



Bulle d'Air

Sport santé & Bien-être

*Bouger
Respirer
Se sentir mieux*

Rapport d'activité 2025 - 2026

ENSEMBLE, POUR UNE SANTÉ DURABLE

*Une activité
adaptée pour
un mieux-être
durable*



ACTIVITÉ
PHYSIQUE
ADAPTÉE



SANTÉ



BIEN-ÊTRE

Une histoire qui fait sens

Bulle d'EIR est née en **janvier 2021** de la volonté de **trois bénévoles**, convaincues de l'importance de **l'activité physique adaptée** pour améliorer la qualité de vie des personnes atteintes de **maladie chronique** ou en **ALD**.



Une aventure humaine
au service des autres

Bouger
Respirer
Se sentir mieux
Ensemble, durablement



« Une bulle d'oxygène
dans le quotidien »
comme le disent nos adhérents.

Ensemble,
pour une santé
plus active !

Un nom
peu commun :
Bulle d'EIR

en clin d'œil à la déesse viking
EIR, qui signifie « aide »,
divinité associée
à la compétence médicale,
la guérison et au bien-être.



Une association au service du territoire

Implantée à Elbeuf, au cœur des Boucles de Seine,
Bulle d'EIR propose des séances d'**Activité Physique Adaptée**
à des personnes de **tout âge**, hommes ou femmes,
souffrant de **maladie chronique** ou d'une **ALD**.



*Au cœur
des Boucles
de Seine*

*Un ancrage local,
au plus près
des habitants !*



Accessibilité

Des activités ouvertes
à tous, sans condition
d'âge, dans un esprit
d'inclusion.



Adaptation

Des programmes
personnalisés selon
les capacités, les besoins
et la pathologie
de chacun.



Bienveillance

Un accompagnement
à l'écoute, dans un cadre
convivial et motivant.



Proximité

Des actions au plus près
des habitants, en lien
avec les professionnels
de santé et les acteurs
du territoire.



Une association engagée pour améliorer la **qualité de vie**
et favoriser le **bien-être** grâce à l'activité physique adaptée.

*Bouger
Respirer
Se sentir mieux
Ensemble, durablement*

Nos activités : le sport-santé en action !

Nous proposons des séances
d'Activité Physique Adaptée (APA)
encadrées par un éducateur sportif spécialisé
et éducateur thérapeutique.

Des **programmes personnalisés**, élaborés à partir
d'un bilan initial, et des séances réalisées
en **petit groupe**, dans une ambiance conviviale
et bienveillante.



Renforcement
musculaire



Cardio
adapté



Souplesse
et équilibre



Activités
encadrées



Sécurité



Qualité



Ultra-personnalisation

Bouger
Respirer
Se sentir mieux
Ensemble, durablement



Des activités
variées et adaptées



En salle
ou en extérieur



Une bulle d'oxygène
dans le quotidien !

Ensemble,
pour une santé
plus active !

Des conditions pensées pour une pratique de qualité



*Un cadre adapté,
sécurisé et motivant !*

Des séances personnalisées

Des programmes construits à partir d'un bilan fonctionnel et motivationnel, puis adaptés aux capacités, à la pathologie et aux objectifs de chacun.



Les bilans sont effectués à la
Pharmacie Normande d'Elbeuf



*Bouger
Respirer
Se sentir mieux
Ensemble, durablement*

Des lieux adaptés



Gymnase Poussin – Elbeuf

Lieu principal des séances d'APA •
salle équipée de matériel cardio.



Espace Torretton – Saint-Pierre-lès-Elbeuf

Un autre lieu de pratique pour
diversifier les activités.

Du matériel de qualité

Des équipements adaptés et
régulièrement renouvelés pour varier
les exercices, notamment le travail
cardiovasculaire.



Matériel de fitness • cardio-training •
petit matériel



*Tout est pensé pour pratiquer en confiance
et progresser à son rythme.*

Bulle d'EIR en quelques chiffres

*Plus qu'une activité,
un élan pour la santé !*



141
adhérents



135
pratiquants
(96,5 % des adhérents)



690 h
de séances d'APA
(15 h / semaine
sur 46 semaines)



51 h
de bilans individuels
(51 nouveaux
pratiquants)



51
nouveaux
pratiquants



100
pratiquants avec
une carte APA
(74 %)



19
sorties
du dispositif



5 semaines
de fermeture
+ quelques jours
dans l'année

*Du temps
pour la santé,
de l'énergie
pour demain !*



Une activité physique
adaptée pour tous



Un accompagnement
bienveillant



Un projet collectif
et territorial



Une contribution à une
société plus saine

*Bouger
Respirer
Se sentir mieux
Ensemble, durablement*

Rapport d'activité
2025 - 2026

Qui sont nos pratiquants ?

