



Bilan moral et financier

Association Harmonie & Vitalité

1^{er} exercice : 14 février 2023 - 31 août 2024

BILAN MORAL

L'association a été créée le 14 février 2023.

Ce qui a motivé sa création a été le constat suivant fait par ses deux cofondatrices : des soins individuels sont importants mais ne permettent pas d'accompagner un grand nombre de personnes. Nous avons conçu l'association comme un outil pour toucher une population plus importante et lui donner des outils de bien-être qu'elle puisse utiliser en autonomie et à moindre coût.

Du fait de la création de l'association en cours d'année, du début tardif des animations (septembre 2023) et de la pause estivale, nous avons pris le parti d'étendre le 1^{er} exercice d'activité de l'association du 14 février 2023 au 31 août 2024 pour revenir à partir du second exercice à une période comptable standard du 1^{er} septembre au 31 août.

Les objectifs définis étaient de recruter des adhérent.es, proposer des animations et créer une communauté en accord avec l'objet de l'association : promouvoir la santé naturelle à travers la naturopathie et la médecine chinoise en se basant sur les compétences professionnelles des deux cofondatrices.

L'association a recruté ses adhérent.es sur la ville et la région de Dieppe mais ce rayon s'étend jusqu'à Rouen et Eu-Le Tréport. Le recrutement s'est fait en communiquant avec les client.es des co-fondatrices, sur les réseaux internet et lors de la fête des associations de la ville de Dieppe.

Pour proposer des animations variées et ouvrir l'association à des intervenants extérieurs, nous avons approché des professionnels de santé alternative de Dieppe et environs pour leur permettre d'intervenir au sein de l'association et faire découvrir à nos adhérent.es des pratiques de santé naturelle complémentaires.

Nous avons dès le début imaginé un programme riche qui nous a apporté une charge de travail importante (prise des inscriptions, création des contenus et supports, animation, rangement, suivi financier ...). Cette charge est venue s'ajouter à nos activités professionnelles. Cela a donc pu être un peu difficile à certains moments mais notre motivation est restée intacte.

De septembre à juin, nous avons proposé des animations variées. Nous avons cherché des partenaires extérieurs et accueilli Florence Egrix pour deux ateliers de découverte de la maïeusthésie. De plus, grâce à la générosité de l'une de nos adhérentes qui nous a prêté ses bols tibétains, nous avons pu, dès le début, proposer des séances de relaxation aux bols tibétains en groupes. Cette animation a rencontré un succès inattendu et a donné une vitrine très attractive à l'association, ce qui lui a permis de grandir au-delà de ce que nous attendions.

Après quelques animations à la Maison des Associations de Dieppe en septembre et octobre, en novembre 23, l'association s'est installée dans le nouveau local professionnel de Vanessa Yung et Mathilde Roche pour y accueillir ses animations. Cela a permis d'apporter plus de praticité, de confort et de convivialité à la vie de l'association. Dans un premier temps, l'association a été hébergée gratuitement, puis à partir de juillet 2024, les animations générant suffisamment de revenus, nous avons décidé de régler un loyer modique pour l'occupation du local, soit 80€ par mois.

Pour le prochain exercice, l'objectif est de mettre l'accent sur la pratique, toujours à travers des ateliers de fabrication mais aussi de cuisine et de pratiques douces animées par nous-mêmes ou avec l'intervention de davantage de professionnels extérieurs. Sont déjà prévues les interventions d'un sophrologue, d'une praticienne intégrative et d'une psychopraticienne.

Nous souhaitons faciliter l'accès à ces ateliers à nos adhérent.es en prenant en charge une partie du prix des prestations externes quand elles sont payantes. Par ailleurs, nous souhaitons acheter de nouveaux bols tibétains et autres instruments de musique ainsi que du matériel qui nous permettra de tenir des ateliers de cuisine avec cuisson.

RAPPORT D'ACTIVITÉS 2023/2024

Sur ce 1^{er} exercice, nous avons recruté 47 adhérent.es, proposé 26 animations entre septembre 23 et fin juin 24 qui ont généré 225 inscriptions en tout.

