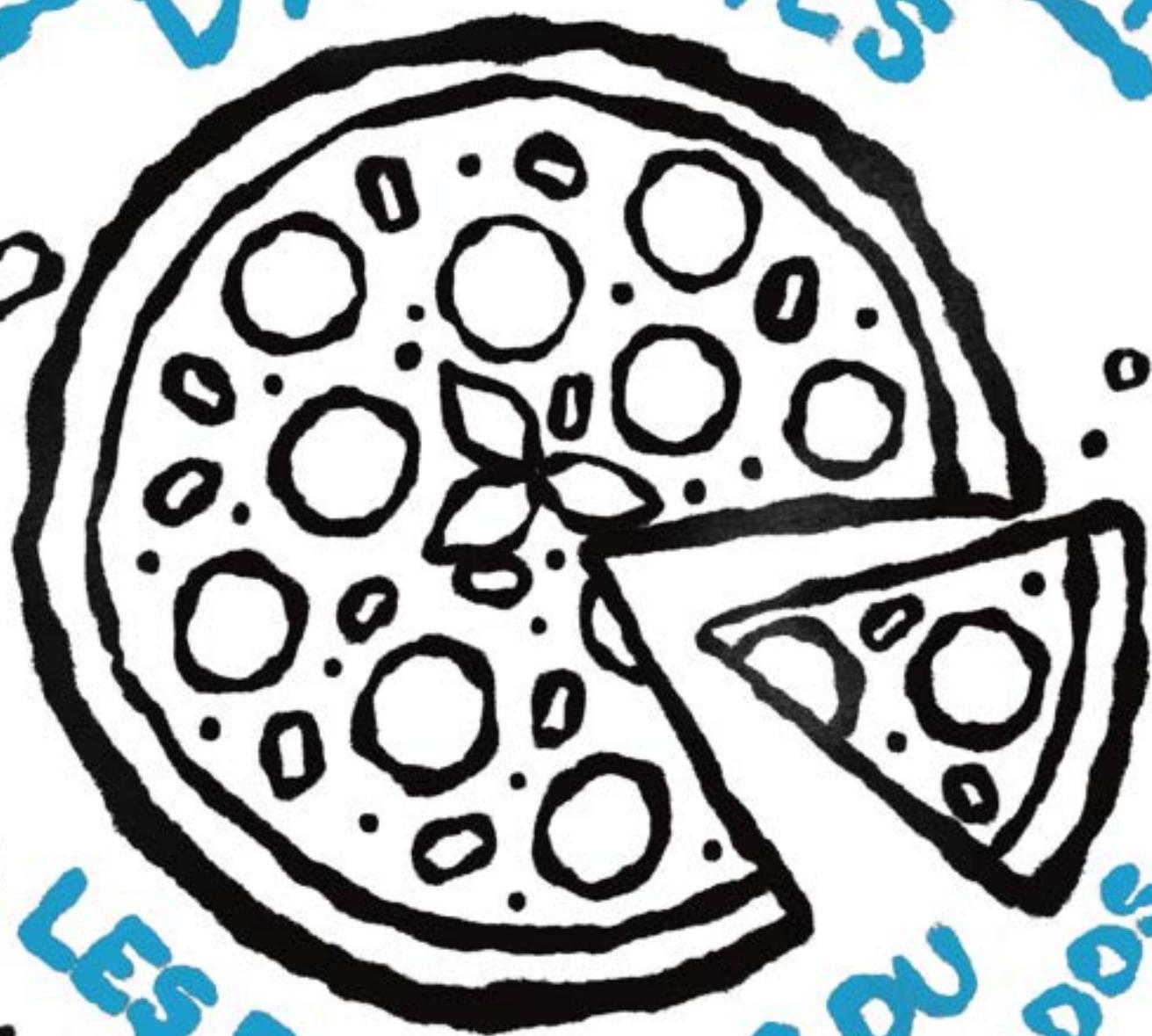


20 RAPPORT
D'ACTIVITÉS 24



LES RECETTES DU
SUCCÈS DU LOCALS

créations culinaires et
saveurs collectives

Locados
Centre de Rencontres et de Loisirs de Plan-Les-Ouates
Ruelle du Hornuss - 1228 Plan-Les-Ouates
www.locados.ch
079 321 84 30

SOMMAIRE

04/05 Présentations & mot du président

06 L'équipe

08/15 Les activités

16/18 Perspectives

19/20 La convention tripartite

21/22 Les statistiques

24/25 Les comptes

26 Remerciements

27 Bonus

PRÉSENTATIONS

Pour vous présenter ce livre de recettes, nous aimerions tout d'abord situer les locaux dans lesquels nous exerçons nos activités :

Le Locados haut lieu de la gastronomie juvénile depuis plus de 30 ans, avec 1 étoile à son actif, se trouve dans le quartier des Aviateurs.

Le Velo-D, le nouveau venu depuis 7 ans, qui ravit les papilles des adolescent-es de la commune par sa riche variété de propositions gustatives, se trouve dans le quartier de la gastronomie culturelle du Vélodrome.

Pour faire tourner nos deux lieux, nous comptons sur différents ingrédients indispensables :

Le comité composé de bénévoles qui permettent à l'association d'exister et de mener à bien son projet au service de la population de Plan-les-Ouates. Iels sont le plan de travail sur lequel sont érigées les valeurs de nos actions et grâce à qui nous pouvons déployer avec passion notre savoir-faire auprès de la jeunesse.

L'équipe professionnelle composée d'une responsable, d'une animatrice, de 3 animateurs fixes, d'un assistant socio-éducatif, d'un animateur remplaçant, d'une animatrice remplaçante et d'un apprenti assistant socio-éducatif. Iels sont les appareils ménagers qui permettent de réaliser toutes les activités ainsi que le livre de recettes de magie, tout en s'appuyant sur les ingrédients secrets, succès d'une bonne recette.

L'équipe d'animation composée des moniteurs et monitrices qui sont les commis de cuisine, iels secondent l'équipe sur le terrain, ce sont les indispensables, qui magnifient les actions grâce à leurs compétences multiples !

Bien-sûr, il nous faut aussi les extras, la relève à former, tels les stagiaires et les étudiant-es. Cette année nous en avons eu 10, ce sont les pépites de chocolat de nos recettes et iels nous poussent à toujours bien réfléchir à nos actions afin de leur transmettre le meilleur de ce métier. Pour parfaire l'équipe en formation, nous avons Isaïe, notre apprenti socio-éducatif.

