



BILAN 2024

INTRODUCTION

Les Petites Herbes, c'est une **association-ressource** pour la **santé** et le **mieux être**.

Les bénéficiaires des Petites Herbes sont des personnes qui souhaitent agir pour prendre soin d'elles mêmes.

L'association propose un accompagnement par des professionnels, sous forme de parcours thématiques personnalisés.

NOTRE VISION

Le besoin du bénéficiaire est le point de départ qui donne sens et impact à l'accompagnement

L'association veut renforcer le pouvoir d'agir des personnes fragilisées dans leur parcours de vie

NOS MISSIONS

- Accueillir
- Accompagner
- Orienter

NOS VALEURS

- Humanité
- Respect
- Authenticité
- Professionnalisme

Nos Petites Herbes



Nos adhérents

On note une progression de **8%** du nombre de nos adhérents.

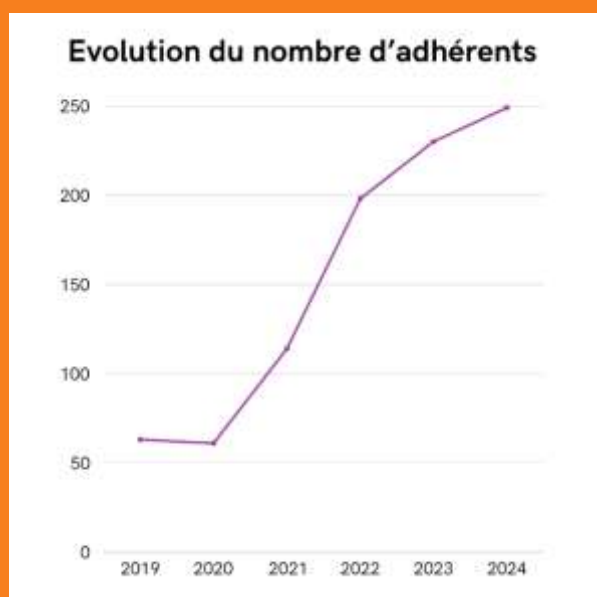
Nos adhérents sont majoritairement aubois, 98%.

Sur ces adhérents aubois :

75% viennent du Pays d'Othe et de la ruralité

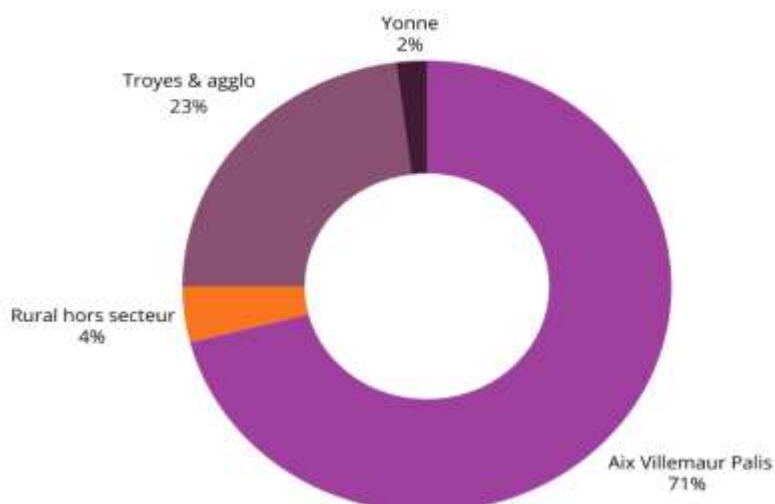
23% de Troyes Champagne Métropole.

L'enregistrement d'adhésions, jusque décembre, démontre également l'accueil de nouvelles personnes tout au long de l'année.



**+ de 249
adhérents**

Répartition par secteur



Nos adhérents

La répartition par sexe montre une prédominance d'un public **féminin à 88%**.

