



ARCADEAIRE

LE SOLIDAIRE

En route vers 2025... Editorial par Xavier BONVOISIN Président d'Arcade

Plongé quotidiennement au cœur de la détresse des personnes accompagnées, il nous est parfois difficile de mettre en valeur les réussites et les satisfactions liées à notre action. Pourtant en restant maître de leurs décisions, les agriculteurs, les artisans et les commerçants, eux-mêmes, sont acteurs de leur propre redressement. Ainsi, chaque accompagné vit de multiples victoires au cours de son accompagnement. Ces victoires sont parfois des petits pas, parfois difficiles à quantifier et sont les plus souvent passés sous silence alors qu'elles contribuent à la reconstruction de chacun et à la reprise de la confiance en soi. Nous devons apprendre à mieux les mettre en lumière car elles sont une véritable source d'énergie et d'encouragement pour continuer à dépasser ses craintes, ses souffrances et le jugement des autres.

QUE 2025 PERMETTE A CHACUN DE CONNAITRE DES REUSSITES ET A LES AMPLIFIER DURABLEMENT !

Si on évoque notre action associative, la réussite de nos accompagnements est liée à la force du collectif qui se cultive entre les bénévoles et les salariés. C'est pourquoi, en 2024, nous avons mené un travail de cohésion important autour du cadre d'accompagnement, de la charte du bénévolat, de la formation des nouveaux arrivants et de la qualité de vie au travail (QVT) des salariés. Il ne suffit pas de juxtaposer des compétences pour créer un collectif. Cela suppose d'organiser les pratiques, les outils et les interactions entre les personnes. La qualité des conditions de travail des salariés et des bénévoles demeure donc une priorité qui nécessite notamment d'organiser un cadre de prévention suffisant contre l'épuisement. Bénévoles et salariés, nous sommes confrontés régulièrement à des situations de détresse qui peuvent impacter significativement notre santé et notre bien-être.

QUE 2025 SOIT SYNONYME DE BONNE SANTE POUR TOUS ET SOIT JALONNEE D'ESPACES DE TEMPS ET D'ACTIVITES DE RESSOURCEMENT POUR MENER A BIEN NOTRE MISSION DANS LES MEILLEURES CONDITIONS POSSIBLES !

Avec l'actualité politico-économique récente, nous sommes au carrefour d'une pression économique, technologique et numérique qui veut faire de chacune des personnes un numéro, des données et du quantitatif alors que notre accompagnement vise à ce que chacune retrouve son autonomie et sa dignité dans un parcours de confiance réciproque. Articuler le quantitatif et le qualitatif est un défi quotidien parfois difficilement compris par nos partenaires. C'est aussi un défi pour nous de mieux communiquer sur cette tension qui nous habite. Nous ne pouvons pas séparer la détresse humaine de la personne accompagnée des enjeux de redressement de la structure économique qu'elle pilote. Nous ne pouvons pas imposer nos solutions mais bien permettre à chacun de faire valoir ses souhaits. C'est bien cela qui distingue l'accompagnant du conseiller technique.

QUE 2025 PUISSE PERMETTRE A CHACUN D'ETRE RECONNU PLEINEMENT DANS SA DIGNITE !

Notre spécificité pourrait nous amener à nous isoler dans le paysage agricole du Nord et du Pas-de-Calais. Ce n'est pas notre volonté ! Notre action s'inscrit dans une complémentarité d'action avec nos partenaires historiques et plus récents. Notre désir est d'amplifier ces synergies financières, institutionnelles, techniques et sociales avec les acteurs du territoire dans un seul but : le redressement des exploitations et des entreprises, leurs gérants et les familles qui les entourent. **QUE 2025 RENFORCE LES BENEFICES DU TRAVAIL PARTENARIAL EN ILLUSTRANT L'EFFICIENCE ET LA QUALITE DE NOTRE ACCOMPAGNEMENT !**

QUE 2025 SOIT SYNONYME DE REFUS DE LA PRECARISATION DES SITUATIONS DEJA TRES FRAGILISEES. Se projeter vers un avenir meilleur en considérant la valeur de chaque personne et en lui donnant le temps d'agir reste le leitmotiv du collectif Arcade !



