

Proposition d'action pour l'ouvrage à l'occasion des 25 ans du RFVS-OMS en 2015

Nom : "SPORT POUR TOUS"

1. Contexte

L'action s'inscrit dans le cadre de l'animation globale du quartier de la Côte des Roses (ZUS 1) et de l'Atelier Santé Ville de Thionville. Elle répond à un travail partenarial, avec le concours des partenaires associatifs, sociaux et des habitants.

2. But

L'action a pour but d'améliorer les comportements favorables à une alimentation équilibrée et à la pratique d'une activité physique, notamment en améliorant l'estime de soi des habitants : prendre conscience de ses capacités physiques et les valoriser, maîtriser le vocabulaire relatif à la pratique du sport pour lever la barrière de la langue, encourager la pratique d'une activité en famille, encourager l'utilisation de produits alimentaires brut pour en faire des plats maisons facilement réalisables et à faible coût, etc.

3. Déroulement

Il s'agit d'un projet global autour de l'activité physique, composé de plusieurs activités :

- Des ateliers d'initiation à la gym douce, organisés de manière hebdomadaire tous les mercredis, pendant 16 mois, de septembre 2014 à décembre 2015, soit 43 séances ;
- Des séances de « Marche découverte » : ces initiations en direction des adultes seront ponctuées de marches familiales, afin de favoriser l'activité physique des enfants et le soutien à la parentalité ;
- Des ateliers cuisine à thème : promouvoir l'utilisation de produits de base et de transmettre des techniques culinaires facilement reproductibles à la maison avec peu d'équipement ;
- Les connaissances acquises sur l'équilibre alimentaire seront appliquées à la réalisation d'un pique-nique partagé par les familles lors de deux excursions familiales : application des connaissances acquises, valorisation des différentes cultures gastronomiques ;
- Atelier de français sur le langage du sport : rendre accessible l'activité au public ne maîtrisant pas la langue française.

Douze femmes du quartier participent à cette action. A termes, il est attendu que les participants pratiquent de manière autonome une activité physique régulière et qu'ils puissent transmettre leur connaissances sur l'équilibre alimentaire à leur famille.

4. Partenaires principaux

Caisse d'Allocation Familiale, Pension de famille Sainte Anne.

5. Pour plus d'information

Ville de Thionville, Mairie de Thionville, rue George Ditsch – 57100 THIONVILLE
N° : 03.82.34.17.15.

Pierre CUNY (élu), p.cuny@mairie-thionville.fr
Sabrina VOGEL, mdq.cdr@mairie-thionville.fr