



LA BICOQUE

Groupe d'Entraide Mutuelle
& Café culturel à Redon

RAPPORT MORAL, D'ACTIVITÉ, FINANCIER

**20
25**

SOMMAIRE

PARTIE 1 : LA BICOQUE 04

1.1 VISION, MISSIONS, VALEURS

1.2 LE PROJET ASSOCIATIF

1.3 L'ÉQUIPE

PARTIE 2 : L'ANNÉE 2025 A LA BICOQUE 08

2.1 TIMELINE

2.2 CHAMPS D'ACTION

PARTIE 3 : MOYENS HUMAINS ET FINANCIERS 11

3.1 LE BÉNÉVOLAT

3.2 BUDGET 2025 : RÉPARTITION DES RECETTES ET DES DÉPENSES

PARTIE 4 - PROJETS EN COURS ET À VENIR 13

4.1 LE QUARTIER DU TRIBUNAL ET LES TRAVAUX ANNONCÉS

4.2 UN CONTEXTE BUDGÉTAIRE EXIGEANT

4.3 FORMATION POUR LES BÉNÉVOLES

4.4 MISE EN PLACE DE 3 NOUVELLES COMMISSIONS

4.5 RÉFLEXIONS SUR LE TERRITOIRE

EDITO

Cinquième anniversaire pour la Bicoque. L'année 2025 a été vertueuse avec une augmentation de la fréquentation du café culturel, des ateliers de pairs à pairs avec le projet d'entraide mutuelle et la saison # 2 des Cantines Spéciales.

Les chiffres-clés de nos activités en 2025

- 190 adhérents à la Bicoque
- 54 adhérents contributeurs qui se retrouvent quotidiennement autour de l'entraide mutuelle
- 136 adhérents sympathisants au café culturel et aux cantines qui ont lieu tous les 3e jeudis de chaque mois
- Un investissement important de la Bicoque dans le réseau local. Nous sommes copilotes d'actions pour le contrat local de santé et membre du comité de pilotage du conseil local en santé mentale de Redon Agglomération.

Outillage sur les ressources humaines

- En 2025 la Bicoque a recruté sur son poste d'animatrice socio-culturelle Thiphaine Ruellan en contrat à durée indéterminée sur un 30 heures hebdomadaires.
- En novembre 2025 nous avons lancé une commission de recrutement pour le départ en congé maternité de Tiphaine Ruellan. Une commission qui a réuni les deux coprésidents élus : Marie-Gabrielle Jannot et Patrick Coyac, les 3 coprésidents co-optés, 2 alliés : Jean-Yves Barreyre, Roger Ruellan et pour l'équipe salariées sur le poste de coordination avec des délégations de l'équipe de direction : Céline Le Creff-Le Balc'h.
- En juin 2025 Sébastien Colin a validé son Diplôme d'Etat de la Jeunesse de l'Education Populaire et des Sports par la mise en place et la coordination des cantines spéciales pour la Bicoque. Nous le remercions.
- Accueil de deux stages courts : Hanna Bernier et Lou-Anne inspirées par le courant de psychothérapie institutionnelle.

Évolutions au sein de l'équipe et de la coprésidence

Nous profitons de cet éditto pour remercier Bruno Chevalier qui s'en est allé vers de nouvelles aventures et qui a démissionné de l'équipe de coprésidents en juillet 2025. 2 coprésidents élus pour assumer la gestion directe de la Bicoque et la fonction employeur, c'est peu. Quatre temps d'intelligence collective ont eu lieu pour communiquer et sensibiliser les adhérents contributeurs aux réalités du Groupe d'Entraide Mutuelle et mobiliser des bénévoles sur la coprésidence. C'est avec grand plaisir que nous avons accueilli la co-optation de 3 adhérents à la coprésidence.

Perspectives de cette année à venir

Les travaux dans le quartier du tribunal ne sont pas sans nous inquiéter. L'ampleur de la réhabilitation, les nuisances sonores et les enjeux de rénovations de la Bicoque vont être au cœur de nos préoccupations.

Malgré ces incertitudes, la Bicoque souhaite maintenir son projet associatif et son implication bénévole en modernisant son café culturel et la cuisine de la Bicoque. Nous espérons être un lieu ressource pour les habitants du territoire sur les questions de santé mentale et nous souhaitons le rester, aux côtés ou en complément d'un pôle de santé mentale soutenu, avec des moyens humains et financiers pour des soins de qualité.

La coprésidence de la Bicoque

PARTIE 1 : LA BICOQUE

1.1 VISION, MISSIONS, VALEURS



VISION

Vivre dans une société plus inclusive où chacun a sa place avec ses singularités, et participer aux parcours de rétablissement.