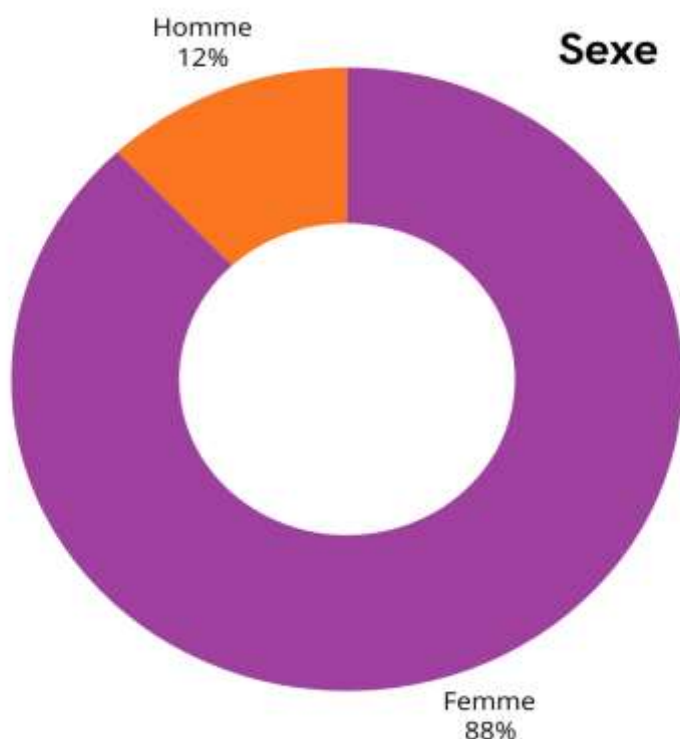
Certains de nos adhérents ne participent pas aux ateliers. Ce sont des soutiens à nos valeurs, des membres des familles des adhérents qui veulent marquer une forme de remerciement devant la prise en charge et l'accompagnement proposé.

Nos adhérents sont également majoritairement donateurs. Un précieux soutien et une vraie marque de confiance.

Lors de nos enquêtes de satisfaction annuelle, nos bénéficiaires soulignent **la valeur du lien social qu'ils tissent**, la **convivialité** et **bienveillance** ressenties lors des ateliers, **l'écoute** des accueillantes, des intervenants, l'équipe au sens large.

Le fait de pouvoir partager, échanger, être écouté sont également nos forces.

Chacun est accueilli, accompagné et orienté selon ses besoins ; déjà au cœur des différents programmes puis vers les offres de territoire.

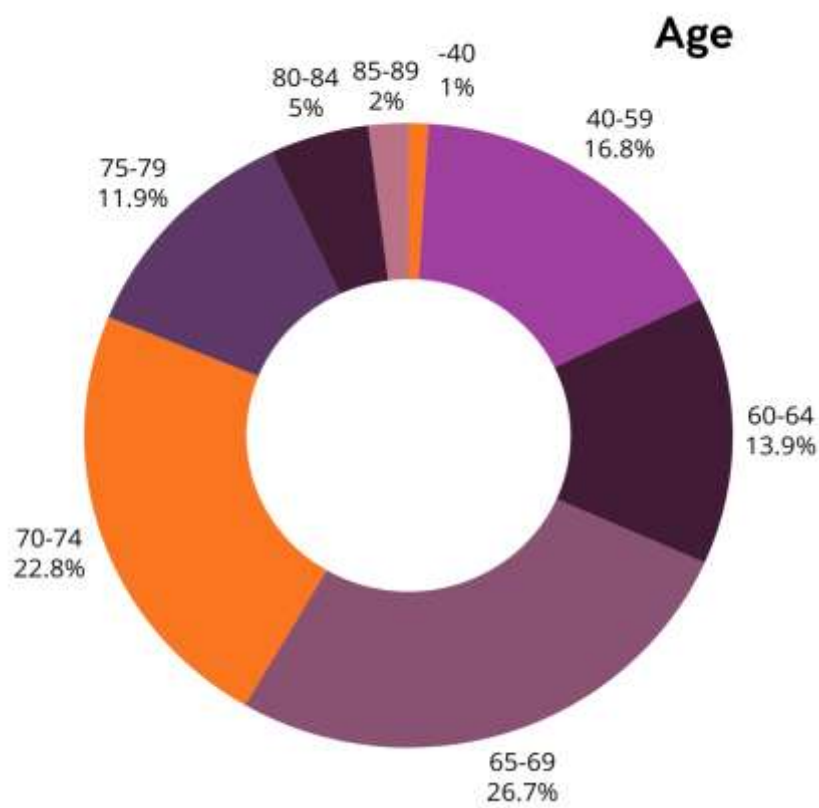


Nos Bénéficiaires

Nos bénéficiaires s'entendent participants enregistrés à nos ateliers thématiques.



3 851 participations
685 ateliers



Nos Actions



Nos actions

Nos axes en 2024:

- **Les ateliers** : par activités, par thématiques, par public cible
- **Les collaborations/coordinations de projets** : des ateliers récurrents spécifiques avec d'autres associations, ou établissements de santé
- **Les événements ponctuels** : randonnée, portes ouvertes, séjours répits, participation à Octobre Rose, etc...
- **Le travail en réseau avec les acteurs du territoire** :
 - partenariat avec la Maison de Santé d' Aix en Othe (collaboration avec les prescripteurs)
 - être un acteur incontournable au sein du Contrat Local de Santé



Rando



Séjour
répits



Clip
musical

ATELIERS



Goûter
les mots



Onco'
pause



Bouger, se
ressourcer



Santé
vous
libre



Entraid'
& Vous



Se ressourcer !



