

Rapport d'activité 2023

LA PAUSE BRINDILLE

Le réseau des jeunes aidant.e.s

Sommaire

Rapport moral page 3

Introduction page 5

Les temps forts de l'année page 6

Retour sur nos actions 2023

Sensibiliser page 8

Libérer la parole page 17

Soutenir page 22

Faire communauté page 32

Rapport financier page 37

Nos soutiens page 40

Perspectives 2024 page 42

Notre manifeste page 43

Chères adhérentes, chers adhérents, bien chers amis de La pause Brindille

En prenant la parole en tant que présidente de cette belle association, je suis habitée par un profond sentiment de fierté et une grande conscience des responsabilités qui nous incombent. Notre mission est aussi noble qu'essentielle : être un phare pour les jeunes qui soutiennent leurs proches, trop souvent relégués dans l'ombre par les circonstances de la vie.

Cette mission était celle qu'Hélène Charbonnier, administratrice dévouée de notre association, portait avec détermination et humilité. Ancienne jeune aidante, Hélène s'était jointe à nous dès nos débuts, mue par une volonté farouche de s'engager pour que les jeunes d'aujourd'hui ne se sentent plus seuls.
Elle incarnait l'esprit de La Pause Brindille : discrète mais fiable, toujours présente, avec un sourire qui apportait de la lumière dans les moments les plus difficiles. Hélène nous a quittés l'été dernier. À notre douleur se mêle notre respect pour son parcours de vie, notre reconnaissance pour sa présence à nos côtés et notre promesse sans faille de continuer ce combat partagé.

Cette année dense a été jalonnée de défis mais aussi de nombreuses réussites, qui témoignent de notre capacité à surmonter les obstacles et à générer des perspectives positives pour notre jeunesse. Ensemble, nous avons franchi des étapes clés, avec l'ambition d'éveiller les consciences, de donner la parole, de fournir un soutien adapté et de forger une communauté forte et inclusive.

En 2023, les administrateurs, salariés et bénévoles se sont consacrés de façon audacieuse et ambitieuse à développer de nouvelles activités, à repenser le cadre de nos interventions pour projeter l'avenir de La Pause Brindille et amplifier notre action et notre impact. Les premières Rencontres de la Jeunesse Aidante ne sont qu'un exemple parmi les nombreuses actions portées cette année, mais elles témoignent de notre quête d'innovation et de partage, de notre façon de traduire en actes notre plaidoyer-manifeste, nourri par nos valeurs et porté par la dynamique de notre communauté.

rapport moral

Cette année, nous avons également fait le choix délibéré de ne laisser personne de côté, en adoptant une approche proactive pour aller à la rencontre des jeunes là où ils se trouvent : sur les réseaux, dans les établissements scolaires, accueillis par l'éducation populaire ou suivis par les structures d'insertion et d'accompagnement social.

Et c'est grâce à tous les alliés et partenaires qui nous suivent aujourd'hui dans notre vision et nos expérimentations, que ce soit sur le terrain ou par leur soutien opérationnel ou financier, que nous avons pu ouvrir tant de portes et avancer si vite vers la mise en place de solutions concrètes, dans un souci de simplicité et d'efficacité.

Ensemble, nous déconstruisons le stéréotype des jeunes aidants « héros » ou « victimes » et les reconnaissons pour ce qu'ils sont : des individus en construction, avec des droits, des rêves et des ambitions propres.

Je tiens à exprimer ma gratitude la plus sincère à tous ceux qui ont contribué à ces réalisations extraordinaires et qui nous ont apporté leur soutien indéfectible pour répondre aux besoins de la jeunesse aidante, dans sa diversité et la pluralité de ses besoins.

Nous espérons vous retrouver nombreux lors du retour tant attendu de notre Tribu Brindille Festival en juillet 2024, un événement éclatant de vie, qui mettra pour un jour de côté toutes les tristesses et promet, une fois encore, d'être riche en émotions, en rires et en partages mémorables.

Ancienne jeune aidante moi-même, comme grand nombre de mes collègues administrateurs, je tiens à exprimer une nouvelle fois ma profonde gratitude pour le soutien constant dont nous bénéficions pour construire cette histoire, ainsi que le dévouement et l'enthousiasme de toute la Tribu Brindille.

Avec ma sincère reconnaissance et une volonté inébranlable,



Laëtitia Kouadria, présidente de La pause Brindille

Intro-duction

La pause Brindille a confirmé en 2023 son rôle de laboratoire d'innovations sociales pour répondre aux besoins non couverts des jeunes en situation d'aide précoce et créer de nouvelles actions de soutien là où ils se trouvent : dans les établissements scolaires, sur les réseaux, auprès des structures d'insertion…

L'association se professionnalise et formalise ses outils. Elle nourrit ainsi sa réflexion sur l'essaimage et le passage à l'échelle. L'impact social est suivi avec précision en interne afin d'itérer, si nécessaire, les expérimentations en cours et confirmer leur pertinence, dans un équilibre coûts/résultats.

L'architecture de notre développement est guidée par nos 4 axes : Sensibiliser, Libérer la parole, Soutenir et Faire communauté. Notre proposition « phygitale » – moitié physique, moitié digitale - en assure également la cohérence et la complémentarité.

Le travail réalisé en 2023 par le Conseil d'Administration pour la rédaction du Manifeste de La pause Brindille a permis d'affirmer nos valeurs et de dessiner précisément les contours de notre engagement et de nos vigilances envers les jeunes qui soutiennent, afin de prévenir leur isolement, de maintenir leur égalité des chances et de soutenir leur santé mentale.

Nous portons haut le respect de la pluralité des situations de vie afin de participer à construire, en coopération, une diversité de solutions.
Merci à toutes celles et ceux qui rendent cela possible : la team Brindille, les bénévoles et membres du Conseil d'Administration, les financeurs, les prestataires engagés et tous les sympathisants de La pause Brindille, mais surtout les jeunes et les familles qui nous font confiance au quotidien.



Les temps forts

Février

Delphine Lacroix rejoint l'équipe comme Responsable financière / RH pour accompagner le développement de l'association.

Avril

Sébastien Coraboeuf, qui porte le sujet des jeunes aidants depuis 2014, rejoint le Conseil d'Administration de La pause Brindille.

Mars

Salle comble au cinéma Comoedia pour notre second Ciné-débat autour du film « Normale ».

Juin

Début de la collaboration avec l'agence de communication IDETOP.





de 2023



Juillet

Tribu Brindille Day pour faire patienter les jeunes entre deux festivals !

Août

Participation de La pause Brindille au 2ème Symposium sur les jeunes aidants au Canada.

Septembre

Lancement des actions « Ambassade » et « Ambassadeurs » Brindille.

Octobre

Premières « Rencontres de la Jeunesse Aidante ».





Décembre

On pose nos cartons, enfin !!!





Sensibiliser

Sensibiliser, pour donner à découvrir

Depuis 2020, La pause Brindille mène une large campagne de sensibilisation sur la thématique des jeunes aidants, dans le but d'informer la société sur ce sujet, de permettre aux jeunes concernés de se reconnaître dans cette situation et aux adultes qui les fréquentent au quotidien, de les identifier pour les considérer dans leur vécu à part… et leur proposer du soutien si nécessaire.

En 2023, nous avons donc intensifié et élargi nos actions de sensibilisation, que ce soit en présentiel, sur la région Auvergne-Rhône-Alpes, ou au niveau national grâce au digital. Jeunes comme adultes, prescripteurs comme décideurs politiques : chacun peut porter ce sujet et faciliter ainsi l'émergence de solutions de soutien pertinentes et adaptées aux besoins qui se font jour.

