

"LES VITAMINÉS" D'Unis-Cité

LES VOLONTAIRES EN SERVICE CIVIQUE D'UNIS-CITÉ AIDENT CONCRÈTEMENT DES ENFANTS DE 6 À 11 ANS DES QUARTIERS POPULAIRES AINSI QUE LEURS PARENTS À ADOPTER UNE ALIMENTATION Saine ET UN MODE DE VIE ACTIF

CONTEXTE : UN ENJEU DE SOCIÉTÉ MAJEUR

Le PNNS fixe la diminution de la prévalence de l'obésité et du surpoids chez les enfants comme un enjeu de santé publique.

- La mobilisation de jeunes en service civique est une réponse possible à cette question de Société, notamment dans les quartiers populaires, plus touchés par les inégalités sociales de santé.

- Le moment-clé du goûter est un levier d'action de la prévention de l'obésité.

En 2012, Unis-Cité a lancé une mission nationale de prévention du surpoids et de l'obésité des enfants des quartiers populaires par l'action de volontaires en service civique.

PARTENARIATS

Des Comités de partenaires, tant au niveau national que local, réunissent tous les acteurs concernés par la problématique du projet Les Vitaminés. Experts et partenaires financiers assurent ainsi collectivement le suivi et l'amélioration continue du programme en partageant des regards complémentaires.

+ Soutien des Agences Régionales de Santé (ARS) Poitou-Charentes et PACA, partenariat avec VIF (Vivons en Forme) à Valenciennes...

DEROULEMENT DE L'ACTION : LES 3 GRANDES ÉTAPES DU PROJET

Au moins 65 jours d'intervention sur 8-9 mois, soit 2 à 3 jours par semaine.

- **Octobre** : immersion dans le quartier, recensement des familles et mobilisation des partenaires

- **Novembre à juin** : sensibilisation collective

- Goûters actifs, 2 fois/semaine à la sortie de l'école et en bas des immeubles

- Mercredis de la forme, 2 fois/mois dans le quartier

- Animations pédagogiques, 1 fois/semaine à la cantine

- Concours Master Goûter, en mars dans le quartier pour mobiliser les habitants

- **Janvier à juin** : accompagnement personnalisé des familles par des binômes de volontaires

CHIFFRES-CLÉS DU PROJET

En 2012-2013, les Vitaminés ce sont :

- 96 volontaires

- 10 antennes

- 800 enfants accompagnés

- 150 familles impliquées

Objectifs de développement 2013-2014

- 160 volontaires

- 20 antennes

- 1500 enfants accompagnés

- 300 familles impliquées

QUI SONT LES JEUNES VOLONTAIRES ET QUE FONT-ILS ?

Les volontaires sont des jeunes de 16 à 25 ans engagés au service de missions d'intérêt général.

Pendant cette période de citoyenneté active, ils interviennent auprès d'enfants

de 6 à 11 ans et de leurs parents, nécessairement associés à la démarche. Les volontaires ne sont pas des professionnels, l'objectif de leur intervention est de contribuer à améliorer les comportements favorables à la santé sur le temps du goûter pour devenir les acteurs de leur propre santé.

OBJECTIFS : LE PROGRAMME NATIONAL

Les volontaires aident les enfants à éviter de grignoter devant la télé en leur proposant un fruit à leur goûter et des activités ludiques et physiques.

Objectifs opérationnels :

- augmenter leur consommation de fruits, selon les recommandations du PNNS

- augmenter leur activité physique et réduire le temps passé devant un écran, propice au grignotage avant le dîner

Moyens :

- inciter les enfants à inclure un fruit à leur goûter à la sortie de l'école

- faire participer les enfants à des jeux actifs

MODALITÉS D'ACTION : LES PRINCIPES-CLÉS DU PROJET

Fondé sur une démarche positive, le projet repose sur l'énergie d'une jeunesse engagée qui se mobilise auprès des enfants et de leurs parents au travers d'actions de médiation active.

- Le projet recherche un équilibre entre les actions relatives à l'alimentation et à l'activité physique.

- L'expérience d'Unis-Cité sur des projets menés « chez l'habitant » dans les quartiers populaires prouve que la jeunesse et la diversité des volontaires d'Unis-Cité sont des atouts uniques.

- La volonté est de s'inscrire sur plusieurs années dans le quartier pour faire évoluer progressivement les comportements.

- Pour apprendre et comprendre, la répétition est une des idées-clés de la pédagogie. C'est pourquoi les volontaires se mobilisent à différents moments de vie des enfants et non pas en se rattachant à une structure unique.



CONTACT :

MÉLANIE ROUDAUT - CHEF DE PROJETS SANTÉ

MROUDAUT@UNISCITE.FR - 01 53 41 81 43

