



**PRÉFET
DES BOUCHES-
DU-RHÔNE**

Liberté
Égalité
Fraternité

**ACADÉMIE
D'AIX-MARSEILLE**

MIRAMAS
UNE VILLE DES VIES



FICHE ACTION

Cité éducative de Miramas

PORTEUR DE L'ACTION :

ASSOCIATION « LES EMOTIONS DE MADELYNE »

PERSONNE EN CHARGE DE LA MISE EN ŒUVRE DE L'ACTION :

Nom :

LE TALLEC

Prénom :

ELODIE

Fonction :

Sophrologue libérale

Coordonnées (tél., mail) :

elodie.letaltec@icloud.com

INTITULÉ DE L'ACTION :

Cité Éducative Miramas -

Sophrologie

À QUEL AXE DE LA CITÉ ÉDUCATIVE L'ACTION RÉPOND-ELLE ? (cocher 1 seule case)

Axe 1 Conforter le rôle de l'école

Axe 2 Promouvoir la continuité éducative

Axe 3 Ouvrir le champ des possibles

QUELS SONT LES OBJECTIFS OPÉRATIONNELS DE L'ACTION ?

Objectif opérationnel principal :

Conforter les apprentissages en favorisant la pédagogie ouverte, l'éducation non formelle.

Autres objectifs opérationnels :

Apprendre à mieux gérer ses émotions, mieux se connaître et développer sa créativité.

DESCRIPTION DE L'ACTION (joindre une Note d'opportunité si besoin) :

Par la sophrologie, les ateliers doivent permettre de favoriser l'accompagnement en mettant à disposition des outils pour se construire positivement (enfants en cycle 3). Cela peut constituer une base de travail autour de thèmes tels que le harcèlement scolaire, la bienveillance, s'agissant de faire découvrir et d'activer les ressources de chacun (calme, confiance en soi...).

Déroulé :

- 36 séances d'1h00 du 04/10 au 16/12/22
- 24 séances d'1h00 du 02/01/ au 11/02/23
- 20 séances d'1h00 du 28/02 au 14/04/23
- 34 séances d'1h00 du 02/05 au 30/06/23

Enfants du cycle 3 par groupe de 10 à 12 pendant la pause méridienne.

Les ateliers se dérouleront sur 5 périodes et chaque période aborde un thème :

- Période 1 : les émotions
- Période 2 : le calme
- Période 3 : la colère
- Période 4 : la peur / le stress
- Période 5 : la tristesse

Les séances se dérouleront toujours sur le même mode :

- Temps de parole et d'échange sur le thème de l'atelier
- Technique de sophrologie ludique et approprié au thème : exercices inspirés du yoga
- Temps calme types relaxation : exercices de respiration
- Temps de créativité : origami, dessin etc...
- Retour sur l'atelier

L'ordre peut être modifié en fonction des exercices proposés ainsi que)3 de l'écoute des enfants.

Lieu (x) de l'activité : 2 écoles élémentaires de la ville

Jours et horaires : 2 jours par semaine de 12h à 14h

Durée (début-fin) : Pause méridienne de 12h à 14h

Nombre d'intervenants ou d'animateurs : 1

INFORMATIONS SUR LA RÉALISATION DE L'ACTION (données prévisionnelles) :

Toutes les actions inscrites et financées dans le cadre de la Cité éducative sont évaluées.
Les indicateurs suivants figurent dans la Fiche « suivi-bilan » et seront à compléter avec les données réelles à l'issue de l'action.

Le planning de l'action

Date de démarrage prévue :

Date de fin prévue :

Fréquence ou rythme et volume horaire prévus :

Temporalité prévue : Scolaire Hors scolaire
(cocher)

La localisation de l'action (cocher)

Action prévue dans le périmètre de la Cité éducative, préciser :

dans le QPV Nord (La Maille)

dans le QPV Sud (La Carraire)

hors QPV

Action prévue hors de la Cité éducative de Miramas (= hors Miramas)

BÉNÉFICIAIRES DE L'ACTION (données prévisionnelles) :

Total : dont filles : dont garçons :

Effectif par âge



<input type="text"/>	0-3 ans	<input type="text" value="24"/>	4-11 ans	<input type="text"/>	12-15 ans
<input type="text"/>	16-25 ans	<input type="text"/>	26 et plus		

Effectif par catégorie

<input type="text"/>	Très jeunes enfants non scolarisés	<input type="text" value="24"/>	enfants et adolescents scolarisés	<input type="text"/>	en apprentissage, études supérieures, en formation
<input type="text"/>	parents d'élèves	<input type="text"/>	bénévoles	<input type="text"/>	professionnels occupant un emploi
<input type="text"/>	personnes à la recherche d'un emploi	<input type="text"/>	personnes en situation de handicap	<input type="text"/>	autres (préciser) _____

Origine géographique

Effectif habitant le QPV de La Maille :

Effectif habitant le QPV de La Carraire :

Effectif habitant les autres quartiers de Miramas :

Effectif habitant hors Miramas :

L'INFORMATION ET LA COMMUNICATION AUTOUR DE L'ACTION :

Énoncer les outils prévus pour l'information la communication et la mobilisation :
 (flyers, affiches, réseaux sociaux, médias locaux...)

LA COOPÉRATION AU SERVICE DE L'ACTION :

Action construite avec un ou plusieurs partenaire(s) ? Oui Non

Si oui, nom du / des partenaire(s) :

Ville de Miramas	préciser : (cocher)	<input checked="" type="checkbox"/>	Co-conception	<input type="checkbox"/>	Coréalisation
		<input type="checkbox"/>			
		<input type="checkbox"/>			
		<input type="checkbox"/>			
		<input type="checkbox"/>			
		<input type="checkbox"/>			

LES MOYENS PRÉVUS :

Les moyens humains

**Statut des personnes
chargées de la réalisation
de l'action (cocher) :
& indiquer le nombre de
journées en ETP**

1	salarié(e)		agent de la fonction publique		prestataire
	<i>Nombre de journées en ETP</i>		<i>Nombre de journées en ETP</i>		<i>Nombre de journées en ETP</i>
	bénévole		autre (préciser) :		
	<i>Nombre de journées en ETP</i>		<i>Nombre de journées en ETP</i>		

Les moyens financiers

Coût global de l'action :

Aide financière demandée à la Cité éducative :

PROPOSE

E :
(cocher)

	Permettre la réalisation de l'action		Apporter une plus-value au projet initial (formation, nouveaux objectifs opérationnels...)
x	Étendre l'action à un public plus nombreux		Favoriser la mobilité
	Augmenter la fréquence de mise en œuvre		

DATE DE DÉPÔT :