



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 gouter 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