Sans l'équipe technique notre association ne peut fonctionner, nous saluons ici le travail comptable d'Isabelle, le travail administratif de Morgane et l'entretien d'Antonia, grâce à cette team, nous pouvons évoluer dans un environnement bien géré et propre, conditions indispensables pour faire de bonnes recettes.

Pour épicer nos plats, nous sommes toujours à la recherche de synergies aux saveurs exotiques et nous collaborons avec de nombreux partenaires. Nos actions ne se limitent pas à nos locaux, mais s'étendent sur la commune dans une logique globale et transversale. Un melting-pot communal, qui permet aux jeunes de rencontrer différents horizons et à l'équipe de proposer un travail cohérent.



MOT DU PRÉSIDENT

Chères amies, Chers amis,

Merci d'être présent-es ce soir, témoignage de votre soutien et de l'intérêt que vous portez à notre association.

Me voilà prêt, revêtu de mon beau tablier arborant fièrement l'inscription « Vive le Locados », prêt à vous concocter, avec passion et j'espère soin, le mot du Président.

Mais avant tout, laissez-moi vous parler des ustensiles dont nous disposons. Déjà mentionnés dans la présentation, ils sont de grande qualité, dignes des équipements d'un restaurant étoilé.

Maintenant, quel plat choisir ? La tâche s'avère difficile tant le livre de recettes du Locados regorge de mets délicieux, servis dans les plus hauts lieux de la gastronomie de l'animation socio-culturelle, 52 semaines par an.

Quant à moi, n'étant spécialiste que des spaghettis bolognaises, je vous laisse découvrir, le ventre bien tendu et les papilles en éveil, ce rapport rédigé par de véritables chefs de l'animation socioculturelle.

Plus à l'aise avec les « fonds de sauces associatifs », je tiens à exprimer ma profonde gratitude envers la commune de Plan-les-Ouates, ses élus et l'administration communale, qui nous soutiennent au quotidien. Leur participation financière dans notre projet de « formation et promotion des jeunes » est essentielle.

Un grand merci pour le financement du nouveau bus. L'ancien commençait sérieusement à sentir

le faisandé. Et cerise sur le gâteau, merci également pour leur confiance envers notre environnement associatif, qui repose sur un comité employeur, permettant ainsi que nous soyons en charge des jeunes qui vont prochainement arriver dans le secteur du Rolliet.

Un immense merci à toute l'équipe d'animation, qui chaque année accomplit son travail avec dynamisme, passion et professionnalisme. Avec juste en bémol le regret qu'elle s'obstine à ne pas vouloir ajouter au menu une 53ème semaine d'ouverture de nos lieux d'accueils.

Je n'oublie pas mes collègues du comité, toujours présents et impliqués, qui participent activement à la vie de notre association en respectant notre rôle de garants du projet institutionnel et des missions définies dans nos statuts.

Une pensée émue et tout notre soutien vont à notre ami Salvatore, victime d'un grave accident de ski. Il lutte avec toute son énergie et sa détermination pour retrouver sa mobilité. Courage, Salvatore, nous sommes à tes côtés !

Enfin, merci à tous les partenaires avec lesquels l'association et notre équipe de professionnels collaborent chaque jour. Sans vous, nous serions comme un plat étoilé sans convives autour de la table incapables d'apprécier, de critiquer et, surtout, de partager les problèmes, les solutions et les victoires.

Je vous souhaite à toutes et à tous une excellente soirée.

Jean Chal
Président du comité de gestion

L'ÉQUIPE

Notre équipe de professionnel-les est toujours active à préparer les meilleurs plats pour la jeunesse, au four et au moulin, elle se donne tous les moyens pour atteindre ses missions.

Responsable d'équipe

Anandy Clerc

Animateurs et animatrices

Sophie Grandjean
Noam Aebersold
Gianni Karaköse
David Bordée
(animateur en cours d'emploi)

Animateurs et animatrices auxiliaires

Jessica Herrera
Erwan Le Hénanf
Delhya Mangue
Abimael Ouedraogo

Assistant socio-éducatif

Malamine Sall

Assistante socio-éducative remplaçante

Pranjali Klipfel

Apprentie assistante socio-éducative en 3^{ème} année

Emma Alves jusqu'en juin 2024
Isaïe Fatio depuis août 2024

Intervenant studio musique

David Bordée

Intervenant atelier mix

Jessica Herrera

Moniteurs/Monitrices

Rose-Marie Escobar
Mark Malembe
Bilal Cherouati
Alexis Noël - LABO
Yoann Armesto

Moniteur et monitrice remplaçant.es

Tom Camut
Zakaria Schmid
Moussa Coulibaly

Comptabilité et Administration

Isabelle Alvaro (comptabilité)
Morgane Oefeli (secrétaire sociale)

Nettoyeur et nettoyeuse

Antonia Da Silva - 30 novembre 2023

Stages ECG

Thaiane Do Vale Santos
Valdrin Lutfiu
Deborah Lubicz
Zakaria Schmid

Stages courtes durées

Luca Conti
Fabio Ribeiro
Clara Almeida

Etudiant en formation pratique de la HETS

Amaniel Tesfamariam
Antoine Rossiaud

Recette de l'apprenti hors pair:

LE GÂTEAU SOLEIL D'ISAÏE

- 1** Préparation de la base:
En premier lieu sélectionnez les meilleurs ingrédients selon les besoins de la recette, puis mixez le tout. Lorsque vous avez trouvé Isaïe, vous prenez bien soin de réunir tous les documents nécessaires vous permettant de travailler avec lui pour les trois prochaines années et vous désignez son encadrant.
- 2** Première étape: Un contrat
Pour ce genre de collaboration, il est important de vous rappeler que l'apprenti bénéficie de conditions particulières et qu'il ne pourra pas être traité comme tous les autres ingrédients de la recette
- 3** La découverte du profil
Une fois bien engagé, vous vous rendez vite compte qu'Isaïe apporte une saveur bien particulière au gâteau soleil. Bien que récemment arrivé, c'est comme s'il avait toujours été là et qu'il sublimait les goûts de tous les autres ingrédients. Il est le gâteau soleil.
- 4** La polyvalence
Isaïe amène une touche bien à lui dans de nombreux aspects de la recette. Bien qu'encore en formation, il a déjà une très bonne maîtrise de ses capacités à rendre les plats meilleurs. Le plat principal – la danse et les épices. Vous verrez également que si vous laissez assez de place à Isaïe, il va déployer différents arômes dans la danse, le multimédia et le bricolage et que le gâteau soleil rayonne de milles façons.

ingrédients:

- 30 dossiers
- 9 immersions
- de la rigueur dans la sélection des ingrédients

conseils du chef:

Prenez bien soin de votre apprenti, il est lumineux et vaut de l'or.