La rencontre directe avec les jeunes

La pause Brindille axe prioritairement sa sensibilisation en direction de tous les jeunes, pour faciliter l'auto-identification. Cette année, nous avons ainsi augmenté nos interventions directement dans les établissements scolaires, les structures d'éducation populaire et d'accompagnement de la jeunesse.

Nos interventions sont multiples et s'adaptent aux besoins des structures qui nous accueillent : ateliers, stands, permanences pour assurer une présence régulière au sein de ces structures. La pause brindille s'adapte aux demandes.

Un très grand merci aux établissements de la Métropole de Lyon et du Rhône qui nous ont accueillis et qui ont totalement conscience des difficultés de leurs élèves concernés : à la SEPR à Lyon, au lycée Camus-Sermenaz de Rillieux-La-Pape, à l'Institut Carrel, au lycée Edouard Branly, au lycée Saint Louis Saint Bruno à Lyon, au Collège du Tonkin à Villeurbanne… et bien d'autres !

En bref

- 60 ateliers de sensibilisation réalisés
- 25 stands de sensibilisation réalisés
- + de 30 partenaires au sein de l'Éducation Nationale
- 1 900 jeunes sensibilisés en présentiel



Satisfaction et identification

Mesure basée sur la collecte de plus de 750 retours directs :

96%
des jeunes participant à l'atelier l'ont apprécié

98%
des participants ont compris ce qu'est un jeune aidant à l'issue des ateliers

59%
des participants connaissent des jeunes aidants

41%
sont (ou ont été) jeunes aidants



Coopérer avec les acteurs de la jeunesse et du soin

À La pause Brindille, nous sommes persuadés que chacun peut s'engager sur cette thématique, en identifiant les jeunes concernés dans sa structure, en proposant considération, écoute et soutien, en diffusant l'information sur nos actions.
Comme le conseille Saul Becker, porteur du sujet depuis plus de 20 ans en Angleterre, nous cherchons nos alliés sur le terrain pour ouvrir la voie et convaincre par l'exemple et les résultats.

Ce souhait de coopération, qui fait partie de nos valeurs profondes, s'est concrétisé cette année par 150 nouvelles rencontres partenariales, dont de nombreuses sensibilisations d'équipe et l'enrichissement d'un réseau aujourd'hui extrêmement diversifié : CPE, conseillers d'insertion, cadres de service hospitalier, éducateurs spécialisés, assistantes sociales scolaires, infirmiers et infirmières ...

- 150 lieux diffusent à ce jour notre documentation pour les jeunes.
- 17 stands se sont tenus lors d'événements organisés par nos partenaires.
- Notre second ciné-débat, organisé en partenariat avec le cinéma Comoedia a fait salle comble : plus de 250 spectateurs pour l'avant-première du film « Normale » d'Olivier Babinet, en présence du réalisateur et des deux acteurs principaux, Justine Lacroix et Benoit Poelvoorde.



Le lien avec nos différentes parties prenantes reste fort grâce à l'engagement de l'équipe qui donne à lire chaque mois nos avancées et les actions à venir **dans trois newsletters ciblées :**

- Une à nos partenaires.
- Une aux jeunes aidants, comprenant les dates des évènements à venir.
- Une à l'ensemble de nos contacts, pour les informer de notre calendrier et de nos actualités mensuelles.

Notre liste de diffusion compte 1 676 personnes, dont 230 jeunes aidants, contre 130 jeunes aidants en 2022.



Focus sur

Les Rencontres de la Jeunesse aidante !

Évènement majeur de l'année 2023, les Rencontres de la Jeunesse Aidante se sont tenues le mardi 3 octobre, dans le cadre de la Semaine nationale des aidants organisée par le Collectif Je t'aide, dont La pause Brindille est membre.



L'organisation plateforme numérique et accès au lien de connexion , FACILE et STRUCTURÉE.
Participant aux Rencontres

Les objectifs de cet événement étaient de :

- Rendre visibles les jeunes aidant-es, diffuser leurs histoires de vie ;
- Sensibiliser les institutionnels et représentants politiques aux enjeux de la jeunesse aidante ;
- Sensibiliser les professionnels du réseau santé / social / éducation / jeunesse et le grand public ;
- Permettre une meilleure prise en compte des spécificités et des difficultés des jeunes concernés.



Après un dialogue introductif « Jeunes aidants : de l'indicible à la mise en politique publique », deux tables-rondes ont été proposées : « Quelles paroles recueillies pour quels enjeux ? » et « Livre, cinéma, podcast, stand-up...Partager son expérience de jeune aidant-e », puis une conclusion sous forme de slam improvisé.
La journée s'est terminée avec le spectacle de Sophie Belvisi « Alzhei'mère ».

L'évènement a réuni 150 personnes.

C'était très appréciable de suivre les rencontres à distance. Même si je rencontre des aidants dans ma pratique professionnelle, s'axer sur les jeunes aidants et leurs ressentis était très riche, formateur, bousculant. Cela va forcément changer ma pratique. Merci pour tout.
Participant aux Rencontres

Les points forts

- Évènement phygital, avec retransmission par dispositif de visio professionnelle
- Préparation amont et animation par une journaliste
- Nombreux témoignages de jeunes et anciens jeunes aidants
- Variété des propositions : tables rondes et propositions artistiques
- Rayonnement national
- 96% d'évolution de la connaissance du sujet chez les participants, pourtant déjà sensibilisés
- Nombreuses interactions avec le public en salle/par tchat
- Forte satisfaction des participants

J'ai trouvé la technique impeccablement réalisée (image/son, interaction en visio) et les interventions de grande qualité, bravo !
Participant aux Rencontres



Une fierté aussi pour nos bénévoles !

Magnifique cet événement ! L'animation fluide, agréable et tellement pro de Maryline, les clés et éclairages apportés par les deux tables rondes, l'émotion procurée par les témoignages et le slam, impossible de savoir ce que j'ai préféré ! Le côté technique était aussi hyper bien cadré et sans failles, vraiment bravo à toutes et tous. Ça a été un plaisir d'en faire partie. Vivement la 2ème édition car il y a encore tellement à dire.
Le plus gros défi à relever c'est de mobiliser beaucoup plus de participants, et vous pourrez compter sur moi.
Alice, bénévole de La pause Brindille



Focus

Hélène Davtian

Docteure en psychologie, chargée de projet jeunes à l'UNAFAM.

« C'est le souci d'aller vers, de tendre une main, de prêter attention qui me touche particulièrement dans le travail de La pause Brindille. Ce souci s'appuie sur les expériences personnelles et assumées d'anciens jeunes aidants, membres du Conseil d'Administration. Ce travail de transmission d'une génération de jeunes aidants à une autre, fait que La pause Brindille trouve le ton juste, car elle reconnait la contribution de ces jeunes mais elle connait aussi les limites qui, une fois franchies, peuvent avoir des effets délétères, sur leur santé physique et mentale, sur leurs apprentissages, sur l'égalité des chances.
Sa force c'est de savoir qu'un besoin d'aide ne se transforme pas toujours en demande d'aide, surtout quand on a grandi en développant une sur-vigilance pour son proche et une sous-vigilance pour soi-même. Retrouver un équilibre entre le souci de l'autre et le souci de soi, c'est ce que permet le travail de La pause Brindille ».



Les innovations 2023

A La pause Brindille, on teste et on améliore chaque année de nouveaux formats de sensibilisation, pour mieux faire avancer le sujet.

En cela, 2023 a été une année essentielle !