Répartition des 135 pratiquants



78 %
femmes
(105)



22 %
hommes
(30)

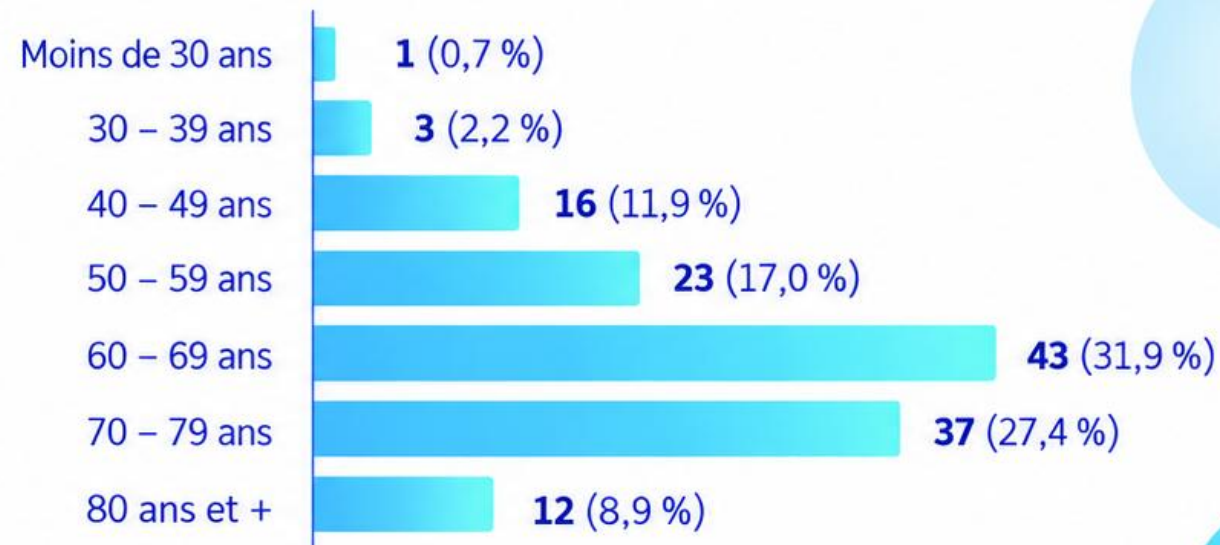
Une majorité de femmes,
comme les années précédentes

Bouger
Respirer
Se sentir mieux
Ensemble, durablement

*Ensemble
pour une santé durable !*

Répartition par âge

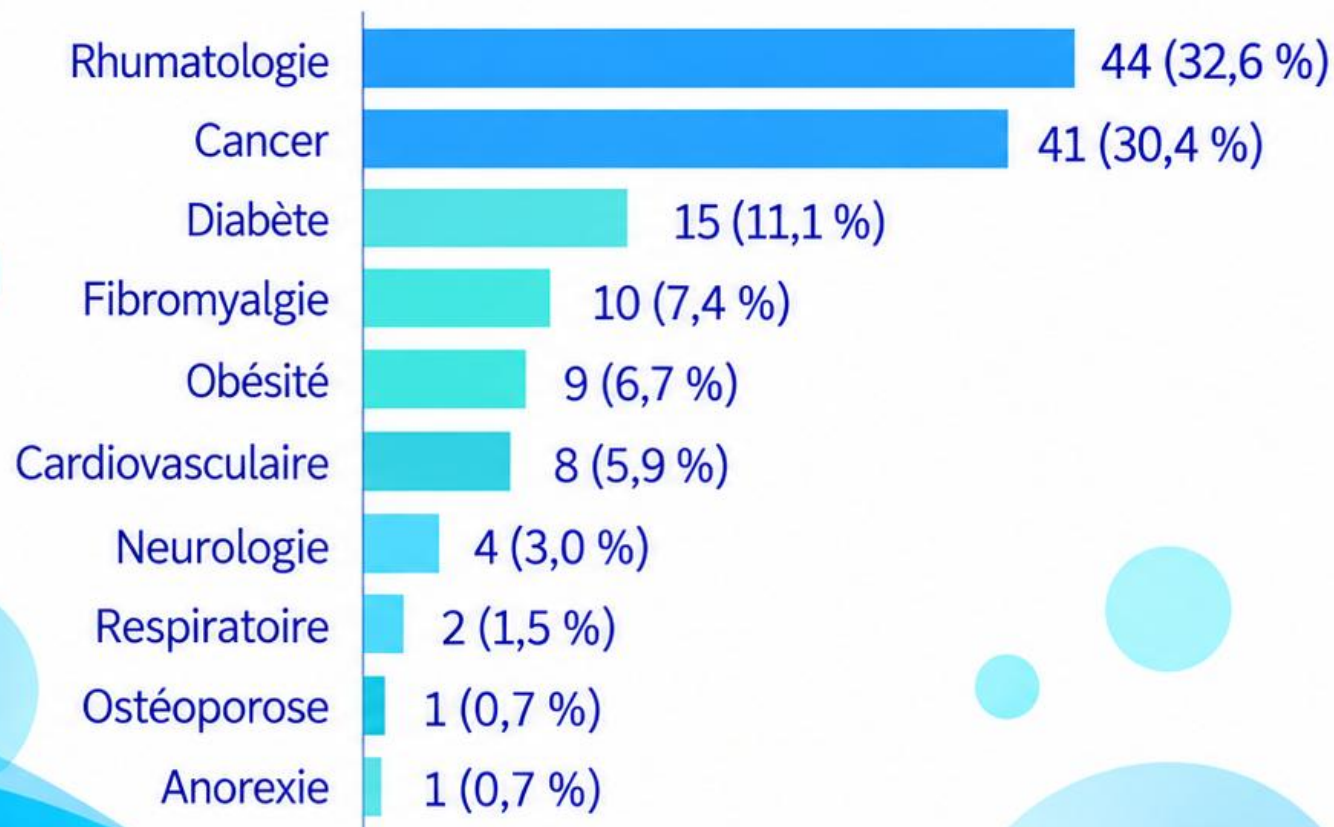
(135 pratiquants)