LES RECETTES DE BASE DE 2024 – LES ACTIVITÉS

Comme chaque année, nous avons savouré d'excellents plats, certains incontournables et d'autres nouveaux, donc voici un petit aperçu dans la sélection ci-dessous.



Recette du tournoi de Ping-Pong :

LE PLO-BREST

- 1** Préparation de la base:
Pour cette recette, il faut beaucoup d'entraînements préalables, sans quoi les ingrédients ne se lient pas entre eux, il est donc important de les incorporer ensemble au préalable dans les moules prévus à cet effet. Les entraînements se situent dans nos locaux et permettent un résultat final à la hauteur de la réputation de cette recette qu'on ne nomme plus.
- 2** Première étape: un bon mélangeur
Préparer le mix entre les ingrédients jeunes et moins jeunes de la recette.
- 3** La préparation
Battez le tout à cadence régulière et laissez reposer entre les sessions.
- 4** Le montage
Vous réunissez vos ingrédients pour le montage final et vous invitez les spectateurs et les spectatrices à assister à la sortie du four.
- 5** L'exposition
Vous disposez bien tous vos PLO-Brest sur les tables prévues à cet effet et vous laissez la magie faire son œuvre, dans une ambiance compétitive, mais conviviale.
- 6** L'arbitrage
Vous demandez aux arbitres de bien noter les résultats afin de sélectionner les vainqueurs de ce top chef du ping-pong.
- 7** L'émotion
Vous avez des vainqueurs, mais peu importe, car ce qui reste dans le cœur de toutes les personnes présentes, c'est l'émotion vécue et le partage entre les générations, car petit-es comme grand-es, aiment le PLO-Brest du ping-pong et se réjouissent chaque année de le célébrer.

ingrédients:

- plusieurs jeunes amateurs et amatrices de ping-pong
- plusieurs ainé-es faisant partie du club de ping-pong des Blé d'Or
- un vendredi 22 novembre entre 16h et 18h30
- 6 équipes motivées
- des lots sympathiques et alléchants
- des jeunes arbitres en petits jobs
- Noam en chef cuisto du Locados et Cécile en cheffe cuisto du SASJ

conseils du chef:

Soyez fair-plays, Messieurs Dames, n'oubliez pas, l'important est de participer et de déguster les pâtisseries à la fin du tournoi.



LE PAIN PERDU

ingrédients :

- 6 mois de congé sabbatique d'Anandy, de février à août 2024
- un animateur remplaçant : Erwan
- une équipe bien rôdée
- quelques instructions, mais pas trop quand même
- de la rigueur et de la confiance

conseils du chef :

Ayez toujours confiance dans les ingrédients d'un plat, peu importe leur quantité, iels ont tous et toutes leur importance dans la sublimation de votre recette.



- 1** Préparation de la base : Vous choisissez de faire du pain perdu, mais vous vous donnez le challenge d'enlever un des ingrédients faisant partie de la recette pour mieux la pimenter. Vous envoyez cet ingrédient faire un voyage en Indonésie pour vous ramener du curcuma, de la noix de muscade et du fruit du Dragon. En attendant de pouvoir enrichir votre recette avec ces nouveaux produits, vous inventez une manière différente de faire le pain perdu.
- 2** Première étape : la prise en main Vous remplacez l'ingrédient par plusieurs autres et vous faites des expérimentations. Vous connaissez votre métier de cuisiniers et cuisinières, mais vous avez l'habitude de le faire dans des conditions sécurisées, là vous faites attention à ne pas vous brûler, à ne pas intoxiquer les consommateurs et les consommatrices et à alléger votre recette en gluten.
- 3** La cuisson Après les essais de recettes, vous passez à la cuisson et là aussi vous testez différentes manières de réussir le pain perdu.
- 4** Le test Faites goûter votre nouvelle recette à différents partenaires testeurs et testeuses qui vous donneront leur avis.
- 5** La validation Demander à l'organe de validation qu'est le comité de bien sécuriser les étapes de cette nouvelle recette et de vous accompagner pour la certifier avec les labels en vigueur de la Charte Cantonale.
- 6** La dégustation La dégustation se fait toujours avec le public, qui est le baromètre pour évaluer une recette réussie. Comme vous passez ce test haut la main, vous pouvez dorénavant valider cette nouvelle version du pain perdu et réintégrez l'ingrédient disparu à votre guise en épiçant la recette.

LES GAULETTES DES ROIS ET REINES

Ces galettes une fois sorties du four du Labo se préparent pour un montage à Ignifuge et au Groove Festival.

- 1** Préparation de la base : Dans le local bien insonorisé, vous mettez les intervenants musique à disposition : Alexis, David, Ahmet ou Yahia. Si les jeunes sont suffisamment autonomes et qu'ils ont l'accréditation, iels sont alors les chef-fes de la recette et peuvent se lancer seul-es dans la préparation. Vous laissez l'inspiration se déployer pour faire monter votre projet en battant bien les rythmes.
- 2** Première étape : un bon mix ! Préparer le mix et balancer les voix pour lier les ingrédients et produire de belles performances.
- 3** La cuisson Pour parfaire le résultat à ce stade, il faut dorer les portions mixées avec la lumière du jour et les sortir du studio.
- 4** Le montage Vous répétez maintenant plusieurs fois les étapes précédentes, jusqu'à que vos galettes soient prêtes à se montrer en spectacle.
- 5** L'exposition Pour préparer la dégustation, vous devez disposer les galettes sur une scène dans un endroit tendance et faire venir un public de connaisseurs, de connaisseuruses, de dégustateurs et de dégustatrices pour se délecter de la performance.
- 6** Une sublimation Pour sublimer cet événement, vous pouvez demander à Zacharia de filmer le résultat et le diffuser sur les réseaux sociaux pour permettre au monde entier de voir à quel point vos jeunes sont doué-es.

ingrédients :

- plusieurs jeunes d'univers différents et de profils variés
- de la motivation, de la créativité et du flow
- beaucoup de rap, avec une pincée de soul
- un Groove festival pour faire les premiers pas sur la scène cantonale le 23 août 2024
- une scène locale sur la commune pour Ignifuge puis assemblez le tout le 28 septembre 2024

conseils du chef :

Assaisonnez d'inclusivité, d'ouverture à tous les styles, de bonne humeur et d'engouement et vous aurez alors des embouteillages devant vos locaux pour venir profiter de cet outil à galettes.

