

<p>Titre :</p> <p>« Aime ton corps, bouge ton corps »</p>
<p style="text-align: center;">Objectifs :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Faire pratiquer des activités physiques et sportives à des adolescentes vivant dans des secteurs dits sensibles. • Faire prendre conscience à ces publics des bienfaits d'une pratique régulière pour leur bien-être, celle-ci participant à leur émancipation, à prendre leur place de femme citoyenne dans leur Cité. • Favoriser la passerelle entre les stages « sport et bien être » pendant les vacances et les activités sportives pendant la période scolaire.
<p style="text-align: center;">Description du projet :</p> <p>Aime ton corps, bouge ton corps, vise le public féminin (pré-adolescente, adolescente) du territoire Marseillais et principalement des zones dites « sensibles ». Il s'agit d'associer sport, santé et bien être. Ce projet vient compléter le travail mené par les centres sociaux et associations de quartier. L'objectif premier est de permettre au public féminin de découvrir et pratiquer diverses activités sportives, une fois par semaine, pendant la période scolaire, mais également de proposer aux filles ayant des difficultés de santé, surpoids... de participer à des stages, associant sport et bien être : 5 journées pendant les vacances scolaire (travail sur l'image de soi, la valorisation de soi par l'organisation d'activités sportive, information, diététique...).</p> <p style="text-align: center;">Public cible :</p> <p>Jeunes filles âgées de 13 à 15 ans issues des zones sensibles de Marseille inscrites ou non dans une structure sociale.</p>
<p style="text-align: center;">Territoire concerné :</p> <p style="text-align: center;">Marseille</p>
<p style="text-align: center;">Acteurs concernés :</p> <p style="text-align: center;">Structures sociales de différents quartier de Marseille</p>
<p style="text-align: center;">Financement(s) mobilisés :</p> <p style="text-align: center;">UFOLEP Nationale, CNDS, Politique de la Ville</p>
<p style="text-align: center;">Modalités de déroulement / Echéanciers :</p> <p>Septembre 2010 : Rencontre des structures sociales et associations de quartier pour leur présenter le projet et qu'elles y adhèrent. Travail avec les partenaires de terrain pour amener les jeunes filles à venir participer à des temps de sensibilisations. Organisations de temps de sensibilisations pour échanger et définir avec le public les animations sportives qui vont être mises en place. Il est indispensable de créer une relation de confiance avec les éducatrices.</p>

Octobre 2010 : Mise en place des animations sportives. (trois cycles sportifs sur l'année), avec pour thème : sport de raquettes, expression corporel, sport collectif) sur 5 structures.

Avril 2011 : Participation au Carnaval de Marseille le 9 Mars 2011.

Mai 2011 : Journée conviviale « Aime ton corps, bouge ton corps » au Centre Sportif de Fontainieu le 28 Mai 2011.

Juin 2011 : Rencontres de danse à l'espace Julien 6^{ème} le 19 Juin 2011.

En parallèle des animations, repérage des jeunes qui seraient en capacités de faire partie d'un groupe de travail pour les stages « sports et bien être ».

Trame module n°1 : Du 26 au 29 Avril 2011

- 1^{ère} journée : Atelier physiques et sportif en matinée + travail sur les apports nutritionnels en après-midi.
- 2^{ème} journée : Atelier physique de pleine nature (parc Pastré).
- 3^{ème} journée : Atelier réveil musculaire et expressions théâtrale en matinée + groupe de paroles avec psychologue.
- 4^{ème} journée : Atelier sportif, Repas à la Kuizin (restaurant associatif) + Bilan et perspectives

A la suite de chaque module un bilan sera effectué (groupe et intervenants), afin de réajuster si nécessaire les interventions pour les prochaines vacances.

Trame module n°2 : Du 19/12/2011 au 22/12/2011

A confirmer avec le groupe et les référents

Critères d'évaluation :

Participation et assiduité des jeunes filles

Implication dans les différents modules

Participation et investissement dans les différentes rencontres proposées

Contact : Marie LAUNO : 04.13.24.80.00 / 06.79.52.40.73 / ufolep13@fail13.org