MISSIONS

- Rompre l'isolement et permettre aux personnes de reprendre confiance en elles et dans les autres.
- Militer et agir pour changer le regard sur la santé mentale.
- Être un espace de solidarité ouvert sur le territoire pour les habitants par l'existence du café culturel.
- Participer à la valorisation des pratiques culturelles, artistiques, amateurs et professionnelles.



VALEURS

- L'Entraide mutuelle : c'est par la rencontre avec d'autres, le soutien mutuel, l'énergie du faire ensemble que chacune et chacun peut trouver des pistes pour se sentir mieux.
- L'Optimisme : croire aux ressources et aux compétences des personnes.
- La Solidarité : œuvrer pour un réseau large et accessible à toutes et tous sans discriminations (habitants, partenaires...)
- La Créativité : pour continuer à se rencontrer.
- Le Respect : accueillir avec attention et sans jugement.

PARTIE 1 : LA BICOQUE

1.2 LE PROJET ASSOCIATIF



Temps de pairs à pairs

- Pairaidance* bénévole
- Ateliers-rencontres
- Réunions collectives
- Soutenir les compétences individuelles
- Développer les compétences collectives

**Définition de la pair-aidance :
"La pair-aidance, c'est s'appuyer
sur son expérience afin d'aider
d'autres personnes vivant des
situations comparables".*



Café Culturel / Cantines

- Ouverture aux habitants du territoire
- **MISSION N°3**
- Partages et rencontres
- Accès à la culture
- Accès à une alimentation locale, issue de l'agriculture biologique en partenariat avec le réseau des glaneurs du pays de Redon.



RESSOURCES

- Lieu de sensibilisation à la santé mentale
- Lieu de formation pour les bénévoles
- Implication pour le territoire (Comité Locale de santé mentale (CLSM) / Comité Local de santé (CLS) / Coresam (Communauté Mixte de Recherche) / Plan Territorial en Santé Mentale (PTSM) / COPAS / DAC'tiv / Cinéatique...)

1.3 L'ÉQUIPE

Les adhérents de la Bicoque

- 54 adhérents contributeurs qui se retrouvent sur des temps de pairs à pairs. Des temps de partage et d'entraide autour d'ateliers, de projets, d'actions et de temps conviviaux passés ensemble.
- 18 nouveaux adhérents.
- 31 personnes ont été accueillies lors d'un premier accueil pour les temps de pairs à pairs.

- Un âge moyen de 47 ans à la Bicoque. 13 adhérents contributeurs ont entre 20 et 45 ans, dont 8 d'entre-eux ont adhéré en 2025, ce qui explique la diminution de l'âge moyen.
- Une zone géographique qui s'est étendue. Du nord au sud : Tréal à Saint-Dolay (soit 44km), de l'ouest à l'est : Peillac à Pierrick (46km). La circonférence d'utilité de la Bicoque est de 144 km autour de Redon.

- De nouveaux bénévoles pour les ateliers : Louissette et Patricia pour la couture, Manuela pour la sophrologie, Sylvie pour les ateliers socio-esthétique, Odile sur le projet de réalisation photos - poésies et Sylvaine pour les lectures à voix haute.

Adhérents sympathisants

- 136 adhérents sympathisants qui fréquentent le café culturel et les cantines de la Bicoque, soit 52 adhérents de plus qu'en 2025 et 7 associations : Le groupement culturel breton et l'école de musique traditionnelle, l'association les eaux vives, l'association de monnaie locale : le galleco, association santé en sentier, le réseau des glaneurs du pays de Redon, Gwelt'Vo, le pôle de l'économie sociale et solidaire : la CADES.

- Des adhérents sympathisants issus majoritairement du territoire de Redon agglomération, qui fréquentent régulièrement la programmation culturelle de la Bicoque. Des « habitués » commencent à créer de l'histoire pour la Bicoque.

- Des sympathisants multiples : habitants, personnes directement concernées, professionnels, aidants... La Bicoque est le trait d'union pour ces rencontres.

L'équipe de la Bicoque

- **Coprésidence** : Marie-Gabrielle Jannot, Patrick Coyac, Bruno Chevalier (démission, juillet-2025), Sylvaine Héroguez, Valérie Puren et Jean-Yves Kergonna (co-optés, septembre-25). Les alliés, présents au conseil éthique et sur sollicitations des coprésidents : Rozenn Martinais, Baptiste Chesne, Jean-Yves Barreyre, Roger Ruellan.

- **Le représentant de l'association parraine** : Jean-Yves Mener.