68 % des pratiquants ont 60 ans ou plus

Des profils de santé variés

Pathologie principale (135 pratiquants)



*Plus qu'une activité,
un élan pour la santé !*

63 %

des pratiquants sont
principalement suivis
pour un cancer ou une
pathologie rhumatologique

1 pratiquant sur 4

présente au moins
deux pathologies
(34 personnes, soit 25 %)

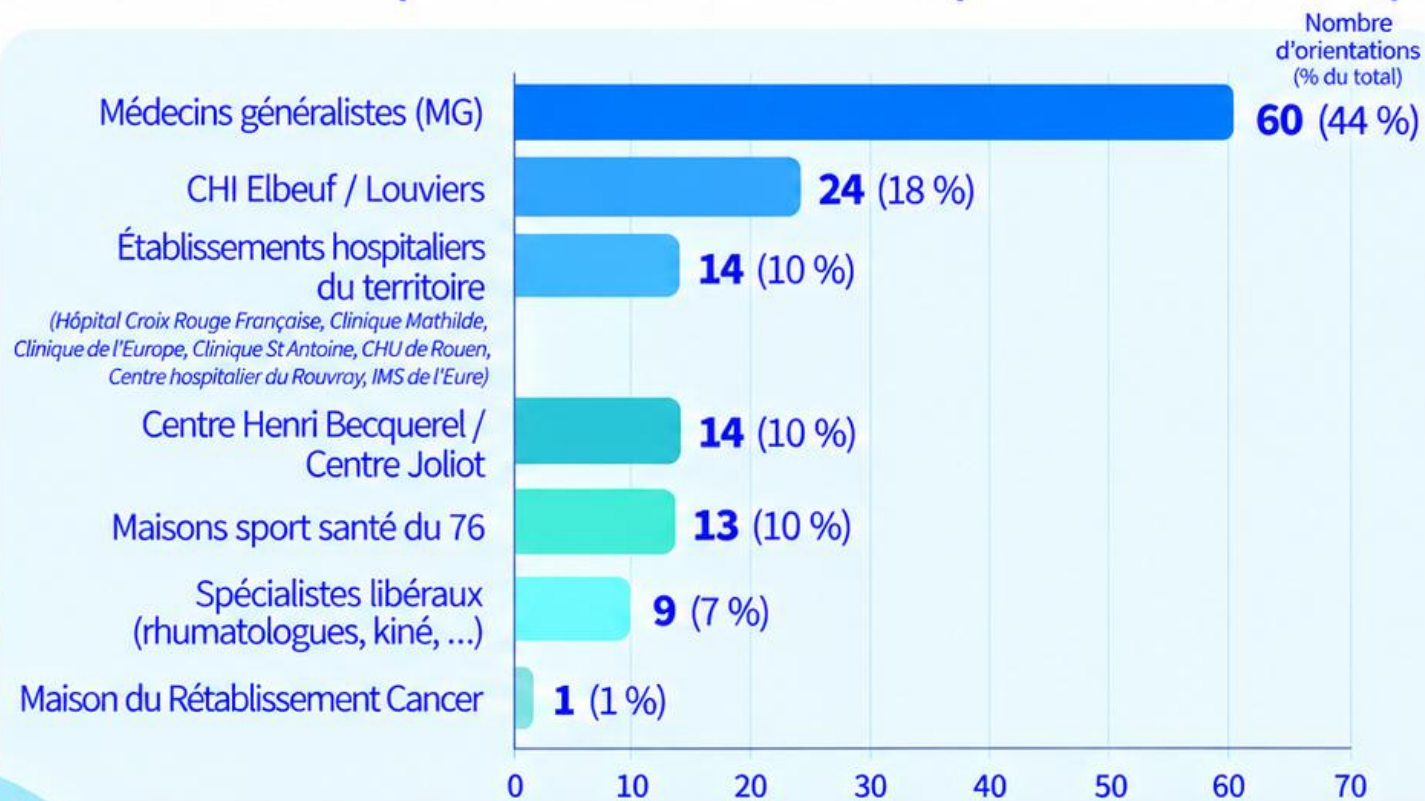
*Bouger
Respirer
Se sentir mieux
Ensemble, durablement*