➤ 30 Janvier 2025 :

« DEPOSER SES SOUFFRANCES ET SE REMETTRE EN MARCHÉ » animé par Aude GAHINET, psychologue, dans les locaux d'Arcade à AMBRICOURT

➤ 5 Février 2025 :

PRESENTATION DU LIVRE DE YVES SPIRIET
18H : MAISON DU MARAIS
SAINT MARTIN LES TATINGHEM

➤ 20 Mars 2025 : ASSEMBLÉE GÉNÉRALE d'Arcade À SAINT SYLVESTRE CAPPEL

➤ 15 Avril 2025 : OUVERTURE DE TÉLÉPAC

SIÈGE SOCIAL : 1 RUE DU MOULIN – BP 80 023 - 59 529 HAZEBROUCK CEDEX

☎ 03 28 41 39 39 – Site internet : www.arcade5962.org

Courriel : secretariatregion@arcade5962.fr

SIRET : 392 766 176 000 37

Édité à 700 exemplaires - Responsable de la publication : Amandine BOLLIER

Arcade – Ruraux Solidaires adhère au réseau





LE FESTIVAL ALIMENTERRE 2024

Une édition riche en ciné-débats pour l'antenne d'AVESNES

Depuis 2023, l'équipe d'Avesnes est partenaire avec le cinéma LE CAMEO à Avesnes/Helpes dans l'organisation de projections de films et de débats à destination des adhérents mais également d'un public d'apprenants de l'enseignement agricole (scolaires, apprentis et adultes) et de leurs enseignants dans le but de les sensibiliser à des enjeux agricoles et alimentaires ainsi que de faire connaître ARCADE et ses domaines d'accompagnement.

Cette année, ARCADE a mis en place 3 projections avec débat en partenariat avec l'enseignement agricole public de l'Avesnois-Thiérache (lycées de Sains-du-Nord, Le Quesnoy et Vervins) et l'ADARTH (GEDA de l'Avesnois) :

- ✓ **LA THEORIE DU BOXEUR : Mardi 5 novembre à 14h au CAMEO**
Contenu du film dense avec plusieurs sujets abordés en lien avec l'agriculture face au défi climatique, et notamment la question de l'accès à l'eau et de la résilience de nos systèmes de production.
- ✓ **TRAINEE DE POUDRE : Mardi 19 novembre à 14h au CAMEO**
Sujet du film géopolitique sur la production mondiale du lait et les interdépendances Nord-Sud avec la poudre de lait écrémé produite en Europe et envoyée en Afrique de l'Ouest, mettant en danger la production de lait locale. Intervention de SOLAAL Hauts-de-France sur ses missions de dons agricoles.
- ✓ **BIENVEILLANCE PAYSANNE : Mardi 26 novembre à 14h au cinéma PICCOLI PICCOLO à VERVINS.**

Des éleveurs et des éleveuses ont choisi de repenser la place de l'animal d'élevage dans leur système. Des collaborations animales ingénieuses et originales.

Ces trois projections ont regroupé plus d'une centaine d'apprenants et d'enseignants de divers établissements.

CONCLUSION : ON ENTRETIENT LE CONTACT AVEC LES LYCÉES ET ON RENOUVELLE L'OPÉRATION EN 2025

Infos Juridiques



DES NOUVEAUTÉS POUR LE RÉGIME AUTO-ENTREPRENEUR EN 2025

Le régime de la micro-entreprise subira plusieurs changements majeurs à compter du 1^{er} janvier 2025. Ces modifications toucheront divers aspects fiscaux et comptables, allant des nouveaux seuils de TVA à l'introduction progressive de la facturation électronique obligatoire. Vous retrouverez dans l'article internet via le lien ci-dessous les principaux ajustements à venir :

<https://espace-autoentrepreneur.com/blog/auto-entrepreneurs-les-changements-a-prevoir-en-2025>



LE CRÉDIT-BAIL : POINTS DE VIGILANCE

Le contrat de crédit-bail, souvent appelé leasing est un contrat de location fixé pour une durée déterminée et assorti d'une promesse de vente à l'échéance.

