



VILLE DE  
**ROUBAIX**

## Dépôt d'une demande PIC (Bilan) n° 2592349

Dossier de Projet d'Initiative Citoyenne : dépôt du bilan de la demande PIC : "Portes Ouvertes Intergénérationnelles du Club de Lutte : Bien-être et Sensibilisation pour les Quartiers" (projet n° 0002580266), qui s'est déroulé le 28/06/2024

### Dépôt d'un bilan de projet PIC

Dispositif financé par la Région Hauts-de-France avec le concours de la Ville de Roubaix

Titre de votre projet

*bénévole, secrétaire associative*

N° de projet

*0002580266*

Objectifs de votre projet

*Objectifs du Projet :*

*Renforcer la cohésion sociale en organisant une journée portes ouvertes accessible à tous.*

*Promouvoir le bien-être physique et mental par la découverte de la lutte et d'autres activités sportives.*

*Sensibiliser les habitants à l'importance de l'activité physique et de la convivialité.*

*Créer des liens intergénérationnels en impliquant des participants de tous âges.*

*5. Description des Activités :*

*Ateliers de découverte de la lutte : Séances d'initiation pour tous les âges, animées par des coaches qualifiés.*

*Conférences et ateliers bien-être : Discussions sur la nutrition, la gestion du stress et l'importance de l'exercice physique.*

*Activités festives : Jeux pour enfants, démonstrations sportives, et spectacles.*

*Espace de sensibilisation : Stands d'information sur les bienfaits du sport et les services de santé locaux.*

Date de réalisation du projet

*Du 28/06/2024 à 16:00 au 28/06/2024 à 20:36*

Déroulement de l'action

### **6h30 - 18h00 : Activités Sportives et Démonstrations**

#### **Jeux Collectifs et Mini-Tournois**

*Organisation de jeux collectifs pour encourager la participation active de tous (football, volley-ball, etc.).*

*Mini-tournois de lutte et autres sports pour engager les participants et favoriser l'esprit d'équipe.*

#### **Démonstrations Sportives**

*Démonstrations de lutte par des athlètes locaux et des coachs qualifiés.*

*Présentations d'autres sports locaux pour inspirer et motiver les participants à découvrir de nouvelles disciplines.*

#### **Participation Active**

*Encouragement de la participation des spectateurs aux démonstrations pour rendre l'expérience interactive.*

*Distribution de brochures informatives sur les bienfaits de chaque sport présenté.*

### **18h00 - 19h30 : Conférences et Ateliers Bien-Être**

#### **Conférences sur le Bien-Être**

*Discussions sur la nutrition, la gestion du stress et l'importance de l'exercice physique, animées par des experts en santé.*

*Présentation de témoignages de sportifs et de professionnels de la santé pour renforcer le message.*

#### **Ateliers Interactifs**

*Ateliers pratiques sur la préparation de goûter équilibrés et la gestion du stress quotidien.*

*Séances de questions-réponses avec les experts pour permettre aux participants de poser leurs questions et d'obtenir des conseils personnalisés.*

#### **Séances de Relaxation**

*Séances de yoga et de méditation pour promouvoir la relaxation et le bien-être mental.*

*Participation ouverte à tous les âges pour encourager une atmosphère intergénérationnelle.*

### **19h30 - 20h00 : Activités Festives et Jeux pour Enfants**

#### **Jeux pour Enfants**

*Organisation de jeux et d'activités ludiques pour les enfants, supervisés par des animateurs qualifiés.*

*Ateliers de maquillage, de bricolage et autres activités créatives pour divertir les plus jeunes.*

*Spectacles de danse, de musique et autres performances artistiques pour divertir les participants.*

*Participation de groupes locaux pour promouvoir les talents de la communauté.*

### **20h00 - 20h30 : Clôture et Re**

Nombre d'habitants mobilisés pour mettre en oeuvre votre action

**6 Femme(s), 5 Homme(s)**

Nombre d'habitants ayant participé ou assisté à votre action

**85 Femme(s), 65 Homme(s)**

Résultats obtenus

### **Points Positifs**

#### **Forte Participation :**

*Grand nombre de participants de tous âges et de diverses origines, favorisant la mixité sociale.*

*Présence active des familles, ce qui a contribué à créer une ambiance conviviale et festive.*

#### **Engagement Communautaire :**

*Participation enthousiaste des coaches, conférenciers et bénévoles.*

*Implication des associations locales et des clubs sportifs, renforçant les liens communautaires.*

#### **Diversité des Activités :**

*Ateliers variés (lutte, nutrition, gestion du stress) qui ont attiré un public diversifié.*

*Activités intergénérationnelles qui ont permis de créer des liens entre différentes tranches d'âge.*

#### **Impact Positif sur le Bien-Être :**

*Sensibilisation réussie aux bienfaits de l'activité physique et de la convivialité.*

*Bon retour sur les ateliers de bien-être, avec des participants se sentant plus informés et motivés pour adopter un mode de vie sain.*

#### **Difficultés Rencontrées**

*Surpopulation à certains stands populaires, créant des files d'attente et de l'impatience.*

*Difficulté dans les zones très fréquentées, notamment lors des démonstrations sportives.*

*Manque de signalisation claire pour orienter les participants vers les différentes activités et ateliers.*

#### **Moyens Mis en Place pour Remédier aux Difficultés**

*Augmentation du nombre de bénévoles pour aider à gérer les files d'attente et orienter les participants.*

*Installation de barrières et de signalisation supplémentaire pour organiser les flux de personnes et assurer la sécurité.*

#### **Renforcement de la Communication :**

*Organisation de réunions de coordination plus fréquentes entre les différents organisateurs pour mieux synchroniser les activités.*

*Création de panneaux d'information et de plans de site détaillés distribués aux participants dès leur arrivée.*

*- Modalités mises en oeuvre pour permettre aux personnes mobilisées et au public de veiller au respect des principes du contrat d'engagement républicain et de la charte régionale de la laïcité et des valeurs républicaines :*

*nfo à 20:36*

Qui vous a aidé dans l'organisation de votre projet ?

*bénévole, secrétaire associative*

Quelles aides avez-vous reçues pour monter ce projet ?

*logistique aide à la communication, parent mise en oeuvre*

Cet accompagnement était-il suffisant ?

*Oui*

Souhaitez-vous reconduire votre action ?

*Ne sais pas*

Avez-vous d'autres idées de projet ?

*contrat ville*