- **Les animateurs d'ateliers et bénévoles pour le café culturel et la cantine** : Sylvaine Héroguez, Roger Ruellan, Manuela Bigot, Sylvie Chauvin, Patricia Saugoux, Louissette Legendre, Odile Decayeux, Michel Dugue, Nora Messaoud, Alain Le Bâcle, Danielle Burban, Jacqueline Redureau, Franck Gravouelle, Thibault Moy, François Lenevanen, Céline Russon, Gabriel Masson, Maia Marsac, Vincent Guellier, Claudine Bernier, Pascal Bourmaud, Metin Tarin.

- **L'équipe des salariées** : Tiphaine Ruellan animatrice, Céline Le Creff-Le Balc'h coordinatrice avec des délégations de l'équipe de direction.

PARTIE 2 : L'ANNÉE 2025 A LA BICOQUE

2.1 TIMELINE



Février

20 ans de l'existence
des GEM



Avril

Vélo école



Juin

Après-midi plénière
du Conseil Local de
Santé Mentale sur le
rétablissement



Août

Lecture à l'EHPAD
les Mariniers
par le groupe lectures
à voix hautes



Octobre

Concert de la Bogue



Décembre

Le 24 décembre
au Cinémanivel
Le 31 décembre
à la Bicoque

Janvier

Cantine spéciale # 2



Mars

Printemps des
poètes « poésie
volcanique »



Mai

Visite des cafés du territoire
par la commission café
culture



Juillet

Les 5 ans de la
Bicoque



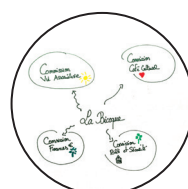
Septembre

Vacances à
Locmariaquer, dans le
golfe du morbihan



Novembre

Création
de 3 nouvelles
commissions à la
réunion des adhérents



2.2 CHAMPS D'ACTION

• Temps de pairs à pairs

12 ateliers-rencontres animés par des bénévoles du lundi au vendredi dont deux avec des prestataires : l'office territorial des sports, l'association Anatole et l'association Où Hibou niche.

• **3 projets et actions sur le territoire** : les lectures à voix hautes à l'EHPAD des Charmilles et des Mariniers, la participation du groupe des écrivains aux printemps des poètes et aux Mystériaux, la création d'une exposition photographique et poétique.

• **260 jours d'ouverture** pour la Bicoque par des bénévoles adhérents ou l'équipe des salariées.

• **Nature des ateliers-rencontres** : sport adapté, l'atelier d'écriture, des rendez-vous autour de la civilisation bretonne, des temps de lectures à voix hautes, la sophrologie, la socio-esthétique, des ateliers chants, des temps de partage autour de la fibromyalgie, de la marche, du vélo, de la cuisine et des repas partagés et l'atelier artistique.

• **7 adhérents participant à 1 Vélo-école** avec la SIC la Sonnette de janvier à septembre 2025, 1 journée vélo-train pour permettre l'accessibilité aux mobilités douces.

• **Des temps café** de 13h30 à 14h30 et des échanges riches. Création d'une instance et d'une pratique de régulation qui peut être saisie par les adhérents, les salariés et alliés de la Bicoque.

• **Des échanges liés à l'accueil à la Bicoque**, aux moyens dont le collectif dispose.

• **Les modalités d'accueil** : un temps de rencontre est proposé avec 1 bénévole adhérent formé à l'accueil et 1 salarié.

Café Culturel / Cantines

- 43 cafés culturels et cantines pour cette année 2025
- 33 cafés culturels : 11 concerts, 5 chorales et chœurs ouverts, 7 ateliers, 6 soirées jeux, 2 contes-spectacles et 2 conférences gesticulées.
- 18 rémunérations d'intermittence et prestations associatives.
- 915 personnes ont fréquenté le café culturel et sa programmation culturelle.
- 10 cantines : 409 personnes ont mangé à la Bicoque.
- 4 cantines spéciales #saison 2 : 148 participants. Les cantines spéciales mettent en avant des pratiques innovantes et/ou émergentes en santé mentale en partant des personnes directement concernées.
- Accueil de l'éveil musical pour les 3-5 ans et des cours de chants individuels de l'école musique traditionnelles tous les mercredis de 15h à 17 h.
- Accueil d'une classe de 3ème du Cleu.
- Participation des élèves de clarinette du conservatoire.
- 2 partenariats avec l'association les Marsoins.