Bouger !



Tous à l'Eau



Escapade
Conviviale

Nos Evénements

Chaque événement Petites Herbes est l'occasion de partager, de créer du lien, de se ressourcer. Ils sont ouverts à tous et permettent d'intégrer la famille, les amis; mais aussi d'impliquer nos bénévoles et bénéficiaires dans des actions ponctuelles.



Clip musical-Ecriture-Chorale

Créer du lien, lutter contre l'isolement, éduquer par une approche artistique

Projet porté lors de nos ateliers « santé vous libre » et participation de professionnels, bénévoles, famille et amis autour de la chanson « c'est l'heure » enregistrée au Chaudron à Auxon.



Lien du clip musical : [Les Petites Herbes - "C'est l'heure"](#)



Randonnée et Portes Ouvertes

200
personnes

L'occasion de pratiquer une activité physique, de se retrouver en famille, entre amis et chaque année pouvoir compter sur nos artisans locaux pour le ravitaillement.



Séjour-répit

Offrir une pause dans notre Maison des Petites Herbes pour sortir de son quotidien



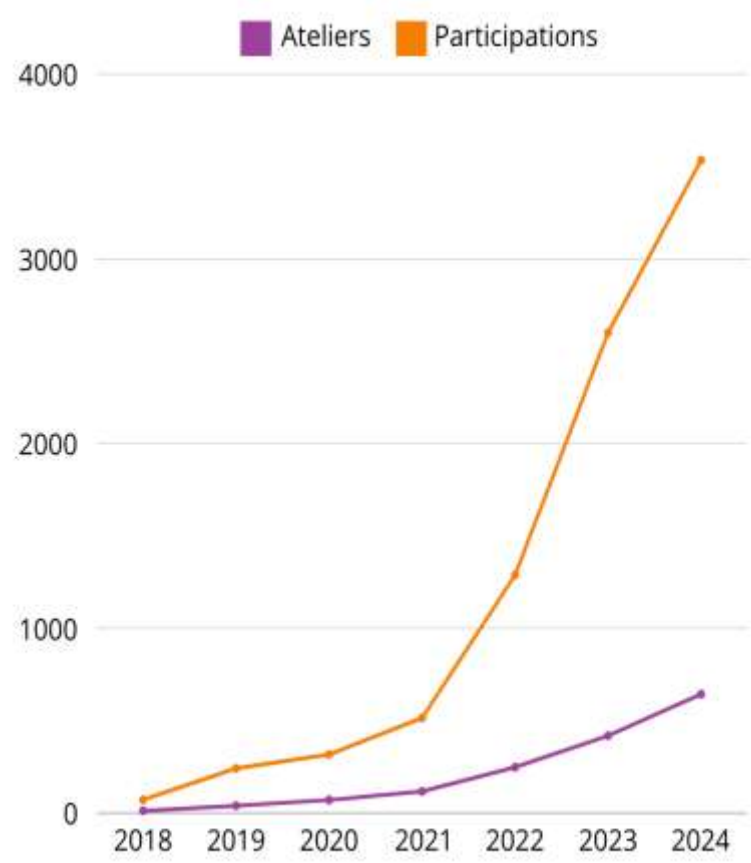
3 séjours



Conférence « Nutrition »

30
personnes

Nos Ateliers Thématiques



+63% d'ateliers proposés en plus par rapport à 2023
Avec 685 ateliers proposés

Le point fort de cette année 2024 est le **développement du sport santé** avec 6 créneaux par semaine de l'atelier « tous à l'eau ».

L'accompagnement de notre professionnelle répond à un besoin : bouger tous les jours, bénéfice de l'approche aquatique et accessibilité géographique / proximité !