Les prescripteurs

Des partenaires essentiels pour orienter les pratiquants

*Plus qu'une activité,
un élan pour la santé !*



135

orientations

sur la saison 2025-2026



Environ

80

partenaires prescripteurs

sur le territoire

*Un maillage territorial fort
au service de la santé de tous*



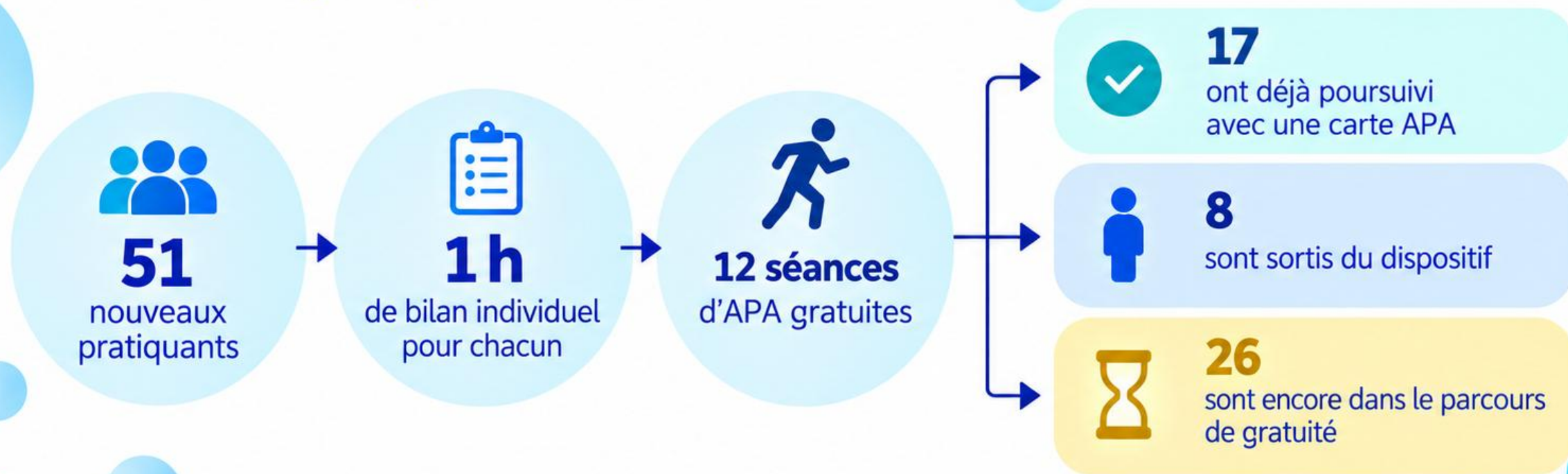
Un réseau de prescripteurs diversifié, indispensable pour orienter les patients vers une pratique physique adaptée et sécurisée.

