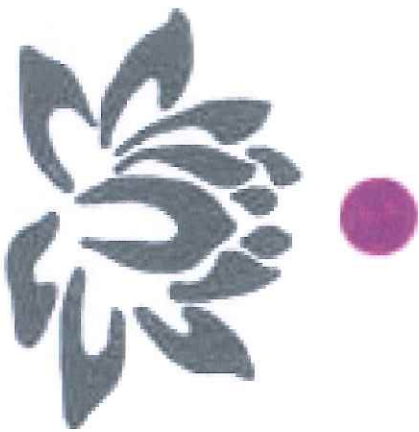
❖ Reproductibilité par une autre association

Cette action est facilement reproductible car elle ne repose que sur de la bonne volonté.

❖ En quoi estimez-vous que cette expérience est réussie et mérite d'être valorisée ?

Cette expérience montre l'importante capacité d'adaptation de l'Association et de ses animateurs afin de répondre aux attentes de ses adhérents et de mettre en place des actions permettant de garantir sa pérennité.

Y O B A N O M



agf 17-18
Association Générale des Familles

A