Nos Ateliers Thématiques



Bouger ! - Activité Sportive adaptée
Résidence Joseph Anglade Aix en
Othe



Tous à l'eau ! - Sport adapté dans l'eau & temps d'accompagnement et
partage -
Maison des Petites Herbes - Vaujurennes



Escapade Conviviale – Ateliers pour lutter contre l'isolement de la personne
âgée – Tisser du lien social – journée d'accueil avec repas – accueil et
accompagnement par professionnelles spécialisées (rompre la solitude)

Maison des Petites Herbes – Vaujurennes



Bouger ! Se ressourcer - Activité Sportive adaptée & Temps
accompagnement et partage- activité mieux être
Atelier de Capucine - Saint Julien les Villas



Goûter les mots - Activité autour des livres et des mots et goûter
partagé
Résidence Joseph Langlade - Aix en Othe



Bouger, se ressourcer ! - Activité sportive adaptée et activité mieux-
être, temps d'accueil, de partage et d'accompagnement - Repas compris
Maison des Petites Herbes – Vaujurennes



Santé vous libre ! - Se rencontrer, partager un moment convivial, se
retrouver autour d'une activité créative : la voix est livre et approche
artistique - Repas compris
Résidence Joseph Langlade - Aix en Othe



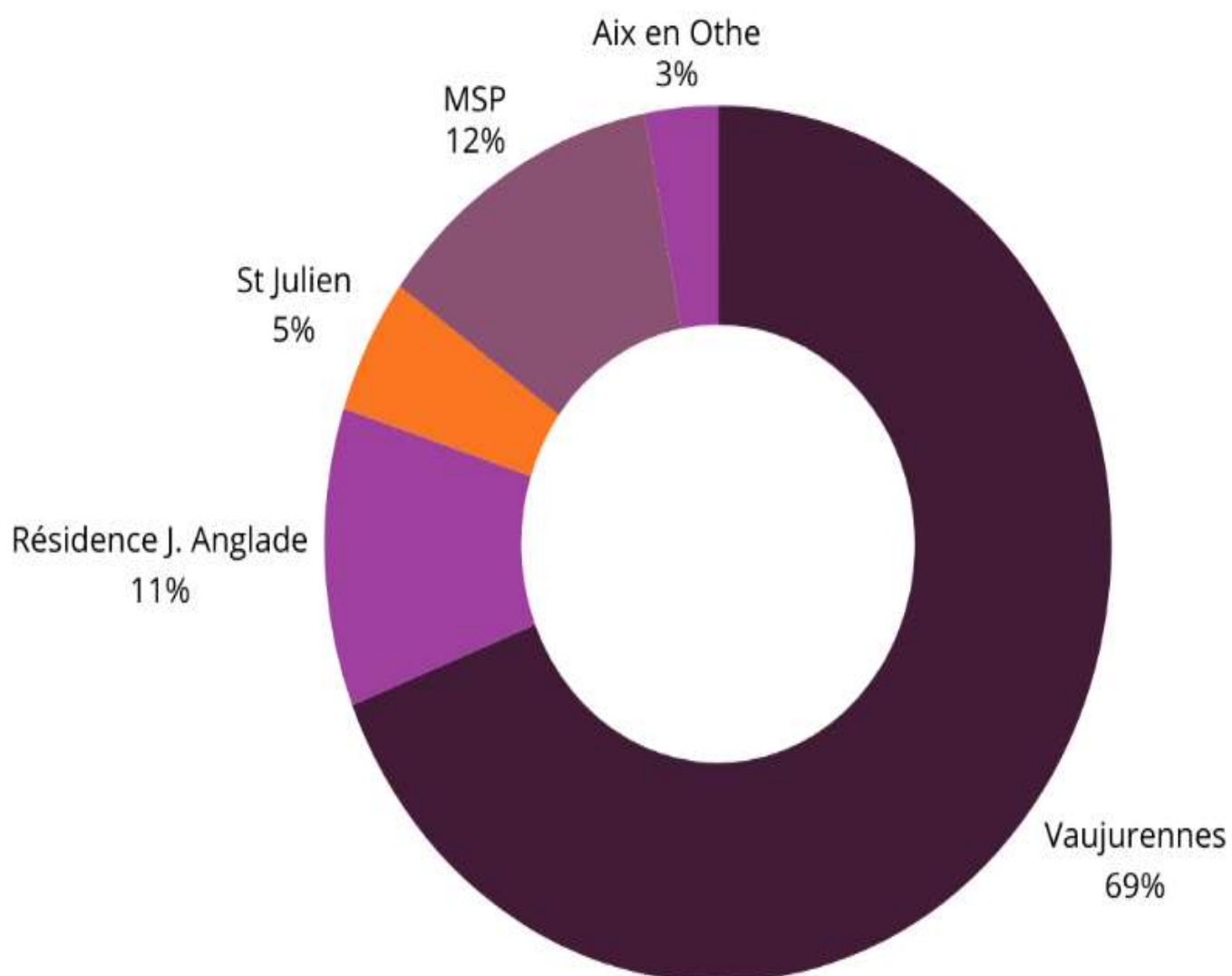
Onco'pause ! - Découvrir des activités adaptées, profiter d'une écoute
bienveillante et échanger en groupe. Matin : activité physique adaptée –
Après-midi mieux-être pour prendre soin de soi - Repas compris -
Encadré par une professionnelle de santé
Pour les personnes concernées par la maladie cancéreuse, en cours ou
post parcours de soins
Inclusion possible au sein d'un programme d'Education Thérapeutique du
Patient avec des séances plus ciblées, programme labellisé par l'ARS
Maison des Petites Herbes – Vaujurennes