LE RAINBOW CAKE

ingrédients :

- Antoine, l'étudiant HETS motivé
- Erwan, l'animateur encadrant
- 7 jeunes prêt-es pour partir à l'aventure
- des bungalows dans un camping en Camargue
- le minibus des TSHM

conseils du chef :

Assaisonnez de bonnes musiques et vous verrez qu'Antoine est un vrai animateur de soirée dans le bus.



- 1** Préparation de la base : Dans les objectifs de l'étudiant, vous sélectionnez celui qui vous permettra de lier les ingrédients entre eux et de créer les différentes couleurs de l'arc-en-ciel
- 2** Première étape : un bon mix ! Veiller à ce que les parts entre Antoine, Erwan et les jeunes soient égales et que chacun-e contribue à la hauteur de ses vitamines au projet. La réussite réside dans la bonne répartition des proportions des ingrédients
- 3** La cuisson Pour bien cuire la préparation, il vous faut vous lever assez tôt et prévoir un temps de cuisson de 6h pour arriver à la destination
- 4** Le démoulage Attention, pour bien démouler la préparation, vous devez démasquer à 1h du matin qui sont les loups-garous afin que le gâteau révèle toutes ses couleurs et n'oubliez pas on ne fait pas de carbonara sans casser des œufs (et on n'y met pas de crème).
- 5** L'autonomie C'est un gâteau qui se mange à plusieurs, mais qui comprend aussi des parts d'expériences en solitaire ou en groupe de pairs. Cette étape cruciale permet aux gourmands et gourmandes de développer leurs propres palais
- 6** Le rangement Vous devez ensuite veiller à bien ranger tous les locaux utilisés et nettoyer le minibus sans casser l'essuie-glace

LE SORBET ÉLECTRO-FESTIF

ingrédients :

- 1 patinoire de Pré-du-Camp, bien glacée et prête à accueillir du monde
- 1 organisation soignée par le Service des Sports de la commune de Plan-les-Ouates
- 3 DJ en herbe, formé-es toute l'année à l'atelier mix du Locados par Jessifly
- un mélange explosif de sons : rap, hip-hop et reggaeton en tête d'affiche
- une météo capricieuse : pluie fine et température bien fraîche
- des jeunes motivé-es, prêt-es à braver le froid pour un moment unique
- des lumières colorées pour une ambiance immersive
- quelques litres de boisson chaudes pour réchauffer les plus frileux et frileuses
- une bonne dose de lâcher-prise et d'énergie collective
- une organisation technique bien huilée pour éviter les interférences sonores

conseils du chef :

Même sous la pluie, une bonne Silent Disco se savoure avec passion. Assurez-vous que chacun-e ait de bonnes chaussettes, un bonnet bien chaud, des gants et une playlist savamment pimentée pour réchauffer l'ambiance.

- 1** Préparation de la base : Dans un grand bol hivernal, mélangez l'équipe du Service des Sports avec l'animation du Locados. Assurez-vous que la patinoire soit bien prête à accueillir un événement hors du commun et que l'équipement sonore fonctionne à la perfection.
- 2** Première étape : la mise en place sonore Distribuez les casques à tous les participant-es et laissez-les choisir leur fréquence préférée. Assurez-vous que les DJ, bien préparé-es après une année d'atelier mix, soient prêt-es à servir leurs meilleurs morceaux.
- 3** La cuisson sous la pluie : un défi relevé Malgré une météo capricieuse, laissez mijoter la bonne humeur. Les gouttes de pluie n'éteignent pas l'envie de danser, elles rajoutent même une touche d'imprévu à la recette.
- 4** L'effet givré : danse et patinage synchronisés Sur la glace, laissez les mouvements se libérer. Certains optent pour des pas de danse inspirés, d'autres préfèrent glisser en rythme. Peu importe la technique, l'essentiel est d'être dans le flow.
- 5** Le réchauffement final : boissons et éclats de rire Après une bonne session, servez un remontant sous forme de chocolat chaud ou de thé fumant chez Geronimo. Laissez les sourires se répandre et les discussions s'animer autour de cette expérience unique.

LES CUPCAKES À DÉCORER

- 1** Dans une grande marmite festive, versez les jeux de société et remuez avec enthousiasme
- 2** Ajoutez délicatement le stand PlayStation, en veillant à ce que les manettes ne s'embrouillent pas
- 3** Incorporez les apprentis vendeurs de crêpes, laissez-les retourner la pâte avec brio (ou rattraper les ratés en fou rire)
- 4** Saupoudrez d'une pincée de créativité avec l'atelier couture Wax, un vrai régal pour les passionnés du fil
- 5** Mélangez le tout avec des spectacles et des animations surprises, laissez infuser la bonne humeur
- 6** Laissez mijoter sur deux jours, jusqu'à ce que toute la ville soit en ébullition.
- 7** Dégustation :
À savourer en famille ou entre amis, sans date de péremption... mais à renouveler en 2025!

ingrédients (pour une commune gourmande et joueuse) :

- 500g de jeux de société en libre-service
- 2 cuillères à soupe de PlayStation bien dosées
- 1 atelier couture au Wax, cousu main avec amour
- 1 stand de crêpes dorées à souhait, servi par nos apprentis chefs
- 1 manège à propulsion parentale (muscles requis, fous rires garantis)
- 1 assortiment de spectacles et d'animations surprises
- Une bonne poignée d'ateliers créatifs pour petits et grands
- 1 zeste d'ambiance festive, à volonté

conseils du chef :

Servez avec une louche de souvenirs et une cuillère de fierté, car cette 5^e édition a été un vrai régal!



