



Bilan moral et financier

Association Harmonie & Vitalité

14 février 2024 - 13 février 2025

BILAN MORAL

Pour cette année nous avons enregistré **36 adhésions** dont :

- 23 renouvellements
- 13 nouveaux adhérents
- 18 personnes n'ont pas réadhéré, principalement des sympathisants qui avaient adhéré l'année dernière pour nous aider à lancer l'association.

Nous avons organisé **30 animations** qui ont engendré **221 inscriptions**.

Nous avons mis en place des ateliers avec plus de pratique.

Nous avons mis en place des ateliers de cuisine santé : chocolat sans sucre, soupe de raviolis chinoise traditionnelle.

Nous avons continué les ateliers de fabrications.

Nous avons acheté 4 bols tibétains en prévision de ceux que l'on doit rendre à l'adhérente qui nous avait prêté les siens pour démarrer l'activité de relaxation aux bols tibétains.

Nous avons fait venir davantage d'intervenants extérieurs : maïeusthésie, sophrologie, pratiques intégratives.

ACTIVITÉS 2024/2025

Les animations proposées ont été les suivantes :

ANIMATIONS	INSCRITS	DATE
Conférence : Le Printemps en Naturopathie et en Médecine chinoise / Nouvel An chinois	9	17-févr.-24
MTC : les bases de l'énergétique 2	7	20-févr.-24
Relaxation avec les bols tibétains	10	23-févr.-24
Naturopathie : Le lait autrement - Atelier "laits végétaux maison"	10	14-mars-24
- ANNULE - Conférence : La péri-ménopause en naturopathie et en mtc	0	23-mars-24
MTC : les bases de la diététique	9	25-mars-24
Découverte de la Maïeusthésie	4	8-avr.-24
Le sommeil en Naturopathie - Atelier "Brume d'oreiller"	6	11-avr.-24
La douleur en MTC - Atelier "baume du tigre rouge"	6	18-avr.-24
Relaxation avec les bols tibétains	6	19-avr.-24

REPORTE - L'été en Naturopathie et en Mtc	3	25-mai-24
Les bases de l'énergétique en mtc -3	5	30-mai-24
Relaxation aux bols tibétains	8	13-juin-24
Le stress en Naturopathie - Atelier "stick olfactif"	7	20-juin-24
Assemblée générale annuelle / fête de fin d'année	7	27-juin-24
L'automne en MTC	11	23-sept.-24
Naturopathie : Les fleurs de Bach + confection d'une synergie personnalisée	7	3-oct.-24
Médecine chinoise : Energétique 3 (suite du programme 2023/2024)	5	15-oct.-24
Sophrologie avec Guillaume Claudel	6	26-oct.-24
Découverte de la Naturopathie	5	5-nov.-24
Médecine chinoise : Acupression 1	13	21-nov.-24
Relaxation avec les bols tibétains	8	29-nov.-24
Atelier de fabrication	9	5-déc.-24
Cuisine de Noël : chocolats sans sucre	9	14-déc.-24
Du stress à l'équilibre avec Nishani	9	11-janv.-25
Atelier Acupression 2	8	15-janv.-25
Relaxation avec les bols tibétains	8	24-janv.-25
Confection d'une soupe de raviolis traditionnelle pour le Nouvel An chinois	6	1-févr.-25
Les bases de la micronutrition	13	11-févr.-25

PROJECTION 2025/2026

Pour le prochain exercice, l'objectif est de **continuer à 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.

Les demandes des adhérents.tes présents.tes ont été les suivantes :

- Un atelier sur la sonothérapie (bols tibétains et diapasons thérapeutiques),
- Un atelier sur l'olfactothérapie,
- Une initiation à la réflexologie,
- La poursuite des ateliers d'acupression orientés sur le thème des saisons,
- Une découverte du shiatsu,
- Une initiation à la pharmacopée chinoise,
- Une initiation à la phytothérapie en relation avec les saisons,
- Une initiation aux huiles essentielles, les connues et les moins connues,
- Un atelier sur l'alimentation en fonction des saisons en médecine chinoise,
- Des activités en extérieur (relaxation aux bols tibétains en pleine nature, sylvothérapie ...),
- La réédition de certains ateliers déjà faits, pour les adhérents.tes nouvellement arrivés.ées.

Nous allons étudier la faisabilité de ces demandes pour 2025/2026 et ferons notre possible pour répondre aux demandes de nos adhérents.tes.

L'association sera présente à la Fête des associations de Dieppe en septembre 2025 comme lors des deux dernières éditions.

RAPPORT FINANCIER

Recettes et dépenses de l'association du 14 février 2024 au 13 février 2025

Report de 2023/2024 : + 472.28€

DEPENSES	MONTANT en €	RECETTES	MONTANT en €
Achats fonctionnement et animations	873.59	Cotisations	390
Assurance	128.22	Animations	1465
Communication / salons / documentation	440.77	Dons	10
Loyer	660	-	-
Total dépenses	2102.58	Total recettes	1865

EXCEDENT AU 13 FEV 2025 : 235,22 €

Fin du Bilan moral et financier.

Fait le 20 février 2025 à Dieppe.

Mathilde Roche

Présidente

