



Projet d'équipements sportifs et de loisirs pour les résidents du FAM les Charmilles dans le parc de l'établissement

Porté par l'association FAMFAM, avec l'aide de professionnels du FAM.

L'établissement

Le Foyer d'Accueil Médicalisé (FAM) les Charmilles accueille des jeunes adultes porteurs de Troubles du Spectre Autistique (TSA) et qui présentent une faible autonomie. Cet établissement, situé à Malzéville, a ouvert ses portes en janvier 2013. Il est géré par l'association VAAMM¹.

Le FAM les Charmilles accueille 24 résidents en hébergement permanent (365 jours par an) et 6 résidents en accueil de jour. Le FAM est ainsi le lieu de vie permanent de la plupart de ces personnes. Il propose en journée à ses résidents des ateliers structurés et variés, destinés à développer leurs compétences cognitives et sensorielles, leur bien-être, et les aider à progresser dans la vie en société.



L'établissement dispose d'un vaste bâtiment principal (2500 m²) organisé sur 4 niveaux. Les deux premiers niveaux rassemblent des salles d'activité, la restauration, l'administration, tandis que les deux niveaux supérieurs sont réservés aux appartements : les 24 chambres individuelles et les 4 espaces communs. Enfin, un parc semi-arboré d'environ 1 ha de superficie entoure le bâtiment (voir la photo).

L'association Famfam les Charmilles

L'association FAMFAM (association des Familles et AMis des usagers du Foyer d'Accueil Médicalisé "Les Charmilles", n° d'agrément W543009337) a été créée en 2016, avec les objectifs de proposer et financer des activités de loisir dans l'établissement ou en dehors, ainsi que du

¹ Association Vivre avec l'Autisme en Meurthe et Moselle, partenaire d'Autisme-France



matériel et des équipements pour les loisirs et le bien-être des jeunes adultes accueillis aux Charmilles.

Depuis le début 2016, FAMFAM participe à la mise en place des "FamApéros", petites fêtes qui rassemblent une fois par mois, en soirée, les usagers et les professionnels des Charmilles autour d'un repas festif apprécié de tous, le plus souvent sur un thème.



Quelques images de repas conviviaux et de fêtes avec musique et danse

Nous avons aussi le souhait d'offrir à nos jeunes adultes un plus large éventail de loisirs en participant au financement, de façon coordonnée avec l'établissement, pour des repas au restaurant, des fêtes et animations, décorations, déguisements, jeux et livres, spectacles, rencontres sportives, sorties culturelles ou ludiques, séjours de vacances.

Au-delà de ces actions, l'association porte un projet ambitieux, celui de la construction d'un parcours ludique et sportif dans le parc des Charmilles. Il s'agit d'un projet ambitieux destiné tant aux loisirs, à la détente qu'à l'amélioration des capacités physiques, de concentration et d'initiative.

Nous avons conçu ce projet de **façon modulaire**, afin d'en faciliter le financement.

Pour plus d'informations, naviguer sur les sites internet :

- Le FAM les Charmilles : <https://fam.autisme54.com/index.php>
- L'association FAMFAM : <http://famfam.e-monsite.com/>

Les objectifs du projet

Le présent projet vise à installer dans le parc des Charmilles un ensemble d'agrès et pôles d'attraction pour les résidents du FAM.

Nous avons souhaité tout d'abord permettre aux résidents des Charmilles une meilleure appropriation des espaces extérieurs, qui présentent un fort potentiel, mais qui sont encore peu valorisés, alors que les sorties et pauses dans le parc sont fréquentes en toutes saisons. Nous souhaitons ainsi donner envie à ces jeunes adultes de profiter de l'extérieur, en les incitant à faire du sport et améliorer leur bien être en général.

Notre projet a été monté par l'association FAMFAM, en collaboration étroite avec une éducatrice sportive spécialisée, professionnelle formée à l'accompagnement des personnes porteuses de TSA et responsable des activités physiques et sportives de l'établissement. Nous avons croisé différents objectifs, détaillés plus loin et les contraintes techniques (coût, risques, partage de l'espace avec d'autres activités actuelles ou futures).

Si la composante ludique est un point essentiel de notre projet, l'acquisition et le développement de compétences cognitives et physiques nous a semblé particulièrement important à prendre en compte conjointement. Chez la personne avec autisme, le champ d'expérience spontanée est fortement réduit par le dysfonctionnement cérébral qu'entraîne ce handicap. Les activités sportives sont proposées aux résidents afin d'accroître ce champ d'expériences, moteur de progrès au niveau des apprentissages et de l'autonomie, ainsi que pour faciliter la communication et la relation aux autres.

Enfin, les activités sportives apportent le bien-être physique et ont un effet bénéfique sur les troubles du comportement si invalidants liés à leur handicap.