Entr'aïd & Vous ! - Activité Sportive adaptée & atelier
d'accompagnement aux personnes aidantes seules ou avec leurs
personnes aidées, temps d'accueil, partage, d'informations - Repas
compris - Encadré par une professionnelle de santé –

Maison des Petites Herbes – Vaujurennes / MAC Pont Ste Marie/ ferme
pédagogique à Mery sur Seine - Plateforme de repit de Breviandes

Lieux des ateliers



Nos Ateliers Thématiques

Nos ateliers par lieu en 2024

63%

Vaujurennes :

Ateliers : **Tous à l'Eau Peur de l'Eau**

Journée complète : **Bouger, Se Ressourcer Onco'pause et ETP Entraid'&Vous Escapade Conviviale**

8%

Foyer Joseph
Anglade :
**Goûter les mots
Santé vous libre
Bouger**

5 %

Interventions
extérieures :
Foyer Audois
Mac et Ferme
pédagogique

7,5 %

SAINT JULIEN
Ateliers :
**Bouger
Se Ressourcer**

Nos Ateliers Thématiques

Nos ateliers par thématiques 2024 :

Tous nos ateliers visent à permettre à chacun de **devenir acteur de sa santé**.

Un accompagnement global au long cours, qui part du besoin et accueille un public très varié.



Les Petites Herbes font **fleurir le lien social**, **cultivent la solidarité** pour changer le regard sur les personnes dites vulnérables.

Programme Education Thérapeutique du Patient :

Des séances adaptées permettant le développement de compétences psychosociales; sans oublier le soutien aux aidants possible lors de ces programmes. Le programme est labellisé par l'ARS.

Notre équipe



Notre équipe

- Un **conseil d'administration** renouvelé en avril 2024
- Une **équipe opérationnelle** :
 - 1 assistante administrative et sociale
 - 2 accueillantes en soutien des équipes de coordination
 - 4 coordinatrices de parcours d'accompagnement :
 - 1 infirmière coordinatrice des actions associatives
 - 1 infirmière spécialisée en approche en cancérologie
 - 1 infirmière spécialisée dans le « bien vieillir- soutien aux aidants
 - 1 coach sportive « sport santé »
 - 1 animatrice « vie sociale »
 - 1 équipe de bénévoles en soutien dans chaque programme d'ateliers

Nos forces, un réseau :

Mobiliser toutes les forces vives de notre territoire en œuvrant ensemble, au travers de conventions, de partenariats, d'échanges avec les acteurs locaux.

La maison des Petites Herbes est aujourd'hui reconnue comme une structure référente d'accueil et de ressource pour la population rurale.

UN TRAVAIL EN RÉSEAU

Pour répondre aux besoins de nos citoyens, nous travaillons en partenariat avec de nombreuses structures, le **maillage territorial** et le **travail en réseau** est primordial, tant avec les institutions, les associations ou autres structures d'aide, les entreprises, etc...

Citons ici quelques rencontres importantes :

- la Conférence des Financeurs de la prévention de la perte d'autonomie de l'Aube
- L'ADMR et la Plateforme de Répit Aidant Personnes âgées de l'Aube
- L'équipe MONALISA de l'ADMR de l'Aube
- ARS délégation Aube : soins de proximité avec la MSP et service Innovation avec le projet de Contrat Local de Santé à venir en 2024
- Les travailleurs médico-sociaux du Conseil Départemental de l'Aube
- L'association Familles Rurales de l'Aube
- L'association nationale « Avec Nos proches »
- Le dispositif d'appui à la coordination Appui Santé Aube
- L'association Bréviandes Accueil Social » portant la plateforme de Répit Aidant Personnes Agées de Troyes et Agglomération
- L'entreprise Relais du Bien-être
- L'Association LADAPT
- Service Aubtisme (communauté 360 et PCPE)
- L'association AURORE
- Fondation AGIR du Crédit Agricole
- Maison de Santé d'Aix en Othe et coordinatrice de l'Aube
- Association AKHILLEUS
- CPAM
- MSA
- Association cancérologie de l'Aube (DECA Oct'Aube Rose)