Les webinaires mensuels

Depuis octobre 2023, nous mettons en place des webinaires mensuels de sensibilisation, communiqués via LinkedIn.
Il s'agit d'un temps de présentation en visio qui permet à chacun d'approfondir rapidement le sujet des jeunes aidants et les différentes actions mises en place par La pause brindille pour y répondre.
15 personnes (ou structures) y participent en moyenne. Un questionnaire est adressé ensuite de façon systématique aux participants qui permet de mesurer la progression de la connaissance du sujet et de l'identification des jeunes aidants, mais également si nos actions répondent aux besoins des structures elles-mêmes.

À 100 %, ce sont des personnes déjà intéressées par le sujet, qui identifient à 84 % des jeunes aidants autour d'eux.
100 % qualifient les actions de La pause Brindille de « utiles et importantes » et se disent prêts à les relayer.



Le projet «Ambassadeurs» :
Coopérer pour sensibiliser au national

Afin de maximiser notre impact et de toucher d'autres territoires, portés par l'idée que chacun peut faire avancer le sujet et ainsi être acteur du soutien pour les jeunes aidant-es, nous avons lancé en **septembre 2023 le mouvement des Ambassadeurs !**

Ce projet est notamment réalisé en partenariat avec le programme « Solidarités Aidants » de l'association Unis-Cité : depuis octobre, nous formons et outillons les volontaires Unis-Cité pour qu'ils soient en capacité de sensibiliser eux-mêmes, au national, et de diffuser les actions de La pause Brindille.

Outils et formations

- Réalisation de **trois vidéos en motion design** : « Présentation de La pause Brindille », « Qu'est-ce qu'un jeune aidant ? » et « Sensibiliser à son échelle ».
- Mise à dispositon d'un **Kit dédié** aux Ambassadeurs avec livret, visuels, vidéos, post types.
- **7 sessions de formation** des chargés de projet « Solidarité aidants » de l'association Unis-Cité réalisées en 2023 ;
- **+ de 200 Ambassadeurs Brindilles** formés partout en France en 2023, en partenariat avec Unis-Cité ;





Libérer la parole

Donner à voir et à entendre

Un des axes forts de l'action de La pause Brindille est de donner la parole à celles et ceux qui vivent cette vie différente et sont malgré eux les « experts d'usage » de cette thématique.

Pour autant leur discrétion constitue un obstacle à l'émergence du sujet : ils minimisent souvent leurs difficultés, par crainte de ne pas être légitimes, par pudeur ou parce qu'il n'existe pas encore suffisamment d'espaces de parole où ils pourront réellement être « entendus »

« écoutez-les, ils comprendront qu'ils ont des choses à dire… »

La pause Brindille utilise depuis ses débuts le témoignage comme base de sa pair-aidance. Il constitue un outil privilégié pour faire avancer ce sujet en vérité, présenter des situations de vies différentes, dessiner les contours larges de ce terme qui reste peu évocateur, tout particulièrement pour les jeunes concernés.

Quand on est concerné, écouter d'autres jeunes évoquer leur vie, leurs difficultés, leurs fiertés et leurs émotions mêlées permet de mieux appréhender ce que l'on vit soi-même. Passer par l'autre pour reconnaitre et comprendre ce qui se passe en soi.

La libération progressive de la parole est donc un axe majeur de l'association, qui irrigue chacune des actions mises en place.

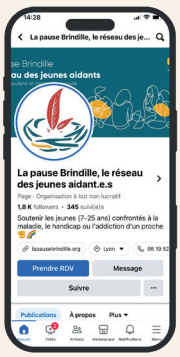
La parole sur les réseaux

Au 31 décembre 2023, notre communauté digitale comptait 23 200 abonné.es !

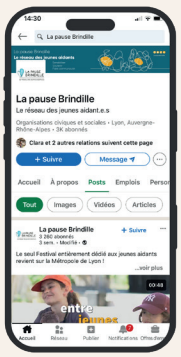
À travers les réseaux sociaux, nous souhaitons sensibiliser au maximum les jeunes concernés directement, mais aussi leurs amis, frères, sœurs, voisins, cousins, parents, les professionnels qui les entourent, etc.

Cette sensibilisation grand public favorise le repérage et la reconnaissance des jeunes aidants, tout autant que l'auto-identification.

La pause brindille diffuse donc ses contenus vidéos/audios, sur LinkedIn, Facebook, Instagram, Youtube et Tik-Tok pour s'adapter aux usages de chacun.









«Ma Parole» Saison 2

Mini-série de témoignages vidéo

En 2023, nous avons réalisé notre deuxième saison de vidéos témoignages “Ma Parole”, comprenant au total 10 témoignages de jeunes aidants et d’anciens aidants.



Ces récits et leurs extraits ont été diffusés sur Youtube et sur nos différents réseaux sociaux et ont totalisé **1 146 862 vues** !
Ces partages créent un sentiment de connexion et de compréhension partagée.

«Bien Cachés»

Le premier podcast des enfants aidants (7-13 ans)

Suite à la première saison de « Ma parole », nous souhaitions proposer un nouveau format qui préserve l’anonymat des enfants et ne diffuse pas leur image sur les réseaux sociaux.
Nous avons donc choisi de proposer en podcast les témoignages de ces très jeunes aidants, souvent «Bien cachés» au sein de familles confrontées à des défis tels que le handicap, la maladie et l’addiction.
Parfois, c’est dans ce qui n’est pas dit, dans ce qui est tu, que l’on entend plus encore la réalité du vécu.

Ces dix épisodes ont totalisé plus de 2500 écoutes sur un public extrêmement diversifié, trouvant un écho au-delà des frontières.



Focus

Suzanne Arlabosse

Réalisatrice du podcast «Bien cachés»

« Il a été difficile de trouver des jeunes témoins pour le podcast. Le jeune âge des enfants impliquait en effet nécessairement un engagement des parents dans le projet. Or, même si les enfants étaient d'accord et demandeurs, les parents se trouvaient en difficulté pour répondre positivement à cette demande, dans un malaise pour accepter de laisser leurs enfants témoigner, sans filtre, de situations de vie difficiles, à une intimité douloureuse liée au tabou du handicap, de la maladie, de l'addiction.

Est-ce ainsi une consigne inconsciente donnée aux enfants de se taire, de dissimuler les difficultés de leur famille, ou une déconsidération de la charge inhérente à leur rôle de jeune aidant ? »





Ces questionnements qui restaient en suspend à la fin de la série nous ont donné envie de retourner voir les parents des jeunes témoins, après l'écoute des témoignages, pour un épisode « bonus », qui sortira en 2024.

La parole dans la presse

La pause Brindille a mené en 2023 une campagne presse significative, en particulier pour les **Rencontres de la Jeunesse Aidante** en lien avec la Semaine Nationale des Aidants.

Toujours dans notre souci de porter avant tout la parole des jeunes concernés, nous incitons fortement les journalistes à les rencontrer pour mettre en lumière ce sujet, en vérité.

Portrait Julie, bénévole «témoin»

« J'ai 25 ans et je suis jeune aidante de ma petite sœur, Laura, 19 ans atteinte d'épilepsie pharmaco-résistante depuis ses 13 mois.
Depuis ma participation au Tribu Brindille Festival, j'ai voulu m'engager afin de montrer aux jeunes aidants qu'ils ne sont pas seuls, qu'ils sont précieux et que La pause Brindille peut-être la main tendue dont ils ont besoin.
Cette année, j'ai témoigné dans un podcast, participé à des conférences, répondu à des journalistes… Un reportage a été tourné chez moi et dans mon entreprise, qui a permis de libérer la parole sur le handicap et l'aidance.
C'était très important pour moi de pouvoir mener ces projets jusqu'au bout : j'ai l'impression d'avoir laissé un peu du poids qui pèse sur mes épaules dans chaque projet, je me sens un peu plus légère ! »


Sa sœur décède d'un cancer : à 13 ans Emy se retrouve jeune aidante

Le Progrès Lyon
3 octobre 2023



Le **12**45 sur **M6**
9 octobre 2023
«Rencontres de la Jeunesse Aidante»




Société
La Pause Brindille, un répit pour les jeunes aidants

Le Figaro
3 mars 2023


Soutenir

Accompagner au quotidien les jeunes aidant-es.