Les animations ont commencé en septembre 2023 avec une conférence gratuite et ouverte au public : « Découverte de la Naturopathie et de la Médecine traditionnelle chinoise ». Les animations du mois d'octobre 2023 ont également été gratuites pour tous.

Les animations proposées ont été les suivantes :

Animations	Participants	Date
Le stress en Naturopathie - Atelier "stick olfactif"	7	20 juin 2024
Relaxation aux bols tibétains	8	13 juin 2024
Les bases de l'énergétique en mtc -3	5	30 mai 2024
Relaxation avec les bols tibétains	6	19 avril 2024
La douleur en MTC - Atelier "baume du tigre rouge"	6	18 avril 2024
Le sommeil en Naturopathie - Atelier "Brume d'oreiller"	6	11 avril 2024
Découverte de la Maïeusthésie 2	4	8 avril 2024
MTC : les bases de la diététique	9	25 mars 2024
Naturopathie : Le lait autrement - Atelier "laits végétaux maison"	10	14 mars 2024
Relaxation avec les bols tibétains	10	23 février 2024

MTC : les bases de l'énergétique 2	7	20 février 2024
Conférence : Le Printemps en Naturopathie et en Médecine chinoise / Nouvel An chinois	9	17 février 2024
Découverte de la maïeusthésie 1	7	12 février 2024
La fatigue en naturopathie : atelier "roll on énergisant"	10	8 février 2024
La gestion du poids en Mtc : atelier décoction "rétention d'eau"	6	22 janvier 2024
Découverte du Feng Shui tibétain	14	20 janvier 2024
La digestion en naturo : atelier tisane digestive	9	11 janvier 2024
Relaxation avec les bols tibétains	8	22 décembre 2023
Atelier : la diététique de l'hiver en MTC + création d'une décoction réchauffante	7	21 décembre 2023
Crémaillère nouvelle maison de l'association !	7	16 décembre 2023
Conférence : L'hiver en Naturopathie et en Médecine chinoise	12	16 décembre 2023
Chouchouter sa peau : atelier naturo "soin ultra-nourrissant"	10	7 décembre 2023
Atelier : L'immunité en médecine chinoise + fabrication d'une "huile blanche du tigre"	10	23 novembre 2023
Initiation en naturopathie : La respiration et les techniques respiratoires	9	9 novembre 2023
Relaxation avec les bols tibétains	13	20 octobre 2023
MTC : les bases de l'énergétique 1	16	19 octobre 2023

L'association a, par ailleurs, participé à la Fête des associations de la ville de Dieppe, du salon du bien-être de Dieppe, d'Arques la Bataille et de Eu.

En 2023/2024, nous avons également :

- Créé la page internet de l'association (<https://harmonieetvitalite.wixsite.com/dieppe>),
- Créé la page facebook (<https://www.facebook.com/HarmonieVitaliteDieppe>),

Association Harmonie & Vitalité - 2 Rue du Château d'eau 76200 Dieppe
n° W761008782

- Créé la page instagram (<https://www.instagram.com/harmonievitalitedieppe/>) ,
- Créé notre adresse e-mail (asso.harmonievitalite@gmail.com),
- Ouvert un compte bancaire au Crédit Agricole et
- Mis en place l'utilisation de l'application de la banque (yapla.com) pour la gestion des adhésions et des animations, ainsi que la comptabilité.

Nous avons également fait l'acquisition de documentation qui nous a permis (et nous permettra encore) d'enrichir le contenu de nos animations.

RAPPORT FINANCIER toujours pas à jour !

Recettes et dépenses de l'association du 14 février 2023 au 31 août 2024

DEPENSES	MONTANT en €	RECETTES	MONTANT en €
Achats fonctionnement	428	Cotisations	420
Assurance	33	Prestations	737
Communication / salons / documentation	286.75	Dons	330
TOTAL	747	TOTAL	1487

EXCEDENT AU 31 DECEMBRE 2023 : 799€

Fin du Bilan moral, d'activité et financier.

Fait le 1^{er} septembre 2024 à Dieppe.

Mathilde Roche

Présidente