LE DÉGRADÉ PARFAIT



- 1** Préparation de la base : la formation
Dans un premier temps, mélangez le savoir-faire des deux coiffeurs avec la motivation du jeune apprenti. Laissez infuser sur plusieurs séances pour permettre l'acquisition des bases techniques.
- 2** Première étape : l'apprentissage par la pratique
Encouragez le jeune à s'entraîner régulièrement en variant les styles et les coupes. Assurez-vous que chaque coup de tondeuse soit appliqué avec précision et que la technique s'améliore au fil du temps.
- 3** L'investissement : un matériel de qualité
Après plusieurs sessions de petits-jobs, laissez reposer le budget mis de côté jusqu'à obtenir la somme nécessaire pour un équipement professionnel. Une fois le matériel acheté, la recette gagne en finesse et en efficacité.
- 4** Le service : des ateliers ouverts à tous
Déployez le jeune talent lors de sessions de coupe au Locados et au Vélo-D. Proposez un service accessible, où chacun peut venir tester une nouvelle coupe gratuitement. Observez les sourires et la satisfaction des clients en fin de séance.
- 5** L'essor : un vrai professionnel en devenir
Avec de plus en plus d'expérience, laissez le jeune prendre confiance en lui et développer son propre style. Son nom commence à circuler et sa réputation se construit.

ingrédients :

- deux coiffeurs professionnels, maîtres des ciseaux et de la tondeuse
- un jeune motivé, prêt à apprendre les bases du métier
- une formation taillée sur mesure pour lui transmettre les techniques essentielles
- un budget de petits jobs soigneusement mis de côté pour investir dans du matériel de qualité
- des séances d'entraînement régulières pour affiner le geste et perfectionner le style
- une première expérience professionnelle sous forme de petit-job
- un espace d'intervention variable : parfois au Locados, parfois au Vélo-D
- une clientèle contente de se faire coiffer gratuitement
- une touche de confiance et de patience pour laisser l'apprentissage prendre forme

conseils du chef :

Toujours encourager, toujours affiner, et surtout, toujours laisser la place au talent de s'exprimer.

PERSPECTIVES

Fortes et forts de cette année riches en moment épicés, le Locados réserve de belles perspectives pour 2025 et vous promet de nouvelles expériences à déguster sans modération.



Recette du Camp Ensoleillé:

LES TAPAS SAUCE ESPAGNOLE

- 1** Préparation de la base:
Dans une grande marmite d'idées, mélangez soigneusement l'organisation logistique et les attentes des jeunes. Laissez mijoter jusqu'à obtention d'un programme alléchant.
- 2** Première étape: Une entrée tonique!
Chauffez vos moteurs avec une activité jet-ski, parfaite pour réveiller l'énergie des participant-es. Attention à ne pas laisser déborder l'adrénaline!
- 3** Plongée en saveurs marines:
Ajoutez une bonne dose de snorkeling pour une exploration sous-marine colorée. Assurez-vous que tout le monde est équipé de palmes et prêt à plonger dans la découverte.
- 4** Un zeste de culture:
Introduisez subtilement une visite de musées locaux pour équilibrer l'effervescence sportive. Cette étape peut être assaisonnée d'histoires captivantes pour les rendre plus savoureuses.
- 5** Le plat principal – l'émotion sportive:
Servez un match de foot du Barça en plat principal. Laissez les participants s'imprégner de l'ambiance électrique du stade et vivez ensemble un moment mémorable.
- 6** Garniture de paysages:
Disposez les paysages époustouffants de la Costa Brava en accompagnement. Balades, farniente et éclats de rire sont les bienvenus!
- 7** Finale gourmande:
Terminez votre recette avec une dégustation de tapas et de paëllas. Laissez chaque participant savourer la richesse des saveurs locales et partager un moment convivial.
- 8** Cuisson à cœur:
Laissez reposer ces souvenirs dans les cœurs et mémoires de chacun. Ajoutez une touche finale d'émotion en compilant photos et anecdotes dans un album souvenir.

ingrédients:

- 1 groupe de jeunes réfractaires, MAIS bien motivés (de préférence 10 à 12 individus)
- 5 jours d'aventures intenses sous le soleil espagnol
- 1 belle pincée de Costa Brava (incluant plages, criques et paysages à couper le souffle)
- 2 heures de sensations fortes en jet-ski
- 1 plongée épicée au snorkeling
- 1 immersion culturelle dans les musées locaux (ajuster le dosage selon les goûts)
- 1 match de foot légendaire au Camp Nou (à consommer avec passion!)
- quelques kilos de tapas et de paëllas authentiques
- une dose généreuse de rires et de souvenirs partagés
- une pointe d'organisation bien huilée pour l'encadrement
- 1 soupçon de patience pour gérer les imprévus

conseils du chef:

Assaisonnez généreusement avec des moments d'échange et d'entraide. Pour une meilleure digestion, n'oubliez pas de partager le récit de cette aventure avec le reste du centre lors d'une soirée spéciale sous forme de repas canadien.

LA SALADE DE FRUITS DE SAISON

- 1** Dans un grand bol de partage, mélangez les jeunes et leurs idées.
- 2** Ajoutez progressivement des projets concrets, en remuant bien pour éviter les grumeaux d'incompréhension.
- 3** Incorporez de la concertation et de l'échange, laissez reposer pour que chacun trouve sa place.
- 4** Ajoutez une touche de créativité, sans oublier quelques épices d'audace pour relever le tout.
- 5** Faites mijoter en impliquant toute la commune et en veillant à maintenir un feu doux de bienveillance.
- 6** Goûtez régulièrement: ajustez si nécessaire en fonction des envies et besoins des participants. Servez chaud et partagez sans modération!
- 7** Dégustation: Cette recette a permis, cette année, de renforcer les liens, de dynamiser la commune et de prouver que l'union fait la force. À reproduire chaque année, en variant les saveurs des projets!

ingrédients (pour une commune solidaire et dynamique):

- 1 belle équipe de jeunes motivés, à volonté
- 500g de projets collectifs (bien mûris et réfléchis)
- 1 pincée de volonté de changer les choses dans la commune
- une bonne dose de dialogue et d'écoute (ingrédient clé !)
- 200g de créativité pour pimenter les idées
- 1 flamme d'engagement à entretenir avec soin
- une pluie d'initiatives locales, aussi diverses que savoureuses

conseils du chef :

N'oubliez pas d'ajouter une pincée de fierté collective et un soupçon de souvenirs mémorables... C'est ce qui donne tout son goût à l'aventure!