Isolement, peur du jugement et du regard des autres, harcèlement scolaire, angoisses pour l'avenir, période de dépression, difficultés d'accès aux études ou à un premier emploi choisi, maintien du lien social ...

Les impacts que nous constatons quotidiennement sur la santé mentale, le parcours éducatif et l'insertion sociale des jeunes que nous côtoyons nous engagent à développer et diversifier les modalités de soutien apportées.

Nombre de ces jeunes subissent une vraie perte de chances, tout particulièrement chez ceux qui cumulent déjà précarité sociale et difficultés de santé d'un ou plusieurs proche.s à accompagner.

Les actions de soutien de la pause Brindille se veulent donc plurielles : l'écoute active et la considération de leur vécu, le soutien du groupe et de la communauté, la réunion des acteurs concernés permettent la co-construction de solutions adaptées et/ou la réorientation si nécessaire.

Brind'Ecoute
L'oreille des jeunes aidants

Service historique de La pause Brindille lancé en 2021, en période de crise sanitaire, Brind'Ecoute est accessible sur l'ensemble du territoire national, par appel, sms et via un tchat sécurisé. Il repose sur le principe de la pair-aidance grâce à une dizaine de bénévoles écoutants de 20-30 ans formés et supervisés par un psychologue.
3 permanences d'écoute individuelle sont proposées par semaine et un temps d'échange collectif en visio par mois.

Toutes les pathologies des proches sont représentées dans les échanges : cancer, maladie chronique, dépression, bipolarité, troubles du comportement alimentaire, alcoolisme etc.
Le besoin est national : les appelants vivent à Bordeaux, Rouen, Cannes, Carcassonne, Lyon, Marseille, Vaulx-en-Velin, Tours, Amiens, Villejuif ...

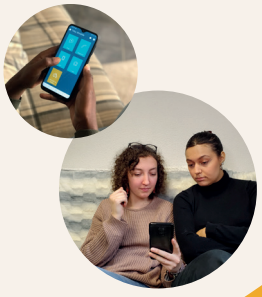


Brind'Écoute 2023

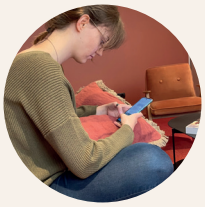
110 jeunes soutenus, dont certains sont revenus jusqu'à 15 fois.

700 heures de permanence réalisées.

3 300 messages et 14 heures d'appels échangés.



45 minutes d'échange en moyenne avec les jeunes en individuel.



9 temps collectifs en visio sur des thèmes variés : la culpabilité, le sentiment de solitude, la rentrée, être sa priorité etc.

2 formations des bénévoles et **11** supervisions.

Ma mère est malade mentale et j'en ai beaucoup souffert. J'avais personne pour en parler. Je cherche des personnes qui ont été comme moi.

Retours écrits de jeunes appelants





Ça me saoule d'avoir aussi peu de force psychologiquement, je voudrais profiter comme tous les gens qui profitent et qui s'amusent et qui ont pas des milliers de pensées dans la tête. Même quand je suis avec mes amies, je rumine tout le temps, c'est lourd.

Retours écrits de jeunes appelants

Profil des appelants

Ce temps d'échange m'a permis de me libérer au sujet de ma situation et de me sentir moins seule, écoutée, dans un cadre hyper bienveillant.

Retours écrits de jeunes appelants

83 % estiment que Brind'Ecoute leur a apporté un soutien très positif.



Ici, c'est le seul lieu où je peux parler. Je me sens en sécurité.

Retours écrits de jeunes appelants

90 % des appelants sont des filles.





À **100 %**, les jeunes aidants appelants vivent mal, voire très mal, leur situation.

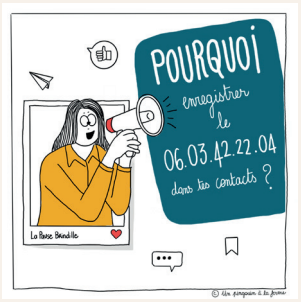
76 % des jeunes se disent malheureux/angoissés.

79 % ont entre 18 et 25 ans ;
21 % entre 13 et 17 ans.

En vous parlant, je me sens enfin comprise.

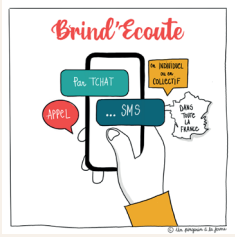
Retours écrits de jeunes appelants











Comment communiquer sur ces sujets ?

Ici, une collaboration avec Marie Bucelle
@unpingouinalaferme

Brind'Partage
le soutien de la joie de vivre

Les Brind'partages sont des temps de répit proposés à la journée, qui soutiennent la joie et l'insouciance des jeunes aidants, en proposant une activité ludique adaptée aux trois âges accueillis (enfants, adolescents et jeunes adultes). Ces temps permettent également la libération de la parole et la solidarité entre pairs grâce à un temps d'échange collectif, où chacun est libre de s'exprimer… ou pas.

Des sorties « hors format », ont également été proposées à notre communauté cette année en complément (patinoire, musée, cinéma).

L'action Brind'Partage est proposée sur la Métropole de Lyon et, depuis 2023, sur le Département du Rhône.

2023







24 Brind'Partages sur la Métropole de Lyon (4 pour les enfants de 7-12 ans, 10 pour des ados de 13-17 ans, 10 pour des jeunes adultes de 18 à 25 ans)

40 jeunes au Tribu Brindille Day le 1er juillet 2023, point d'orgue de la saison, qui fait patienter avant le Tribu Brindille Festival de juillet 2024 !

71 % sont des filles.

44% d'enfants ; **39%** d'adolescents ; **18%** de jeunes adultes

2 Brind'Partages sur le territoire du Beaujolais / Val de Saône



Ils sont aidants d'un frère **(78%)**, d'une sœur **(17%)**, d'un père ou d'une mère **(22%)** ; d'un ami ou d'un amoureux **(12%)**. Nombreux sont donc aidants d'au moins deux personnes.

Ce que Brind'partage leur apporte

à 76% « je me sens moins seul-e »

à 76% « je suis soulagé-e qu'il existe un espace pour moi »

à 47% « je me sens plus considéré-e pour qui je suis »

à 23% « je parle plus facilement, dans ma famille, à mes amis »

à 12% « j'exprime plus facilement mes émotions » &« je me sens moins inquiet »

à 94% ils souhaitent revenir à nos activités. **Les 6%** restant « ne savent pas ».

Le public accueilli est différent de celui de Brind'Ecoute.
Les jeunes qui participent aux Brind'partages ont le souhait de s'amuser, de faire une pause et de rencontrer d'autres jeunes qui vivent une expérience de vie similaire, sans pour autant nécessairement s'exprimer à ce sujet. Ils ont besoin d'un temps d'insouciance, de légèreté et sont en demande d'une communauté où se sentir à sa place.