Ressources

- 1324 personnes soit 2% de la population de Redon agglomération, sensibilisées aux enjeux de santé mentale.
- 3 événements organisés à la Bicoque dans le cadre de la Semaine d'Information en Santé Mentale.
- Contributions à des webinaires, ressources, groupes de travail partenariaux (Comité Local de Santé Mentale, Comité Local de santé (CLS), Plan Territorial de Santé Mentale, Dispositif d'Appui à la Coordination de Redon, Coordination des Professionnels du Territoire de Santé de Redon agglomération).
- Membre de la Communauté Mixte de Recherche en Santé Mentale.
- Focus sur le clap vidéo Le pouvoir d'agir des GEM : les Groupes d'Entraide Mutuelle tissent chaque jour des liens humains essentiels au cœur de leur commune. Découvrez le reportage vidéo réalisé à la Bicoque par la FIRAH (Fondation Internationale de la Recherche Appliquée sur le Handicap)
- Membre de la Fédération InterGEM, et du Comité régional InterGEM.

PARTIE 3 : MOYENS HUMAINS ET FINANCIERS

3.1 LE BÉNÉVOLAT

Les ressources bénévoles indispensables

- 40 réunions de coprésidence de 2h.
- 4 conseils éthiques avec les coprésidents, l'équipe salariées, 4 alliés : Rozenn Martinais, Jean-Yves Barreyre, Baptiste Chéné et Roger Ruellan, 1 représentant de l'association parraine l'Union National des Amis et Famille des personnes directement concernées, M Mener.
- 1 commission de recrutement avec 5 coprésidents et 2 alliés.
- 10 commissions café culturel de 2h avec en moyenne 6 adhérents sympathisants.
- 7 bénévoles pour le café culturel dont 1 bénévole régulière pour la préparation du café.
- 12 animateurs bénévoles.
- 1 équipe cantine de 13 bénévoles en moyenne.
- Ouverture de la Bicoque en gestion directe.

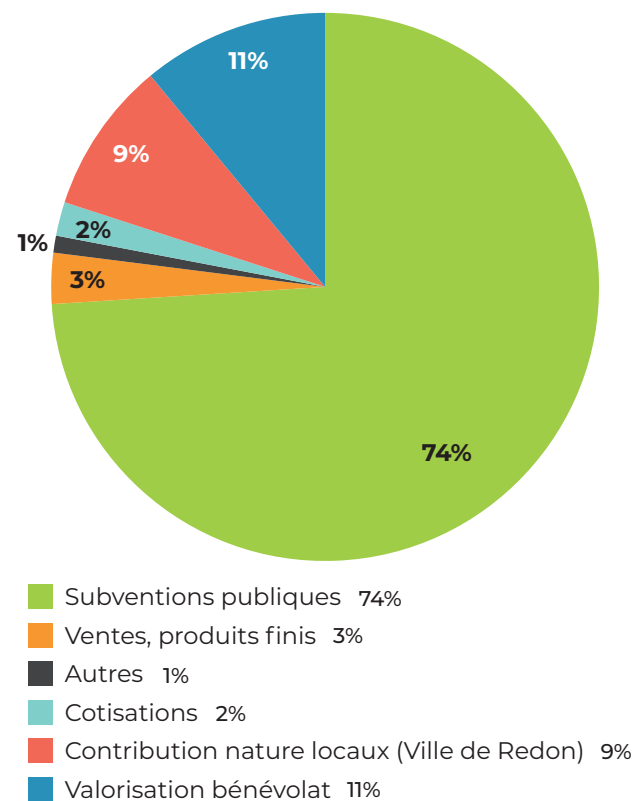
> 1692h de bénévolat soit 21150€, l'équivalence d'un temps plein salarié. Il s'agit d'un chiffrage au plus bas. Le temps bénévole est calculé sur le salaire minimum.

La coprésidence de la Bicoque

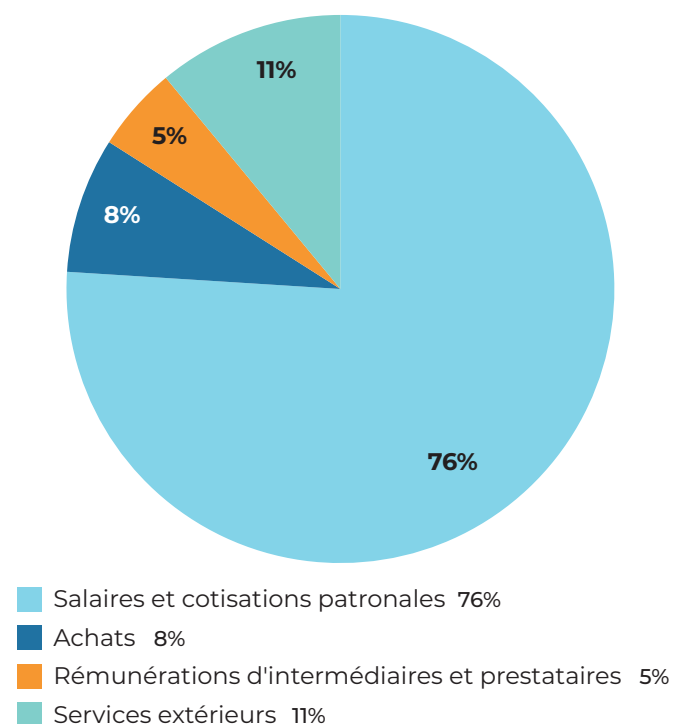
Depuis septembre 2025, 3 coprésidents co-optés ont rejoint l'équipe : Sylvaine Héroguez, Jean-Yves Kergonna et Valérie Puren. Bienvenue à eux.