LA CONVENTION TRIPARTITE

Il s'agit d'une recette qui lie le SASJ, la FASe et les centres. Les partis s'engagent à la recherche de cohérence et de synergies pour proposer les meilleurs plats aux différents publics avec des programmes d'actions et des projets transversaux en lien avec la politique communale.

Voici un exemple de contribution pour 2024



LE VELOUTÉ DU BIEN-ÊTRE

ingrédients :

- une après-midi du mercredi, idéale pour une pause dans le rythme effréné du quotidien
- un partenariat équilibré entre le SASJ, les TSHM B2P et le Locados
- un éventail d'ateliers soigneusement dosés pour nourrir l'esprit et le corps
- impro théâtrale pour libérer l'expression
- mindfulness pour se recentrer
- artistique pour extérioriser les émotions
- boîte pour canaliser l'énergie et relâcher la pression
- une pincée d'intervenant-es bienveillant-es pour accompagner chaque atelier
- un groupe de jeunes engagé-es, plein-es de curiosité, prêt-es à explorer différentes pratiques
- un goûter sain, coloré et nourrissant pour clôturer l'événement en douceur
- une atmosphère apaisante et conviviale, où chacun-e trouve sa place

conseils du chef :

Prévoyez toujours une dose d'adaptabilité pour que chaque jeune trouve l'espace dont iel a besoin. Un atelier bien dosé, c'est un atelier où chacun-e repart avec un ingrédient utile pour son propre équilibre.

- 1** Préparation de la base : Dans un espace accueillant, mélangez les partenaires et définissez ensemble un programme fluide, équilibré et adapté aux besoins des jeunes. Laissez reposer quelques semaines pour assurer une logistique bien rodée.
- 2** Mise en température : l'accueil des jeunes À leur arrivée, proposez un temps d'échange pour présenter les ateliers et permettre à chacun-e de choisir ce qui lui correspond le mieux. Maintenez une atmosphère bienveillante, sans pression ni jugement.
- 3** Le service des ateliers : un menu varié pour tous les goûts
Divisez les jeunes en petits groupes et répartissez-les entre les différents ateliers.
Chaque ingrédient a son importance :
Impro théâtrale : laissez les émotions s'exprimer librement et favorisez le lâcher-prise à travers des jeux de rôle et des scénarios spontanés, rires assurés.
Mindfulness : proposez des exercices de respiration et de pleine conscience pour ancrer l'instant présent.
Art et dessin : fournissez pinceaux, crayons et papier pour permettre aux idées et ressentis de prendre forme.
Boîte : guidez les mouvements pour transformer le stress en énergie positive et maîtriser son corps avec confiance.
- 4** Cuisson à feu doux : l'expérience collective Laissez mijoter les échanges et observez les bienfaits de chaque atelier sur les participant-es. Veillez à ce que chacun-e puisse s'exprimer à son rythme et trouve du sens dans son parcours.
- 5** Finalisation et dégustation : un goûter sain et convivial Servez un goûter équilibré et partagez ensemble ce moment pour échanger impressions et ressentis. Ajoutez une touche de gratitude et d'encouragements pour clôturer cette expérience de manière positive.

LES STATISTIQUES

Les chiffres donnent de la visibilité à nos actions et nous permettent de réfléchir si les ingrédients de nos recettes sont bien proportionnés et que nos plats sont équilibrés.

Pour obtenir des statistiques précises, c'est un travail de rigueur tout au long de l'année de la part de toutes l'équipe.



LE GRATIN MOLÉCULAIRE

- 1** Préparation de la base : Commencez par mélanger les 310 accueils libres avec les 4225 passages d'ados et les 1681 passages de jeunes adultes. Faites une proportion de 21% de filles et 79% de garçons pour équilibrer les saveurs.
- 2** Ajouter de la diversité : Incorporez doucement la diversité des profils dans votre mélange. C'est un ingrédient clé pour garantir un goût authentique et riche.
- 3** Mélanger les talents : Saupoudrez généreusement avec les 152 petits jobs réalisés et les 312 ateliers animés tout au long de l'année. Cela apportera une texture dynamique et un parfum de collaboration.
- 4** Incorporer les activités : Faites sauter les 63 activités sportives et les 20 sorties dans une poêle bien chaude, puis incorporez 2 camps pour ajouter une touche de convivialité et de découverte.
- 5** Laisser mijoter : Laissez le tout mijoter pendant toute l'année, jusqu'à ce que les jeunes aient eu le temps d'apporter leur touche personnelle à la recette. Ils seront les experts pour affiner l'assaisonnement !
- 6** Ajouter les repas partagés : Enfin, incorporez les 81 repas partagés avec les 804 jeunes, une cuillerée de convivialité et de plaisir culinaire. Mélangez bien pour que chacun puisse savourer pleinement cette expérience.

ingrédients principaux :

- 310 accueils libres (hors vacances)
- 4225 passages d'ados
- 1681 passages de jeunes adultes
- 21% de filles et 79% de garçons
- 19072 participants au total, dont :
 - 44% d'adolescents
 - 19% de jeunes adultes
 - 37% de tout public

ingrédients supplémentaires :

- 152 petits jobs réalisés par les jeunes
- 312 créatifs et enrichissants
- 63 activités sportives
- 20 sorties variées
- 2 camps pour des moments inoubliables
- 81 repas partagés avec 804 jeunes
- Une généreuse touche de diversité des profils et de créativité culinaire

conseils du chef :

Le Locados et le Velo-D sont les lieux de passage incontournables pour tous les jeunes du quartier. N'oubliez pas de prendre une portion de 5381 passages hors période scolaire dans ces espaces, pour un goût authentique et inoubliable. Si vous souhaitez un goût traditionnel, optez pour le mélange 56% Locados et 44% Velo-D.



Bon appétit

et félicitations à nos
chef.fe.s culinaires
en herbe !