Il est souvent le dernier recours pour le chef d'entreprise qui n'a plus accès au crédit classique pour renouveler son matériel.

Avant de s'engager dans ce type contrat, il y a plusieurs éléments à prendre compte :

- a. *Le coût total du crédit-bail est très élevé et demeure une solution onéreuse comparée à un crédit classique.*
- b. *En cas de non-respect d'une seule échéance, la résiliation du contrat sera encourue avec des conditions très dures. La rupture imposera la restitution du matériel avec une obligation de payer les loyers restants dus.*

Il est donc important de privilégier des solutions alternatives comme le recours à une CUMA ou une location simple de courte durée, beaucoup moins risquée.

Une journée hors du temps pour apprendre à se connaître et à prendre soin de soi



Pour la 2^{ème} année consécutive, un groupe de 10 personnes, mêlant adhérents, salariés et bénévoles, s'est rencontré le 12 novembre à l'occasion de la journée thématique « la gestion du sentiment de mal être ». Hélène Ardouin, hypnothérapeute et spécialiste des thérapies complémentaires, les a guidés dans cette recherche en leur proposant d'expérimenter des techniques utilisées en sophrologie.

Mais, au fait, qu'est-ce que la sophrologie ? Est-ce simplement de la respiration ? Maryvonne, organisatrice de la journée avec Sabrina, nous explique que la sophrologie repose certes sur des exercices de respiration mais pas seulement ! « Cela s'appuie sur une combinaison d'exercices pour mieux se connaître et de techniques de relaxation et de visualisation positive. Le but est d'apprendre à mieux gérer ses émotions, de réduire son stress et de réduire la sensation de douleurs. C'est véritablement un des outils pour surmonter des épreuves difficiles. On peut par exemple l'utiliser quand on ressent de la colère ou de l'anxiété au cours de la journée pour évacuer les tensions et mieux faire face à la situation. C'est aussi utile le soir avant de s'endormir pour éloigner les ruminations. »

« En effet, on apprend à mieux prendre conscience de son corps et de ce que l'on ressent » précise Sabrina. « Chacun a pris le temps d'identifier les 5 priorités de sa vie. Nous les avons ensuite classés selon les 4 piliers primaires : la maison, la santé, l'aide apportée aux autres et les ressources et personnes ressources. Une fois conscient de qui nous étions et ce qui nous anime, l'objectif est de travailler sur l'équilibre entre ces axes. Au cours de la journée, nous avons testé une méthode de visualisation avec en

référence une cascade. C'était plus que de l'imagination, on avait vraiment l'impression que cette eau fraîche et vive parcourait notre corps. Cela a permis à chacun d'évacuer les tensions emmagasinées et de se relaxer. Certains se sont même endormis ! »

Benoît (prénom modifié), qui a rejoint le groupe cette année, se confie sur son expérience : « Je n'avais encore jamais pratiqué la sophrologie alors c'était une découverte. Un peu la tête dans le guidon, je prends rarement du temps pour moi. Je sentais que j'avais besoin de me ressourcer et de prendre soin de ma santé, c'est pourquoi quand Arcade me l'a proposé j'ai accepté. J'ai beaucoup apprécié l'approche d'Hélène Ardouin et l'accueil bienveillant des autres personnes du groupe. Cela fait du bien de se rendre compte que l'on n'est pas seul face à ses problèmes et que d'autres ont vécu ou vivent cela même si on a des métiers et des personnalités différents. En une journée, on ne résout pas tout mais cela m'a redonné de l'élan. Je recommande cette découverte à tous ceux qui voudraient vivre un moment positif. »

**Rendez-vous le jeudi 30 janvier 2025
pour une journée
« Déposer ses souffrances et se remettre en
marche »
avec Aude GAHINET, psychologue à
l'antenne d'AMBRICOURT.
Inscription auprès de votre technicien
d'accompagnement.**

REVENU À ZÉRO : N'OUBLIEZ PAS LA DÉCLARATION D'IMPÔTS !