Ce que nous souhaitons développer chez les résidents au travers du projet :

- la conception de leur corps en interne (sensations, mouvements) et dans l'espace : leur positionnement entre eux et dans leur l'environnement, leur orientation spatiale, leur autonomie,
- la coordination en général, l'équilibre, la vitesse de réaction,
- le visuel et son ouverture : améliorer la vision centrale et périphérique, la coordination oculomotrice, l'anticipation, l'appréciation des distances,
- la socialisation : les règles à respecter pour soi, pour les autres, interagir avec l'autre, contre l'autre, etc.,
- améliorer leur autonomie et leur bien-être au travers du sport et du plein air (amélioration de l'image de soi).

Le choix des équipements a été guidé par le souhait d'offrir un maximum de diversité d'activités, prenant en compte les différences de capacité entre les personnes.



Réalisation du projet

En septembre 2018, nous avons réalisé la première tranche de notre projet. Ceci a été rendu possible grâce à plusieurs financements et subventions provenant :

- des fonds propres de notre association et d'une aide de l'établissement FAM ;
- de l'association Moncel Anim' ;
- de 3 communes : Malzéville, Nancy et Villers-lès-Nancy ;
- des Fonds ACEF pour la Solidarité ;
- des fondations FDJ et MMA

Les éléments suivants ayant été acquis et installés dans le parc en 2018 :



poutre double



parcours sensoriel « pieds nus »



suspension double à échelles



table de ping-pong d'extérieur



tonnelle et gradins en pierre

En 2019, le projet a pu être finalisé et aller au-delà de nos objectifs initiaux, grâce aux soutiens :

- des communes de Malzéville, Nancy et Laxou ;
- du Crédit Agricole de Lorraine ;
- des trois Rotary clubs Nancy-Stanislas, Nancy et Nancy-Ducale qui ont organisé un grand loto à notre profit (recette nette : 6 500 €) ;
- de l'Interclub Service, réunissant le Rotary, le Kiwanis, le Lions, le Soroptimist et Zonta ont organisé un grand concert à la salle Poirel de Nancy (avec une recette de 2 000€);
- de la société Moustache Bikes

Les fonds recueillis en 2019 ont permis d'équiper le parc du foyer avec :

► **Trois appareils de gymnastique d'extérieur** (fabricant : *FreeTness*)

Un vélo elliptique et un rameur, qui offrent travail cardiovasculaire et font travailler les bras et les jambes en même temps. En complément, un marcheur double, à la fois sportif et ludique, permet de mener l'activité à deux personnes en même temps.



Rameur



Vélo elliptique



Marcheur double

Les 3 appareils de fitness offerts par les Rotary clubs, maintenant installés dans le parc des Charmilles

► Un toboggan adapté (fabricant : *Kompan*)

Cet équipement à vocation ludique, est bien adapté au développement de la perception sensorielle des personnes autistes pour mieux repérer leur corps à l'interne. Différentes contraintes techniques ont été prises en compte : une largeur suffisante permettant d'être utilisé par des personnes adultes parfois « enveloppées », voire autorisant une utilisation par deux personnes en même temps, une longueur et une pente optimales.

Ce toboggan est installé dans une pente naturelle du parc pour une intégration harmonieuse dans le paysage. D'autre part, étant situé à proximité de l'entrée du Foyer, il est immédiatement accessible et facile à surveiller.



Le toboggan (Société Kompan) longueur 4 m, largeur 1 m

► Un terrain pour jeux de boules et de quilles

Un cadeau inespéré nous est arrivé du club Rotary Majorelle qui nous a offert le bénéfice d'une de leurs soirées dansantes.

Grâce à eux, nous avons pu compléter le financement d'un **grand terrain de pétanque**, qui sera utilisé avec toutes sortes jeux de boules et de quilles.

► Un parcours d'escalade horizontale

Cet élément a été installé dans le but de développer le champ visuel, la coordination œil/main/pied, l'équilibre, en plus du caractère ludique et sportif évident. Nous avons valorisé la face arrière d'un mur en béton vibré existant, équipé d'un filet de basket et situé sur un terrain de jeu cimenté. Nous y avons installé un ensemble de prises d'escalade amovibles,

permettant un parcours tant pour les petits que les grands gabarits.



Le terrain pour jeu de boules à proximité du parcours d'escalade horizontale

► Deux vélos électriques

L'établissement disposait de deux remorques de promenade attelées sur des vélos. Ces équipements étaient très peu utilisés, les moindres montées étant impossibles à franchir. L'**Interclub Service**, réunissant le Rotary, le Kiwanis, le Lions, le Soroptimist et Zonta, en partenariat avec la société « Moustaches Bikes », nous ont offert 2 magnifiques vélos électriques.



Un des deux vélos électriques de chez Moustache Bikes en pleine action



La petite réception avec nos sympathiques donateurs de l'Interclub Service

→ Le budget total du projet s'est monté à 30 800 €