Bilan au 31 décembre 2024

Actif	2024/ CHF	2023/ CHF
Actif circulant		
<u>Liquidités</u>		
Caisses	1'007.88	865.48
CCP	33'893.53	26'323.93
	<u>34'901.41</u>	<u>27'189.41</u>
<u>Autres créances</u>		
Débiteurs usagers	1'400.00	1'955.40
Dépôts de garantie	3'397.50	3'042.50
Créanciers sociaux	405.60	844.80
	<u>5'203.10</u>	<u>5'842.70</u>
<u>Actifs transitoires</u>		
Charges comptabilisées d'avance	7'662.45	5'490.98
Produits à recevoir	986.78	185.62
Compte d'attente	-	-
	<u>8'649.23</u>	<u>5'676.60</u>
Total Actif circulant	48'753.74	38'708.71
Actif immobilisé		
Mobilier	-	-
Machines et matériel	-	-
Véhicules	-	-
Matériel audiovisuel	-	-
Total Actif immobilisé	-	-
Total de l'Actif	48'753.74	38'708.71
Passif		
Fonds étrangers		
<u>Engagements courants</u>		
Fournisseurs	9'382.80	11'326.65
Salaires à payer	1'792.75	2'553.55
Créanciers sociaux	-	-
Autres créanciers	2'601.81	126.18
	<u>13'777.36</u>	<u>14'006.38</u>
<u>Provisions et fonds d'investissement</u>		
Fonds d'investissements	-	-
	<u>-</u>	<u>-</u>
<u>Passifs transitoires</u>		
Charges à payer	431.25	2'808.30
Charges estimées à payer	221.60	-
Produits comptabilisés d'avances	4'043.35	30.00
	<u>4'696.20</u>	<u>2'838.30</u>
Total Fonds étrangers	18'473.56	16'844.68
Fonds propres		
Fonds propres	7'678.68	7'678.68
Résultat exercices précédents	14'185.35	10'996.98
Résultat de l'exercice	8'416.15	3'188.37
Total Fonds propres	30'280.18	21'864.03
Total du Passif	48'753.74	38'708.71

Compte de résultat 2024

Recettes	2024 / CHF	2023 / CHF
Subventions cantonales non monétaires	38'272.88	55'637.55
Subventions cantonales monétaires	4'748.30	6'000.00
Subventions communales non monétaires	804'757.58	767'028.35
Subventions communales monétaires	129'408.30	130'800.05
Dons	1'000.50	910.25
Total subventions	978'187.56	960'376.20
Participations des usagers	4'103.99	5'002.00
Produits des ventes	15'933.75	14'766.65
Dédommagements de tiers	2'798.65	3'048.60
Autres contributions	-	11'000.00
Revenus des biens	2'743.59	2'338.04
Dissolution fonds d'investissement	-	-
Total revenus divers	25'579.98	36'155.29
Total Recettes	1'003'767.54	996'531.49
Charges		
Charges de personnel		
Salaires payés par la FASe	668'416.95	648'645.25
Salaires payés par le centre	36'987.25	28'646.75
Charges sociales payées par la FASe	132'671.93	130'182.70
Charges sociales payées par le centre	2'048.95	1'806.40
Personnel remboursé à la FASe	11'613.30	9'941.60
Autres charges de personnel FASe	12'298.85	11'935.05
Autres charges de personnel centre	5'965.45	3'809.65
- Elimination redondances FASe	-38'963.55	-27'285.55
Total charges de personnel	831'039.13	807'681.85
Biens et services		
Fournitures de bureau, documentation	883.55	640.90
Mobilier, machines	13'789.51	2'149.41
Autres fournitures et marchandises	32'649.00	44'018.89
Entretien des immeubles	1'112.50	618.65
Valeur de l'entretien locatif payé par des tiers	1'426.83	2'475.45
Entretien de l'objet mobilier	2'251.60	2'448.20
Loyers, fermages et redevances d'utilisation	2'294.50	2'614.20
Valeur locative des bâtiments payée par des tiers	68'473.20	68'538.00
Dédommagements	911.90	974.99
Prestations de services et honoraires	39'399.65	73'532.55
Frais association	402.55	416.30
Total biens et services	163'594.79	198'427.54
Amortissements et divers		
Amortissements ordinaires	-	-
Diminution de créances et divers	343.47	633.88
Constitution de fonds d'investissement	-	-
Subventions redistribuées	-	1'966.85
Total amortissements et divers	343.47	2'600.73
Sous-total Charges	994'977.39	1'008'710.12
Résultat de fonctionnement	8'790.15	-12'178.63
Produits exceptionnels	101.00	15'772.41
Charges exceptionnelles	475.00	405.41
Charges et produits exceptionnelles	-374.00	15'367.00
Résultat de l'exercice	8'416.15	3'188.37

REMERCIEMENTS

À toutes et tous qui rendez la vie du Locados meilleure, un grand merci!



BONUS – LES RECETTES DE L'ÉQUIPE

En prime trois spécialités de l'équipe du Locados



DOMBRÉ DE CREVETTES

de David!

Il était une fois, un soir où l'air embaumait déjà les épices et les effluves marins, que je décidais de préparer un dombré de crevettes antillaises, une recette chaleureuse et pleine de caractère.

ingrédients:

400g de crevettes sauvages, soigneusement choisies, fraîches et éclatantes, comptant 100g par personne. À leurs côtés, trônaient quatre grosses tomates bien rouges, prêtes à se transformer en une sauce onctueuse, deux gousses d'ail pour leur parfum enivrant, et trois oignons à la douce amertume. Une poignée généreuse de persil frais attendait, apportant une touche de fraîcheur, tandis que 1kg de farine était prêt à devenir l'élément clé des dombrés. Enfin, je sortis deux cuillères à soupe d'huile, du sel et du poivre pour assaisonner cette symphonie culinaire.

- 1 Pendant que la marmite travaillait, je m'attaquais à la pâte des dombrés. Dans un grand saladier, je mélangeais la farine avec une pincée de sel. J'ajoutais de l'eau petit à petit, pétrissant la pâte jusqu'à ce qu'elle devienne souple et facile à travailler. Une fois prête, je façonnais de petites boules, pas plus grandes qu'une noisette, et les déposais sur un plateau, prêtes à plonger dans la sauce.
- 2 Lorsque les tomates étaient bien fondues, je remplissais la marmite d'eau, montant le niveau à environ deux litres. Je portais le tout à ébullition, avant de plonger les dombrés dans ce bain parfumé. Avec une spatule, je remuais doucement pour éviter qu'ils ne collent au fond.
- 3 La cuisson avançait, et les dombrés se gorgeaient de la saveur de la sauce. C'est alors que j'ajoutais les crevettes, cinq minutes avant la fin. Leur chair délicate rosissait presque instantanément, promettant une texture parfaite.
- 4 Après une dernière touche de sel, de poivre et une poignée de persil fraîchement ciselé, je laissais la marmite reposer quelques minutes, comme pour permettre à tous ces ingrédients de se mêler intimement.