Ambassade Brindille

Soutenir les jeunes dans leurs établissements scolaires

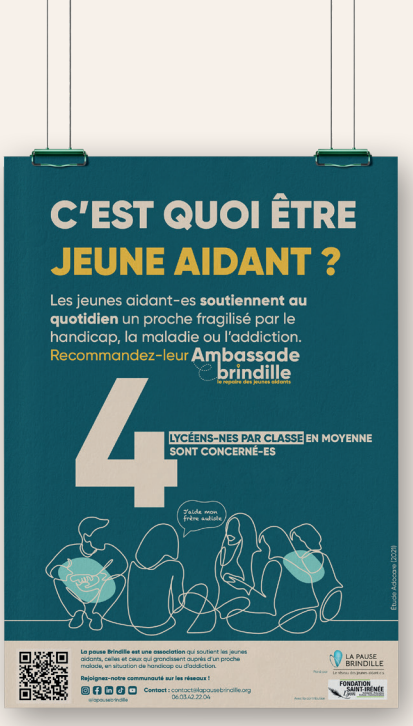
Depuis la rentrée 2023, La pause Brindille développe ses « Ambassades » au plus près des jeunes : dans les collèges, lycées, établissements du supérieur.
Au croisement de l'écoute et du soutien, ces safe-places sont faites pour et par les jeunes, en lien avec les équipes de La pause Brindille et de l'établissement.

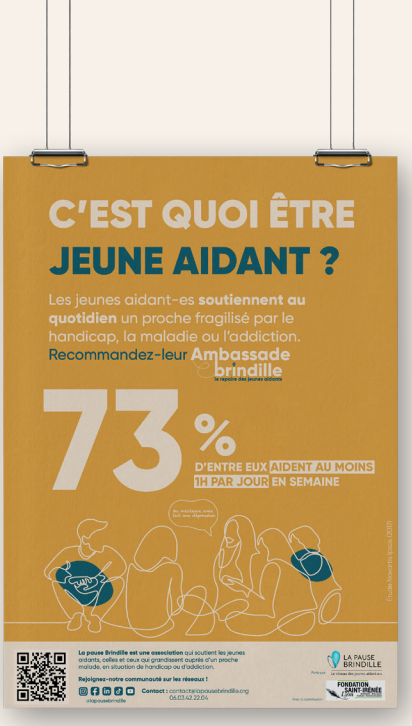
«Ambassade» répond au besoin des jeunes d'avoir un espace de proximité pour échanger, en dehors de la sphère familiale où la parole n'est pas toujours ouverte (par culpabilité, lieu de l'intime, de la maladie, sentiment d'illégitimité...) et en complément des propositions digitales de La pause Brindille.

Les étapes d'une Ambassade Brindille

- Sensibilisation des élèves et des professionnels de l'établissement.
- Volontariat d'une personne référente dans l'établissement et des élèves solidaires qui deviennent ambassadeurs.
- Permanences mensuelles, reporting et suivi.









Les chiffres 2023

6 établissements scolaires rencontrés pour une présentation du projet

6 stands et ateliers réalisés dans les établissements scolaires intéressés

10 Ambassadeurs / Ambassadrices volontaires

1 convention signée avec la SEPR, centre de formation lyonnais de 600 lycéens et 3 500 apprentis

4 conventions en cours

1 kit dédié aux Ambassadeurs réalisé : livret, fiches thématiques, outils d'animation et de sensibilisation



Mon Horizon

Repérer et accompagner les jeunes aidant-es les plus précarisé-es

En 2022, La pause Brindille a souhaité s'engager auprès des jeunes adultes aidants les plus précarisés, les plus invisibles et les moins soutenus.

La pluralité de nos propositions faisaient en effet clairement apparaître la grande souffrance de certains de ces jeunes, socio-économiquement vulnérables et fortement impactés à titre personnel par une forte implication envers le ou les proche.s aidé.s : perte de vue de ses propres besoins, disparition du temps pour soi, impossibilité de construire un projet personnel ou de faire un choix pour son avenir, de qualifier son besoin d'aide et de demander cette aide...

L'idée : proposer un programme pilote d'accompagnement, « Mon Horizon », qui favorise l'inclusion sociale et l'accès à l'emploi de ces jeunes, en ciblant tout particulièrement les NEET (sans emploi, sans formation, sans étude).

L'étude de faisabilité et de cadrage du projet s'est déroulée sur l'année 2023.
Elle a permis de sensibiliser au sujet 41 acteurs de la jeunesse, de la prévention, de l'insertion sociale, d'intégrer 3 instances collaboratives : acteurs du territoire, acteurs de l'insertion, CLSM et plusieurs jeunes adultes aidants par le biais des structures.

Les freins rencontrés

Les entretiens avec les partenaires de l'éco-système et les jeunes adultes aidants pour recueillir les besoins respectifs sur les parcours d'insertion professionnelle ont fait apparaître une grande difficulté de communication.
Les acteurs ne sont pas sensibilisés à cette question et ne demandent pas aux jeunes ce qui est vécu à la maison.
En face, les jeunes aidants n'évoquent pas facilement leur situation car ils ne s'identifient pas comme jeunes aidants, ils ne voient pas l'intérêt d'en parler, c'est un sujet tabou/personnel.

La pause Brindille a donc modifié son projet initial et prépare pour mars 2024 un défi collaboratif sur le modèle de l'Open-Lab canadien (voir plus loin !) avec les acteurs de terrain pour partir à la recherche de solutions concrètes qui leur seront utiles.

Cet Open Lab est une étape essentielle pour lever les freins au dialogue, parvenir à outiller suffisamment les acteurs de l'orientation, de la jeunesse et de l'insertion professionnelle et assurer une meilleure prise en charge, qui puisse répondre aux besoins particuliers des jeunes aidants et ouvrir leurs possibilités d'intégration.

Mon premier critère quand je regarde les offres, c'est les horaires. Parfois je me dis « pourquoi pas ? » quand je vois une offre, mais je ne suis pas vraiment libre.

Témoignage d'une jeune aidante

Focus L'inspiration Canadienne !

Notre présidente Laëtitia KOUADRIA est allée au Québec, pour représenter La pause Brindille lors du 2e Symposium de la Jeunesse Aidante organisé par AMI-Quebec.

Elle a, entre autres, pu participer à des ateliers en Open-Lab avec des équipes pluridisciplinaires, découvert l'outil du jeu des 7 familles de Appui et le superbe guide «jeunesse aidante et santé mentale».

La coopération des services de l'éducation, de la santé, du travail social et des services communautaires, tous pleinement engagés en faveur de la jeunesse aidante, permet d'apporter des réponses abouties, adaptées à la pluralité des besoins.

Cela est fortement soutenu par le plan d'action gouvernemental qui intègre désormais le sujet de la jeunesse aidante dans les projets de loi et les financements de 17 ministères, incluant ceux de l'emploi, de l'économie, du logement social et de la santé, présenté lors de ce Symposium par Michèle Archambault, directrice adjointe de l'Institut National d'Excellence en Santé et en Services Sociaux (INESSS) du Québec.

Un bel exemple à suivre pour ce que nous construisons, ici en France, avec les jeunes qui grandissent en soutenant leurs proches.





Je ne pourrais même pas dire comment on pourrait m'aider parce que même moi je ne sais pas. Un coup ça va être oui, je vais me concentrer sur moi et un coup je me dis non, mais au cas où s'il se passe un truc… C'est encore trop confus dans ma tête.

Témoignage d'une jeune aidante


Faire
communauté

Faire communauté

C'est une mission essentielle de La pause Brindille qui se retrouve jusqu'à son slogan : « Le réseau des jeunes aidants ».

Créer un espace digital qui permette de rencontrer d'autres jeunes aux vécus différents mais aux problématiques souvent similaires, un lieu tiers, anonyme si on le souhaite, pour se reconnaitre dans la diversité des situations présentées et déposer un bout de son fardeau, de ses émotions lourdes et de ses sentiments souvent contradictoires.

Développer cette « Tribu », ce nid enveloppant, bienveillant, pour accueillir les jeunes aidant-es, s'ils se sentent seuls et en besoin de lien, d'information, d'échange, quelle que soit leur situation et où qu'ils se trouvent.