*Bouger
Respirer
Se sentir mieux
Ensemble, durablement*

Le parcours des nouveaux pratiquants

51 nouveaux pratiquants accueillis en 2025-2026

*Plus qu'une activité,
un élan pour la santé !*



84 % de poursuite

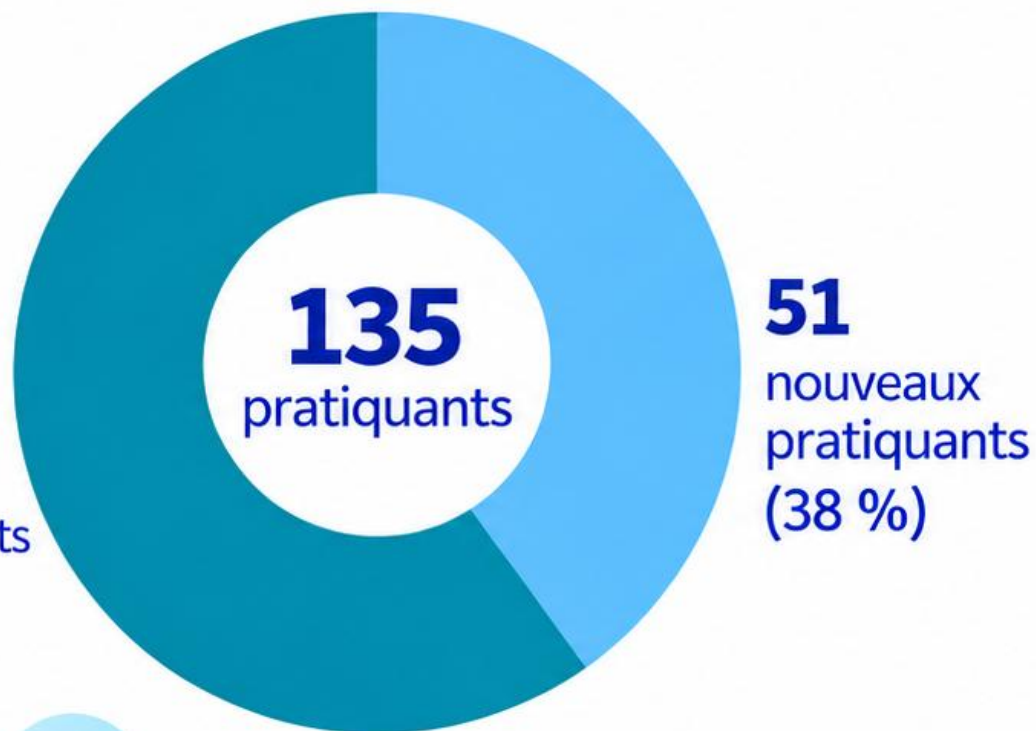
parmi les parcours ayant déjà abouti ou en cours
(43 sur 51)

*Bouger
Respirer
Se sentir mieux
Ensemble, durablement*

Fidélisation et engagement

Répartition des 135 pratiquants

*Une activité
qui crée du lien !*



84
renouvellements
(62 %)

51
nouveaux
pratiquants
(38 %)



100

pratiquants ont une carte APA
soit **74 %** des pratiquants



Une forte fidélisation
et une capacité d'accueil
continue de nouveaux
pratiquants

*Bouger
Respirer
Se sentir mieux
Ensemble, durablement*

Un ancrage territorial fort

D'où viennent nos pratiquants ? (135 pratiquants)

*Un territoire,
une dynamique collective !*

Seine-Maritime
101 (75 %)

Eure
34 (25 %)

 **Bassin
elbeuvien
91 (67 %)**

Principales communes (nombre de pratiquants)



67 %

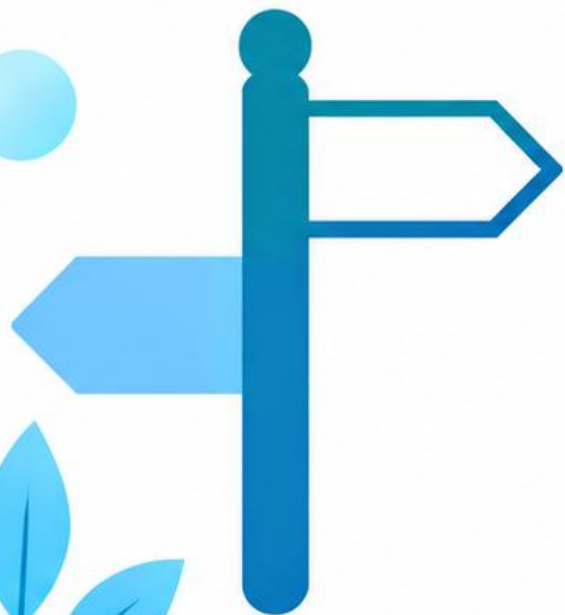
des pratiquants résident
dans le bassin elbeuvien
(contre 59 % en 2024-2025)

*Bouger
Respirer
Se sentir mieux
Ensemble, durablement*

Les sorties du dispositif

19 sorties enregistrées en 2025-2026

*Une activité
pour aujourd'hui
et demain !*



Les motifs de sortie sont multiples :

- déménagement,
- inscription dans un club de sport classique,
- reprise d'une activité professionnelle incompatible avec les horaires proposés,
- choix de ne pas poursuivre après les séances gratuites,
- autres raisons personnelles.

Ces sorties ne sont pas des échecs, mais le reflet de parcours et de projets de vie différents.

*Bouger
Respirer
Se sentir mieux
Ensemble, durablement*

L'activité en heures

Un accompagnement complet tout au long de l'année

*Du temps pour la santé,
de l'énergie pour demain !*



690 h

de séances d'APA
soit 15 h / semaine
sur 46 semaines



51 h

de bilans individuels
(51 nouveaux pratiquants)

741 h

d'accompagnement
au total
(séances + bilans)

*Bouger
Respirer
Se sentir mieux
Ensemble, durablement*

Évolution 2024-2025 → 2025-2026

	2024-2025	2025-2026	Évolution
Adhérents	138	141	+3
Pratiquants	131	135	+4
Femmes	102	105	+3
Hommes	29	30	+1
Âge moyen	63 ans	64 ans	+1 an
Rhumatologie (pathologie principale)	43	44	+1
Cancer (pathologie principale)	41	41	stable
Multipathologies	31	34	+3
Bassin elbeuvien	59 %	67 %	+8 points

*Une progression
qui confirme
notre dynamique !*



Des effectifs en légère progression, un profil de public stable, et un ancrage territorial encore plus fort.