3.2 BUDGET 2025 : RÉPARTITION DES RECETTES ET DES DÉPENSES

RECETTES



DÉPENSES



PARTIE 4 : PROJETS EN COURS ET À VENIR

En 2026, malgré un contexte nébuleux, la Bicoque souhaite continuer la mise en œuvre de son projet associatif.

4.1 L'incertitude des locaux et les travaux annoncés pour le quartier du Tribunal

La Bicoque a un bail pour les locaux au 1 rue du tribunal jusque septembre 2026. Sur cette même période, des travaux importants de réhabilitation vont débuter pour le quartier du tribunal. La Bicoque se projette pour une durée optimiste de 4 années entourées de travaux. Quels leviers pour nous ? Les volumes sonores seront-ils acceptables ? La Bicoque sera-t-elle identifiable pour le territoire ? Quelles vont être les répercussions ?

Les incertitudes sont de taille. La coprésidence en lien avec les adhérents s'est mobilisée à plusieurs reprises auprès de la municipalité afin d'appréhender au mieux ce contexte de changement.

A ce jour, plusieurs hypothèses sont envisagées et travaillées via la commissions vie associative et la commission sécurité et bâti.

4.2. Un contexte budgétaire exigeant

L'agence régionale de santé Bretagne contractualise sur plusieurs années avec la Bicoque (2026-27-28) en réponse au cahier des charges. Elle passe d'une dotation annuelle à une mensualisation de la subvention avec des « contraintes » de gestion qui alourdissent le temps dédié à la gestion financière et comptable.

4.3 Développer l'accès à la formation pour les bénévoles

L'engagement bénévole est conséquent à la Bicoque. Dans un contexte où les solidarités et les inégalités sociales s'accroissent, la Bicoque doit continuer à exister pour ses adhérents et les habitants du territoire.

Pour 2026, nous souhaitons permettre l'accès à la formation pour les adhérents contributeurs avec :

- Une formation premiers secours citoyen.
- Une formation premiers secours en santé mentale.
- Une formation sur la facilitation graphique.

4.4 Une gouvernance plus partagée avec la mise en place de 3 nouvelles commissions

La Bicoque met en œuvre un projet associatif exigeant et fédérateur. La gouvernance associative ne peut pas fonctionner uniquement sur l'élection de coprésidents une fois dans l'année.

La coprésidence assume certes les responsabilités associatives et employeurs, elle s'appuie également sur l'engagement, l'implication, les compétences de ses adhérents via 4 commissions :

- La commission café culturel existe depuis 2020 et a en charge le café culturel et sa programmation.
- La commission vie associative a en charge l'accueil, la charte de la Bicoque, les plaquettes de présentation, le site internet et tout ce qui se présente à la vie d'un collectif.
- La commission finances a en charge le suivi du budget, des caisses mensuelles.
- La commission bâti et sécurité met au travail l'enjeu du quartier avec la coprésidence,. Elle forme les bénévoles à l'ouverture de la Bicoque, elle assure une veille du bâtiment et la sécurité des personnes (normes ERP6, exercice d'évacuation incendie).

4.5 Réflexions avec les adhérents pour le territoire

La Bicoque s'appuie sur le savoir acquis par l'expérience et sur les relations de pairité pour répondre aux besoins des personnes et penser des réponses adaptées.

Plusieurs axes de développement et d'actions sont évoqués : logement et santé mentale, accès aux soins et pratiques de soins en santé mentale et le soutien aux pratiques d'entraide.

En 2025, la Bicoque a reçu le soutien de



CONTACT

09 75 48 12 83

1 rue du Tribunal 35600 Redon

contact@labicoqueredon.fr

www.labicoqueredon.fr



Réalisé par LILABOX



LA BICOQUE

Groupe d'Entraide Mutuelle
& Café culturel à Redon