Un «aller-vers» digital et des résultats !

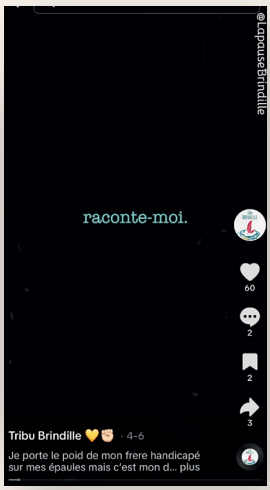
La démarche « d'aller-vers », est prônée dans les stratégies institutionnelles et les métiers du travail social.
La pause Brindille l'a traduite en digital afin de toucher le public discret des jeunes aidants, sans oublier pour autant les professionnels qui les côtoient au quotidien et sont en recherche de solutions.

Trois ans de travail stratégique, de création de contenus et de micros tendus pour recueillir les besoins et les expressions des difficutés, en direct, sans jugement ni hiérarchisation ont favorisé la libération de cette parole intime et attiré peu à peu ce public qui a tant de mal à s'auto-identifier.

Grâce à cet engagement, La pause Brindille porte aujourd'hui **la première communauté digitale en France pour les jeunes aidants.**









Évolution de notre présence sur les réseaux sociaux en 2023 : une communauté de plus de 23000 followers sur ce sujet pourtant très peu visible du grand public.

4 300 abonnés
+ 3 100

14 400 abonnés
+ 12 700

1 779 abonnés
+ 579

2 752 abonnés
+ 1 700

Idetop Notre partenaire com' !

« À l'agence, on vit d'engagement, d'émotion et de passion. On adore créer des histoires et donner une voix à ceux qui en ont besoin. Mettre notre créativité et notre énergie pour une cause qui a du sens, La pause Brindille nous le permet chaque jour. Ensemble, on fait un maximum de bruit pour aider les jeunes aidants à sortir de l'ombre. C'est authentique, c'est douloureux...il y a des bien sûr des moments de rire et de joie. Bref, nous ne sommes pas prêts à lâcher l'affaire ! »

IDETOP
THE CREATIVE AGENCY

Le détail des réseaux sociaux «jeunes» :

Instagram

Sur Instagram, nous avons enregistré une augmentation remarquable de 323,8% des visites, générant ainsi 16 289 nouvelles consultations de notre profil, 2 090 nouveaux abonnés, et touchant 32 999 comptes. Nous avons partagé au total 1 000 stories. Et nous avons atteint une impressionnante couverture de 526 000 vues.

En ce qui concerne notre audience sur ce réseau social, elle se compose majoritairement de femmes (77,7%) et d'hommes (22,3%), avec un pourcentage significatif de jeunes adultes entre 18 et 34 ans.

Relooking...

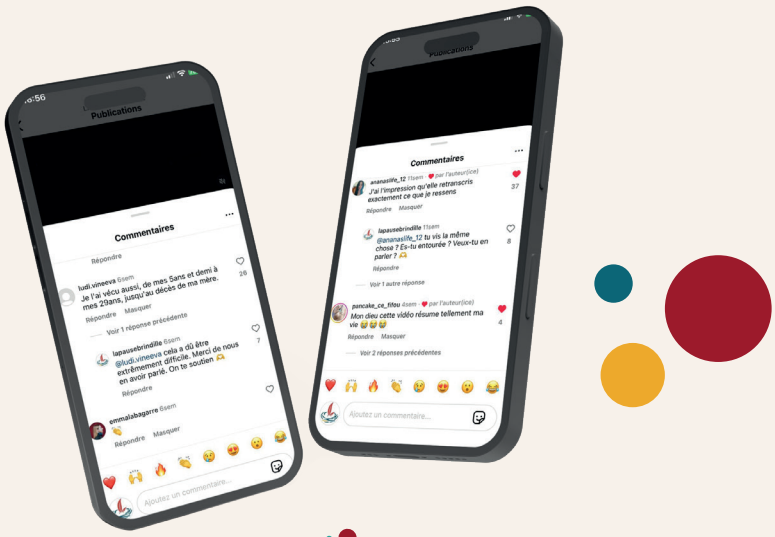
En 2023, nous avons professionnalisé le fond, la forme et la manière !
Des posts plus réguliers, plus complets, un contenu diversifié pour répondre aux attentes diverses et à la variété des cibles, un graphisme revu qui correspond au besoin esthétique porté depuis ses débuts par La pause Brindille, une façon importante à nos yeux de rendre hommage à l'engagement des jeunes et de leur offrir notre considération.

TikTok

L'investissement dans le compte TikTok @lapausebrindille, qui date de Octobre 2022, est une nouvelle traduction de nos objectifs de développement de la communauté digitale, en allant vers les jeunes là où ils se trouvent, pour donner des clés de repérage et faciliter l'auto-identification.

Il regroupe 14 400 abonnés à fin 2023.
Bien qu'aucune donnée ne soit disponible sur Tiktok pour connaître l'âge effectif des abonnés, il est établi que la plateforme attire majoritairement un public âgé de 11 à 24 ans, ce qui est confirmé par les commentaires que nous pouvons lire sous nos posts.

Une auto-identification et une expression de soi en progression constante !



Une communauté, des communautés

La pause Brindille est un projet collectif.

Pour faire avancer rapidement le sujet et le soutien multidimensionnel indispensable, au vu de l'augmentation rapide du nombre de jeunes concernés par l'aidance de leurs proches, il nous faudra être nombreux et en coopération.

En plus de celle, centrale, des jeunes aidants, créer et animer des communautés de pratiques, soutenantes et apprenantes constitue un enjeu fort de notre développement.

Cela implique **un lien de confiance très étroit avec nos partenaires**, opérationnels, financiers, bénévoles : nous nous employons à le construire et le nourrir chaque jour et souhaitions ici remercier chaleureusement toutes celles et ceux qui nous accompagnent, nous soutiennent, nous inspirent et nous font progresser.

Merci à Tous !





Rapport Financier

Principaux indicateurs financiers

L'association en quelques chiffres
au 31.12.2023

Ressources
308 K€
+49%
Hausse de 101 133€

Fonds propres
88 542 €

Effectif
8 salariés
(6,5 ETP)

Résultat
+ 17 602 €

Trésorerie
187 351 €

Synthèse de l'activité

Compte de résultat	Année 2023	Année 2022
Produits d'exploitation	308 239 €	207 106 €
Produits financiers	2 322 €	981 €
Charges d'exploitation	126 386 €	94 034 €
Impôts et taxes	2 823 €	915 €
Charges de personnel	160 504 €	87 957 €
Dotations aux amortissements	3 246 €	1 390 €
Résultat d'exploitation	15 280 €	22 810 €
Résultat financier	2 322 €	981 €
Résultat courant	17 602 €	23 791 €
Résultat exceptionnel	-	-
Résultat de l'exercice	**17 602 €**	**23 791 €**

Bilan au 31.12.2023

Actif		Passif	
238 703 €		238 703 €	
20 824 € IMMOBILISATIONS		88 542 € FONDS PROPRES	
30 528 € CRÉANCES		102 604 € FONDS DÉDIÉS	
187 351 € TRÉSORERIE		13 465 € DETTES FOURNISSEURS	
		34 092 € AUTRES DETTES	