*Bouger
Respirer
Se sentir mieux
Ensemble, durablement*



Nos objectifs pour 2026-2027

- ✓ Poursuivre l'accueil de nouveaux pratiquants dans un cadre bienveillant et sécurisé
- ✓ Favoriser la poursuite de l'activité après le parcours gratuit
- ✓ Maintenir une offre de séances variée et accessible
- ✓ Renforcer les partenariats sur le territoire
- ✓ Soutenir les personnes atteintes de pathologies chroniques dans une démarche durable de santé et de mieux-être



Bouger
Respirer
Se sentir mieux
Ensemble, durablement



Bulle d'€iR

Sport santé & Bien-être

Des moyens
au service
d'une santé durable !

Bouger
Respirer
Se sentir mieux

Rapport financier 2025 - 2026

ENSEMBLE, POUR UNE SANTÉ DURABLE



ACTIVITÉ
PHYSIQUE
ADAPTÉE



SANTÉ



BIEN-ÊTRE

*Ensemble,
plus loin pour une
santé durable !*

Nos partenaires financiers

Merci pour leur confiance et leur soutien !

Grâce à l'engagement de nos partenaires financiers, Bulle d'EIR peut développer ses actions, accueillir de nouveaux pratiquants et rendre la pratique du sport santé accessible au plus grand nombre.

Merci !

*Bouger
Respirer
Se sentir mieux
Ensemble, durablement*

Les collectivités territoriales



L'Assurance Maladie



Soutien financier dans le cadre des appels à projets

La Pharmacie Normande



Mise à disposition d'un bureau pour la réalisation des bilans et dons financiers

La Fondation Clariane



Soutien financier dans le cadre d'un appel à projets

Les adhérents



Leur cotisation permet de pérenniser nos activités

Les dons



Un soutien précieux pour développer de nouveaux projets

Les ventes



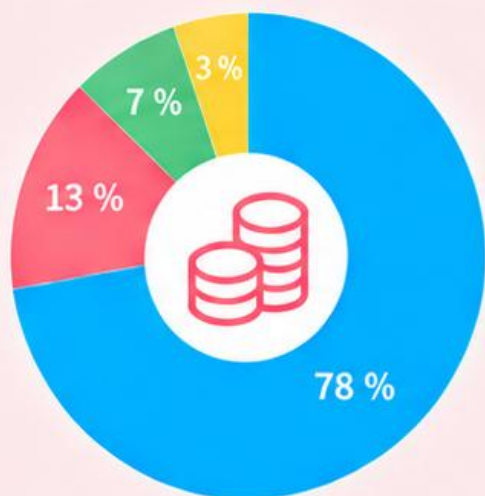
Événements, ventes solidaires...

Notre budget 2025

Des ressources au service de nos actions !

Nos dépenses

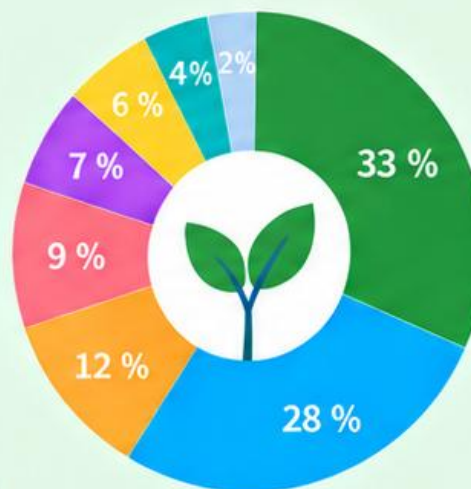
34 174 €



	Honoraires et prestations d'activités sportives	26 520 € (78 %)
	Achats d'équipements, de fournitures	4 289 € (12 %)
	Déplacements, missions, réception	2 334 € (7 %)
	Autres frais divers de gestion courante	1 031 € (3 %)

Nos recettes

44 284 €



	Ressources reportées de 2024	14 433 € (32 %)
	Vente de cartes 10 séances d'APA	12 639 € (28 %)
	Cotisations des adhérents	5 205 € (12 %)
	Appels à projets	3 896 € (9 %)
	Subventions publiques	2 980 € (7 %)
	Financement IMAPAC	2 535 € (6 %)
	Dons et ventes solidaires	1 901 € (4 %)
	Vente de textiles	695 € (2 %)

Des dépenses maîtrisées pour des actions de qualité



Résultat 2025

+ 10 109 €

Un résultat positif qui nous permet de poursuivre et développer nos actions !