Lorsque je servis ce dombré fumant, les saveurs de la mer, des tomates mijotées et de la farine fondante emplirent l'air. Chaque bouchée était une évasion, un rappel des Antilles, de ses plages et de sa générosité culinaire.

Et vous, prêt à essayer ?

GÂTEAU À LA SEMOULE

de Malamine!

ingrédients:

- œuf : 4 unités
- sucre en poudre : 50g
- cannelle : 1 pincée
- jus d'orange pressé : 80 ml
- semoule de blé (semoule fine de blé dur, pas de semoule de couscous) : 80 g
- amandes (moitié hachées, moitié en poudre) : 80 g
- sucre en poudre : 100 g
- eau : 200 ml
- eau de fleur d'oranger : 2 c à s
- miel

- 1 Fouetter les jaunes d'œufs avec le sucre et la cannelle. Ajouter le jus d'orange, la semoule puis les amandes. Laisser reposer 15 minutes. Préchauffer le four à 200°C. Monter les blancs en neige avec une pincée de sel. Incorporer en deux fois à la pâte.
- 2 Mise en moule et cuisson
Verser la préparation dans un moule beurré (carré ou rond, si possible à charnière pour faciliter le démoulage). Faire cuire 20 minutes.
- 3 Préparation du sirop
Pendant ce temps, préparer le sirop en faisant chauffer doucement l'eau, l'eau de fleur d'oranger, le sucre et le miel qui doivent se dissoudre complètement. Laisser frémir 5 minutes sans remuer. Laisser tiédir.
- 4 Sortir le gâteau du four, laisser refroidir 15 minutes (sans démouler) avant de verser doucement le sirop en filet. Procéder en plusieurs fois pour bien imbiber la pâte. Laisser complètement refroidir au réfrigérateur avant de démouler le gâteau.
- 5 Service
Servir le gâteau de semoule découpé en carrés ou en petites parts décorées d'une amande entière.



LA CRÊPES PARTY

de Mama Rose!

- 1** Préparation de la pâte à crêpes
 1. Dans un grand saladier, verser la farine et ajouter une pincée de sel.
 2. Creuser un puit et casser les 20 œufs au centre.
 3. Commencer à mélanger doucement avec le fouet électrique tout en ajoutant progressivement le lait pour éviter les grumeaux.
 4. Une fois la pâte bien lisse, laisser reposer une trentaine de minutes (si possible, sinon, on attaque direct!).

- 2** Organisation de la cuisson
 - Installer les trois appareils à crêpes et désigner quelques « maîtres crêpiers » pour gérer la cuisson.
 - Prévoir une chaîne d'assemblage : un coin salé (dinde, viande séchée, gruyère, poivre) et un coin sucré (Nutella, Ovomaltine, sirop d'érable).
 - Laisser chacun personnaliser sa crêpe selon ses goûts.

- 3** Ambiance et dégustation
 - Mettre une bonne playlist en fond.
 - Prévoir une grande table où tout le monde peut s'installer ensemble.
 - Encourager les anecdotes et les souvenirs marrants pour accompagner les crêpes.

- 4** Le plus important
 - Avoir une énorme faim et ne pas oublier la bonne humeur!

Et voilà, une crêpe party réussie! Qui s'occupe de la première crêpe-test?

ingrédients:

- 20 œufs
- 2 litres de lait
- 1kg de farine
- 1 pincée de sel
- garnitures de votre choix



NEMS MAISON

façon Isaïe!

- 1** La préparation de la farce :

Il est important que les légumes (carottes, oignons) et le poulet soient coupés finement (même hachés si possible) on peut utiliser soit un hachoir ou bien un mixeur. Couper finement le poulet et les légumes puis les mettre dans le mixeur /hachoir puis mettre dans un grand bol. Pour les vermicelles, mettez-les dans un autre bol. ajoutez-y de l'eau bouillante jusqu'à ce que l'eau dépasse de justesse les vermicelles, recouvrir le bol et attendre 5-10min que les vermicelles aient absorbé l'eau, puis les ajouter à la farce. (Coupez les vermicelles à l'aide de ciseaux, afin de les rendre plus mélangable). Ajouter l'ail et gingembre, les sauces, poivre, sel et bien mélanger le tout (à la main c'est encore meilleur).

Votre farce est prête!!

- 2** Rouler les nems :

Prenez un petit torchon et humidifiez-le avec des petites gouttes d'eau, posez une feuille de brick (placez-la en forme de losange, la pointe vers vous). À l'aide d'une cuillère à soupe déposez la farce sur la feuille, deux phalanges au-dessus de la pointe du bas. Ramenez la pointe pour enrôler la farce. Faire un tour complet avec la feuille. Rabattre les deux côtés. Continuez à rouler jusqu'à laisser la pointe du haut libre. Mettre un peu d'œuf ou d'eau afin de coller la feuille. Et les disposer sur une assiette.

Tes nems sont roulés!!

- 3** La cuisson :

Mettre de l'huile sur une poêle (5 bonnes cuillères à soupe) à feu moyen puis lorsque l'huile est chaude mettez délicatement vos nems et laisser les cuire 3-4min de chaque côté. Mettez un papier sur une assiette et poser vos nems cuits dessus afin que l'excès d'huile soit retiré. Vous pouvez maintenant servir vos nems avec ce que vous souhaitez : sauce aigre douce, satay, de la coriandre, de la laitue, etc..

Voilà c'est une petite recette de nems que tu pourras essayer si tu en as envie et emporter partout avec toi!!!

ingrédients:

- 300 g de blanc de poulet/ tofu (haché si possible)
- 100 g de vermicelles de riz
- 1 carotte
- 1 oignon
- 2 gousses d'ail (ou de gingembre)
- 2 cuillères à soupe de sauce soja
- 1 cuillère à soupe de nuoc-mâm (sauce poisson) (peut être remplacé par un peu de vinaigre de riz)
- 40 (petites) feuilles de brick (environ)
- de l'huile de tournesol
- sel et poivre au goût



Impression au Locados,
Avril 2025

Graphisme & illustrations
Joe Lourenço Pinto