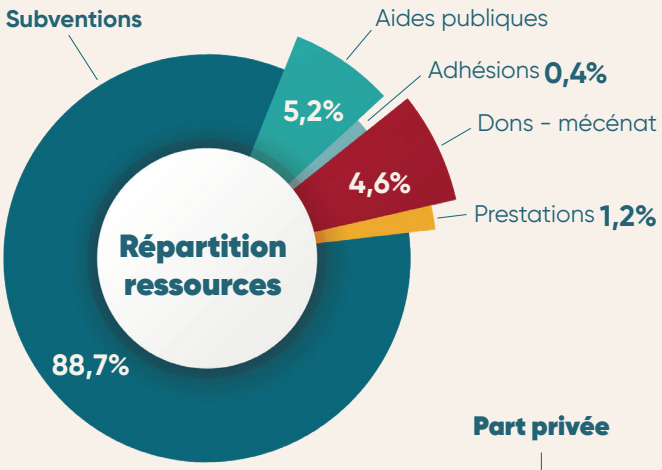
Quovive

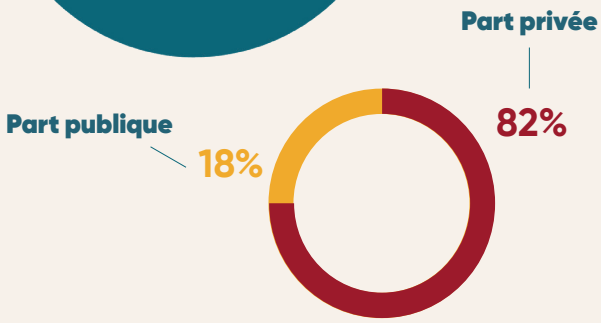
Société d'expertise-comptable

Nos ressources

Les ressources de La pause Brindille ont augmenté de 49% par rapport à 2022 grâce au soutien de nos partenaires listés en page 40.
Les financements privés représentent comme l'année dernière une forte proportion soit 82% des ressources.

Les contributions volontaires représentent 13% du budget et concernent principalement la mise à disposition de bureaux par le GIE APRIL OFFICE dans le cadre d'un mécénat d'entreprise qui s'est terminé le 31 mai 2023 et un réseau de bénévoles œuvrant au service d'écoute et ponctuellement à nos évènements.





Nos charges

Le total des charges d'exploitation s'établit cette année à 289 713 € dont 160 504 € de charges de personnel.

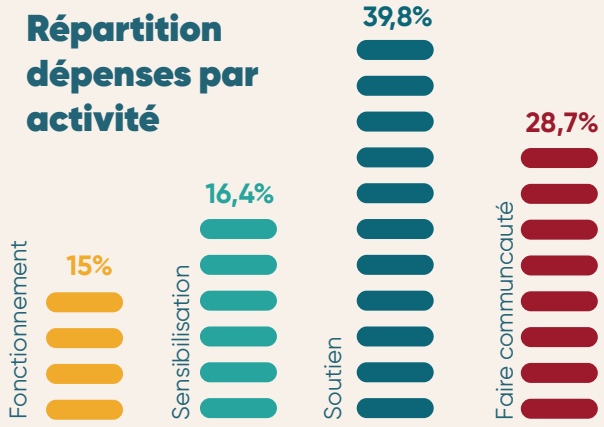
En effet 2023 a été pour l'association un exercice de consolidation et de lancement de nouveaux projets impliquant plusieurs recrutements et notamment une responsable financière & RH et deux cheffes de projets pour AMBASSADE et MON HORIZON.
La ligne d'écoute a également été structurée par l'intégration d'une collaboratrice à temps partiel portant l'effectif à la date du 31/12/2023 à 8 salariés soit 6,5 ETP, c'est-à-dire un doublement des effectifs par rapport à 2022.

Par ailleurs, l'année a été marquée par la prise à bail d'un local situé au cœur de la Presqu'île lyonnaise pour un loyer annuel établi à 17 000 €.
Ce déménagement a entrainé des frais exceptionnels de mise en place de 8 160 € ainsi que des coûts de réfection à hauteur de 10 068 €.
Enfin, l'année a été marquée par une nouvelle collaboration avec l'agence de communication IDETOP située à Lyon 1er.

Outre notre service interne il s'agissait cette année de nous appuyer sur une équipe de professionnels en vue de construire la stratégie digitale de La pause Brindille. Entre la réalisation de vidéos, de contenus, de visuels, l'animation des réseaux sociaux, la mobilisation de la presse, la gestion et la couverture des évènements, nous avons investi cette année 43 939 € dans la communication.

La dotation aux amortissements sur immobilisations s'élève à 3 246 € contre 1 390 € pour N-1 entrainant un résultat d'exploitation de 15 280 € contre 22 810 €.

Des produits financiers pour 2 322 € permettent de réaliser cette année un résultat de + 17 602 €.



Ils nous ont soutenus en 2023

Partenaires financiers

Partenaires opérationnels

Un nid pour la tribu !

Le fameux nid que l'on construit pour les jeunes aidants… l'équipe ne l'avait pas elle-même.
L'année 2023 a été marquée par deux extrêmes : quitter par surprise un lieu qui devait nous accueillir encore plusieurs mois et emménager en novembre dans notre premier local, en plein cœur de Lyon.

Quel soulagement de pouvoir enfin se poser après 4 ans de nomadisme, dans un lieu magnifique, grâce au soutien de nos partenaires et à l'effort de nos bénévoles !
Nous vous accueillons désormais au 28, rue Paul Chenavard à Lyon 1.

Bienvenue !



Perspectives 2024

Faire de l'édition 2024 du Tribu Brindille Festival la plus belle fête des jeunes aidants !

Déployer le service Brind'Ecoute par nos partenariats et le marketing digital.

Créer des outils d'accompagnement pour les jeunes aidants actifs ou en insertion professionnelle avec « Mon Horizon ».

Poursuivre « Ambassade Brindille »sur trois nouveaux établissements et formaliser les process afin d'essaimer le modèle.

Structurer le changement d'échelle par un accompagnement adapté.

Engager des partenariats financiers long terme et un mécénat de compétences avec nos partenaires.

Valider des partenariats nationaux structurants.

Faire vivre le Manifeste auprès des politiques et dans les médias.

Produire la saison 3 des vidéo-témoignages « Ma parole », assortie d'un podcast.

Valoriser notre communauté de bénévoles comme acteurs essentiels de nos actions.

Augmenter de 30% la communauté digitale.

Créer de nouveaux outils de sensibilisation.

La pause Brindille

Notre engagement au service des jeunes proches aidants

La mission

La pause Brindille agit auprès des jeunes proches aidants afin de prévenir leur isolement, maintenir l'égalité de chances et soutenir leur santé mentale.

Nos axes d'action

- Libérer la parole
- Sensibilier
- Soutenir
- Faire communauté

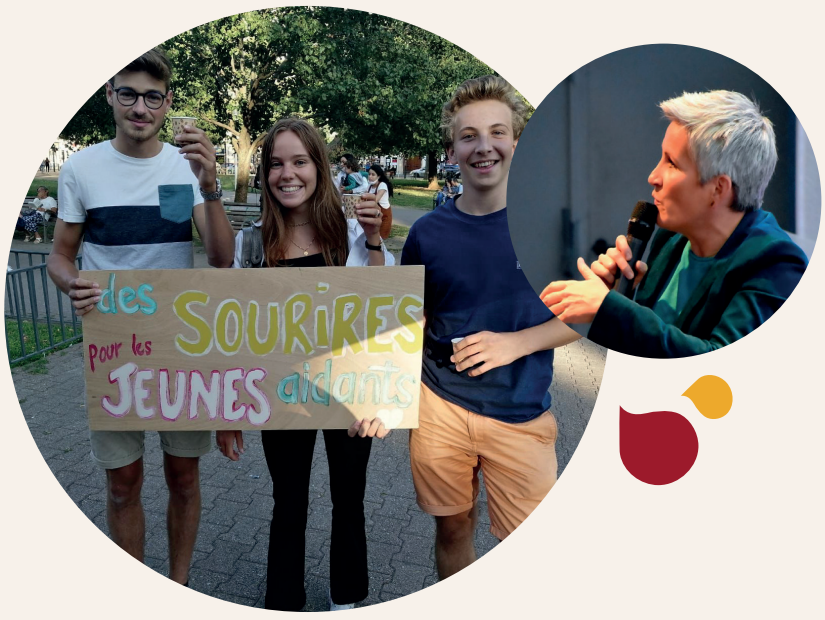
Notre manifeste

Nos engagements
envers les jeunes proches aidants :