Des ressources diversifiées grâce à la confiance de nos partenaires

*Bouger
Respirer
Se sentir mieux
Ensemble, durablement*

Nos contributions volontaires

Une mobilisation essentielle en 2025 - 2026



Ensemble,
pour une santé
plus active! 



Temps de l'éducateur APA non payé

Séances d'APA, préparation,
suivi des pratiquants, participation
aux événements...

18 330 €

Soit l'équivalent de 282 heures valorisées

*Un engagement
au service
de nos adhérents !*



Au total

36 604 €

de contributions
volontaires valorisées
en 2025 - 2026

*Un soutien précieux
qui fait la différence !* 



Mise à disposition des salles par les communes

Créneaux pour les séances d'APA
(15 h/semaine sur 46 semaines)

9 660 €

Soit 690 heures × 14 €/h

*Des communes
engagées à nos côtés
pour favoriser
le sport santé !*



Temps bénévoles (Présidence, trésorerie et secrétariat)

Gestion administrative, coordination
des projets, recherche de financements,
communication, organisation
des événements...

7 200 €

*Une équipe
bénévole investie
au quotidien !* 



Mise à disposition d'un espace par la Pharmacie Normande

Réalisation des bilans individuels
dans leurs locaux

714 €

Soit 51 heures × 14 €/h

*Un partenariat
local précieux
pour un meilleur
accompagnement !* 



Ces contributions volontaires ne constituent pas des recettes encaissées.

Elles permettent de valoriser les moyens humains et matériels mis gratuitement au service de l'association et témoignent de la mobilisation de nombreux partenaires et bénévoles autour de Bulle d'EIR.

*Merci à toutes
et à tous !* 

*Bouger
Respirer
Se sentir mieux
Ensemble, durablement*

Notre budget 2026

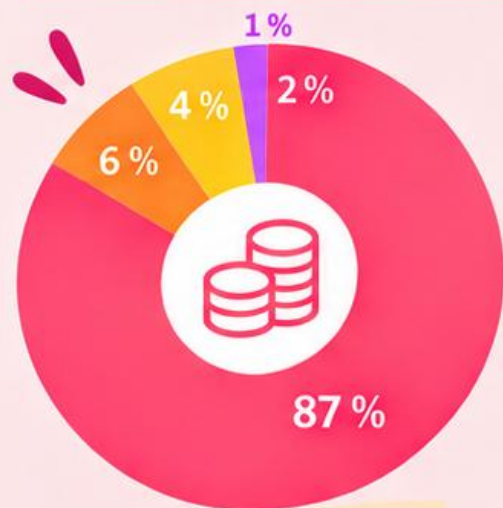
Situation au 31 août 2026



À noter :
une baisse de **500 €**
de la subvention de la mairie d'Elbeuf
par rapport à 2025.

Nos dépenses

19 478 €



Honoraires et prestations d'activités sportives **16 895 €** (87 %)



Achats d'équipements, de fournitures **1 142 €** (6 %)



Déplacements, missions, réception **777 €** (4 %)



Formation **400 €** (2 %)

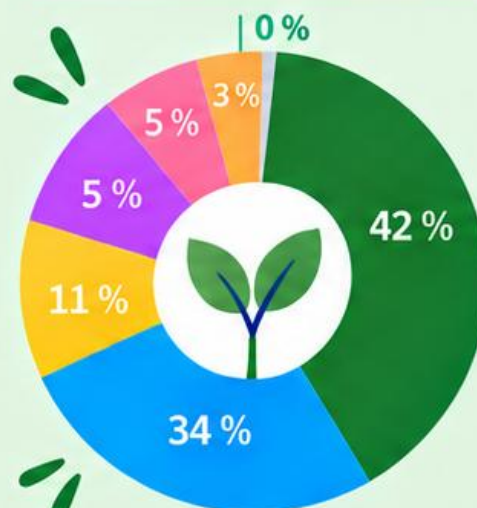


Autres frais divers de gestion courante **264 €** (1 %)

Des dépenses maîtrisées pour des actions de qualité

Nos recettes

23 764 €



Ressources reportées de 2025 **10 109 €** (42 %)



Vente de cartes 10 séances d'APA **7 994 €** (34 %)



Subventions publiques **2 686 €** (11 %)



Cotisations des adhérents **1 060 €** (5 %)



Dons et ventes solidaires **1 096 €** (5 %)



Financement IMAPAC **780 €** (3 %)



Vente de textiles **45 €** (0 %)

Des ressources diversifiées grâce à la confiance de nos partenaires

Résultat au 31.08.2026

+ 4 286 €



Une faible avance de trésorerie qui appelle à la prudence !