En tant que professionnel, artisan – commerçant, professions libérales, agriculteur, vous devez faire votre déclaration de revenus même si votre revenu est égal à zéro ou déficitaire. Cette déclaration peut être confiée à votre comptable. C'est une démarche obligatoire.

Le fait de ne pas déclarer entraîne une taxation d'office pour les cotisations sociales et des pénalités.

A contrario, la déclaration à jour, vous permet de faire valoir votre revenu exact et de débloquer certaines aides. Sachez que le dernier avis d'imposition

est souvent demandé dans les dossiers de demande de prise en charge ou d'aides.



**Le départ à la retraite
De Brigitte**



Issue du milieu agricole avec une continuité dans ma vie professionnelle, salariée depuis 13 ans à l'antenne d'AMBRICOURT, j'ai fait valoir mes droits à la retraite au 1^{er} janvier 2025.

L'écoute et l'accompagnement humain des personnes en situation de fragilité étaient mes priorités.

J'espère qu'Arcade pourra perdurer dans le respect de ces valeurs.

Merci à tous et toutes pour ces années partagées.

*Au revoir !
Brigitte PETIT.*

Nous tenons à remercier Brigitte pour son professionnalisme, sa disponibilité, son écoute et son implication tout au long de sa carrière chez Arcade. Nous lui adressons nos meilleurs vœux pour sa retraite !

Ça bouge à AMBRICOURT

Début décembre, Ambre est arrivée pour compléter le duo formé par Véronique et Elodie à l'antenne d'AMBRICOURT à la suite du départ en retraite de Brigitte.

Quelques mots de présentation : **Ambre MAQUAIRE**, 23 ans, est issue du monde agricole et est diplômée d'une licence en productions viticoles. Ambre a pu élargir sa connaissance du monde agricole, de l'agronomie et de l'élevage, et des aspects administratifs au cours de son apprentissage et de ses premières expériences professionnelles.

Sa bienveillance et son envie de se former afin de proposer un accompagnement plus global et plus humain aux personnes rencontrant des difficultés la conduite à postuler chez Arcade.

Nous nous en réjouissons et l'accueillons avec plaisir !



**20 MARS 2025
ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ARCADE
À SAINT SYLVESTRE CAPPEL**

APPEL DE COTISATION 2025

Vous pouvez adhérer à Arcade en vous connectant sur le site helloasso.fr (Site sécurisé)

BULLETIN D'ADHÉSION 2025

Nom : _____ Prénom : _____

Adresse : _____

Tel : _____ Mail : _____

Je souhaite :
 adhérer à l'association : 50 €
 faire un don à Arcade d'un montant de : _____

Règlement :
 par chèque à l'ordre d'Arcade Ruraux Solidaires
 par virement IBAN FR76 1670 6050 1650 8212 0800 194
 ou connectez-vous sur [helloasso](https://helloasso.fr)



Arcade – Ruraux Solidaires
 1 rue du Moulin - BP 80023 - 59529 HAZEBROUCK Cedex
 03 20 41 39 39 - secretariat@jon@arcades962.fr www.arcades962.fr
 Association de loi 1901 reconnue d'intérêt général

**A nouvelle année,
nouvelle cotisation ...
SOYEZ SOLIDAIRES,
PENSEZ À ENVOYER
VOTRE COTISATION 2025**

(pour rappel, son montant minimum est de **50€**)