La pause Brindille s'engage à un accueil inconditionnel :

Cela implique de :

- Soutenir les jeunes proches aidants dans les différents âges : enfant, adolescent et jeune adulte.
- Considérer la jeunesse proche aidante au sens d'un lien avec un proche en situation de vulnérabilité : un frère, une soeur, un parent, un meilleur ami, un amoureux...etc
- Accueillir toutes les situations en vulnérabilité de santé : maladies lourdes, maladies chroniques, handicaps, addictions.
- Prendre en considération la charge ressentie et/ou vécue par les jeunes proches aidants, la façon dont ils se sentent impactés et leur propre besoin de soutien, sans hiérarchisation.
- Inclure dans nos actions les jeunes de tous les territoires : urbains, ruraux, ultramarins, quel que soit leur environnement social et parental.
- Soutenir leurs envies et projets pour favoriser l'égalité des chances : les jeunes proches aidants sont avant tout des jeunes. Ils doivent avoir accès aux mêmes choix que les jeunes de leur âge.



La pause Brindille s'engage à considérer les jeunes proches aidants, dans leurs diversités :

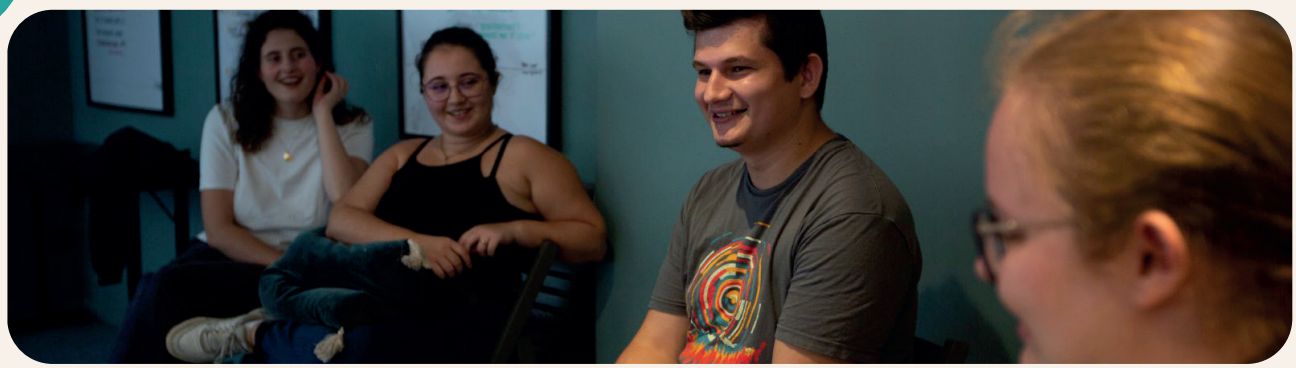
Cela implique de :

- Respecter la capacité des jeunes à agir par et pour eux-mêmes et en solidarité avec leurs pairs.
- Prendre en compte la complexité et la singularité des situations de la jeunesse aidante.
- Accueillir l'ambivalence de leurs ressentis, sans jugement, et la difficulté qu'ils peuvent avoir à exprimer un besoin ou à demander de l'aide pour eux-mêmes.
- Soutenir les besoins qu'ils expriment pour leur construction personnelle et leur santé mentale, comprenant leur souhait parfois de ne plus être aidants.
  Concevoir nos expérimentations à partir des usages et retours des jeunes proches aidants et de ceux qui les côtoient.
- Accorder le temps nécessaire à la création d'un lien de confiance avec les jeunes proches aidants.
- Impulser et accompagner la création de communautés physiques et digitales soutenantes et sécures pour les jeunes proches aidants.

La pause Brindille s'engage à agir avec ambition et agilité

La pause Brindille est une association qui milite en mode « solutions », d'abord par l'opérationnel : véritable laboratoire d'innovations sociales, l'association mène des expérimentations territoriales et digitales afin de pouvoir ensuite les diffuser. L'objectif est d'apporter au plus vite et au plus grand nombre un premier niveau de soutien aux jeunes proches aidants du territoire national.

La pause Brindille s'engage à ne laisser personne au bord du chemin, grâce à une démarche «d'aller vers», physique et digitale.



Nos vigilances sociétales

- Un meilleur accès des proches aux soins et services médico-sociaux et sociaux indispensables permettrait avant toute chose aux jeunes de ne pas être les variables d'ajustement des politiques publiques.
- Ni héros, ni victimes. Nous devons considérer les jeunes pour ce qu'ils sont, afin qu'ils ne soient pas enfermés dans leur rôle d'aidant.
- S'adapter aux positions culturelles diverses sur l'aidance et aux situations variables de solidarités dans les familles.
- Certains jeunes proches aidants peuvent adopter un comportement de façade, d'évitement ou d'effacement qui ne rend pas compte de leurs difficultés pourtant bien réelles dans l'aide apportée.
- Porter le sujet dans les secteurs de la protection de l'enfance et la protection judiciaire de la jeunesse.
- Considérer l'aidance comme un frein possible à l'insertion sociale et professionnelle, au même titre que le manque de formation, de mobilité ou le handicap.
- Promouvoir l'existence dans le débat public de ce sujet comme un enjeu d'équité et d'égalité des chances, de solidarité collective.
- Appeler au respect des droits de l'enfant, tels que définis dans la Convention Internationale des Droits de l'enfant dont la France est signataire.
- Le soutien à ces jeunes est l'affaire de tous, chacun a un rôle à jouer dans le soutien d'un jeune proche aidant : il importe de donner à tous les moyens d'agir.
- Défendre une politique publique ambitieuse qui répondrait à toutes les situations des jeunes proches aidants. Les intégrer dans les politiques publiques Jeunesse, plus seulement dans le domaine PA/PH*/Aidants, permettra des actions transversales sur tous les sujets qui les concernent (logement, insertion, emploi, éducation et formation, santé…).
- Soutenir les initiatives liées à la valorisation des compétences des jeunes proches aidants, afin de les ouvrir à d'autres opportunités que les seuls métiers du soin et du social.

Les valeurs qui portent nos actions

La parole entre pairs : Promouvoir le partage d'expérience pour faciliter la compréhension des situations vécues, la reconnaissance et l'auto-identification des jeunes.
Joie : Encourager la gentillesse et la joie comme guide de nos rapports humains, nos échanges et nos actions.
Simplicité : Concevoir des solutions simples et pragmatiques afin d'en favoriser la compréhension par tous et le déploiement.
Coopération : Construire nos projets avec les jeunes, et en complémentarité avec les acteurs qui soutiennent la jeunesse au quotidien, dans une vision préventive.

Document réalisé par le Conseil d'Administration de La pause Brindille.
Février 2024

LA PAUSE BRINDILLE

Le réseau des jeunes aidant.e.s

@lapausebrindille

contact@lapausebrindille.org

06.19.52.46.21

www.lapausebrindille.org

SIRET : 878 202 977 00020 - Crédits photographies : La pause Brindille et IDETOP - Graphisme : Emma Scotti