Résultat net au 31.08.2025

+ 8 182 €



Point de vigilance ++

Malgré un résultat encore positif au 31.08.2026, la **baisse de 500 € de la subvention de la mairie d'Elbeuf** par rapport à 2025 et un niveau de recettes incertain pour la fin d'année nous invitent à la plus grande vigilance pour l'équilibre budgétaire de la fin d'année 2026 et de l'année 2027 à venir.

Bouger • Respirer • Se sentir mieux • Ensemble, durablement



Bulle d'EIR
Sport santé & Bien-être

*Bouger
Respirer
Se sentir mieux
Ensemble!* ♥

Rapport des actions & événements

2025 - 2026

*Bulle d'EIR au cœur
du territoire!* ♥



**Informer
Sensibiliser**



**Partager
sur le terrain**



**Créer
du lien**



**Valoriser
nos actions**



*Plus loin
ensemble!* ♥



*Bouger
Respirer
Se sentir mieux
Ensemble!* ♥



*Une énergie
collective!* ♥

*Ensemble,
pour une santé plus active!* ♥



SEPTEMBRE

Une rentrée active sur le terrain !



Présents au forum des associations pour faire découvrir nos activités





OCTOBRE



Assemblée générale

Un temps d'échanges sur nos projets
et la vie de l'association.



Marche familiale à Saint-Pierre-lès-Elbeuf

8ème édition du Bosroumois Rose



Sensibilisation
au cancer du sein





NOVEMBRE

Anniversaire
de notre éducateur !





DÉCEMBRE



Pot de Noël
avec notre éducateur sportif,
nos stagiaires et nos adhérents !



MARS

Forum Santé & Bien-Être à Elbeuf

Le Forum Santé & Bien-Être à Elbeuf a été **organisé** par notre association, en partenariat avec la **Pharmacie Normande**, réunissant de nombreux acteurs de la santé, du bien-être et de la prévention.



Bulle d'Eir
PHARMACIE NORMANDE
Forum
Santé & Bien-Être

Lundi 23 mars
14h - 17h
Salle Poussin - Elbeuf

Plus de 15 intervenants !

- Pharmacie normande
- Centre Henri Becquerel
- Ostéopathe
- Diététicienne
- Yoga adapté
- Esthéticienne masseuse
- Infirmière azalée
- Réflexologie plantaire
- Normandie Handicap
- et bien d'autres !

Contact : ☎ 07 82 66 65 13 • bulledeir@gmail.com



À cette occasion,
la Pharmacie Normande
a remis à Bulle d'EIR
un don de **600 €**.





AVRIL

Initiation à la danse adaptée

En partenariat avec l'école de danse de **St-Aubin-Lès-Elbeuf**, une initiation à la danse adaptée a été proposée afin de découvrir une activité accessible à tous, favorisant le bien-être, la confiance en soi et le plaisir de bouger ensemble.



Exemple de cours adapté

dispensé par nos stagiaires
de **STAPS**



École de danse
de St-Aubin-Lès-Elbeuf



Bien-être
et santé



Inclusion
et lien social



Une activité
accessible à tous





JUIN



Marche familiale à St-Aubin-Lès-Elbeuf

Une marche conviviale
réunissant nos adhérents
et leurs proches, dans un esprit
de partage, de bonne humeur
et d'**activité physique adaptée**.



Seine de Printemps

Notre association était
présente à l'événement
Seine de Printemps à Elbeuf
avec un stand d'information
et la proposition d'un **atelier
circuit training**, pour faire
découvrir l'APA au grand public.



Une équipe engagée ! au service de Bulle d'EiR !



Isabelle
Gérante de la
Pharmacie Normande
Bénévole, membre du CA



Catherine
Présidente

Patrick
Éducateur sportif APA

Emilie
Secrétaire

Marc
Trésorier



Guillemette
Adhérente
Bénévole, membre du CA

Des bénévoles, un professionnel, des compétences
et surtout une même envie : faire vivre le **sport-santé** au plus près de nos adhérents !

Merci !

À tous ceux qui nous soutiennent

*Merci
pour votre confiance !*



Un grand merci à nos **adhérents**,
aux **professionnels de santé**, aux **partenaires**,
aux **collectivités**, aux **bénévoles**
et à tous ceux qui s'engagent à nos côtés
pour **faire vivre Bulle d'EIR**.



Des adhérents
motivés



Des partenaires
engagés



Un territoire
solidaire



Une santé
plus durable

*Bouger
Respirer
Se sentir mieux
Ensemble, durablement*

*Ensemble,
on va plus loin !*

*Pour
nous contacter :*



Par Mail :

bulledeir@gmail.com



Sur le site internet :

www.bulledeir.fr



Par Téléphone :

• **06.12.51.30.83**

(Emilie – Secrétaire de Bulle d'EIR,
pour la partie administrative)

• **07.82.66.65.13**

(Patrick – Educateur sportif APA,
pour la prise de RDV et les questions
liées aux entraînements proposés)