



Santé – Culture - Convivialité



Dossier de presse



Berges de l'Ill à Mulhouse

Dimanches, du 20 Mai au 22 Juillet 2012

Nos intentions

Le projet Vita'Rue, principal évènementiel de l'association Elan sportif, continue son développement de manière raisonnée. Cette année, nous mettons l'accent sur deux aspects qui répondent à de fortes préoccupations:

- La formalisation de l'engagement bénévole des adhérents
- Le renforcement de la mixité sociale par le développement de partenariats

Formaliser un engagement au sein du portage de notre projet nous a imposé de créer des espaces propices à l'implication citoyenne. C'est notamment vrai pour une trentaine de bénévoles qui portent un ou plusieurs aspects du projet : recherche de financements, développement de partenariats, communication interne et externe... Cet engagement repose sur l'importance de donner un **sens** à l'ensemble de nos actions. Nous ne sommes pas un prestataire de services proposant des activités le dimanche. Nos actions ne sont que des réponses à l'amélioration du vivre-ensemble à Mulhouse, au renforcement des liens sociaux et à la possibilité d'agir sur son territoire de vie.

La notion de mixité sociale est pour nous primordiale dans la définition que nous nous faisons du vivre-ensemble. Nous cherchons ainsi à modifier des représentations sociales, des regards parfois stéréotypés que nous pouvons porter parfois trop rapidement sur nos concitoyens. Nous avons ainsi fait le choix de nous entourer de nouveaux partenaires associatifs et institutionnels qui développent un travail de proximité avec des personnes en prise avec des difficultés d'ordre sociales, mentales ou physiques. Centre-sociaux culturels, structures extrahospitalières, associations spécialisées ont souhaité apporter leur contribution à notre expérimentation sociale. Nous les remercions encore pour la confiance qu'ils nous témoignent.

Le déroulement de cette édition 2012 ne s'en trouvera pas changé profondément. Il nous faut poursuivre notre travail de solidification de nos bases... tout en cherchant à produire de l'innovation, de la surprise et de la joie. Ce n'est qu'à cette condition que nous trouverons satisfaction dans la réalisation de cette aventure associative.

Le collectif Vita'Rue

SOMMAIRE

Nos intentions	2
Présentation.....	4
Vivre-ensemble	5
La santé : activités culturelles et physiques	6
Quelques chiffres	11
Informations pratiques et contacts.....	12



Présentation

Qui ?

Le collectif Vita'Rue, branche de l'association l'Elan sportif, est composé de personnes bénévoles passionnées par l'idée de transmettre des savoir-faire et des compétences. Que ce soit dans les domaines de l'éducation physique, culturelle et ludique, nous mettons au centre de nos actions la notion de mixité sociale et de convivialité. L'Elan sportif est affilié à la Fédération française de la boxe et à celle du bénévolat associatif.



Quoi ?

Du **dimanche 20 mai au 22 juillet 2011** rendez-vous est donné toutes les semaines pour une rencontre dominicale et matinale sur les berges de l'Il. Vita'Rue s'adresse aux personnes souhaitant commencer leur journée dans la convivialité et le bien-être.

À travers l'initiation et la découverte d'activités physiques et culturelles, c'est l'occasion de tisser des liens avec ses voisins et ses amis. C'est l'opportunité de passer un moment privilégié et de faire de nouvelles rencontres dans un cadre agréable et verdoyant.

Pourquoi ?

C'est un moment où l'on peut oublier les obligations du quotidien. La liberté dans les pratiques est totale, on entre et sort des ateliers comme on le souhaite. Le rapport à l'argent est inexistant : rien n'est à vendre et toutes les catégories sociales se croisent. Le partage d'un moment de bonheur et de convivialité est au programme de chaque dimanche matin.



Vivre-ensemble

En faveur de la mixité sociale

Vita'Rue accueille et vise des publics aux **origines variées**, en terme d'**âge**, de **nationalité**, de **catégories sociales** ... Jeunes et personnes âgées, personnes de toutes professions et origines, sont conviés à venir partager un moment de plaisir et à apprendre les uns des autres. Cette année l'accent va être mis sur l'intégration d'un **public fragilisé** socialement, physiquement ou mentalement. Il est ainsi prévu d'accueillir des personnes du Centre de Réadaptation de Mulhouse. Le but est de **créer des liens** entre les personnes et de le pérenniser. La périodicité des actions de Vita Rue permet de créer des habitudes de rencontre sur une période de temps relativement longue (10 semaines).

L'autonomie et le bénévolat

Vita'Rue incite les participants à devenir **acteurs** et à **participer à l'aventure**... Les personnes s'approprient l'évènement en devenant d'abord consommateurs, avec la possibilité de devenir par la suite organisateur du projet. Cela permet le renforcement du collectif bénévole et le **partage des compétences** de chacun.

La quête de l'autonomie passe par la simple mise à disposition de matériel pour la pratique d'activités autogérées ainsi que par l'acquisition de techniques de base d'une discipline enseignée. La découverte des différentes pratiques peut ensuite conduire les participants à approfondir la discipline dans d'autres clubs ou associations.

Convivialité

Vita'Rue permet d'agir pour et avec les autres. L'ambition est de **s'enrichir de la diversité** des situations et des participants rencontrés. Les activités partagées permettent de créer des amitiés, de lutter contre l'isolement et de renforcer le lien social. La **convivialité est au cœur** de la préoccupation des organisateurs. A la pause de midi, le public présent est invité à partager une petite préparation culinaire confectionnée le matin, tout en « **dégustant** » une **petite forme artistique** (musique, théâtre, lecture, ...). Enfin, c'est le moment du **pique-nique collectif** au sein d'un cadre de verdure dépaysant.

La santé

Vita'Rue agit en faveur de la santé

La recherche d'un bien-être physique, mental et social constitue une des clés de l'amélioration du vivre-ensemble.



La santé, définition de l'OMS : « *La santé est un état de complet bien-être physique, mental et social, et ne consiste pas seulement en une absence de maladie ou*

A partir de ce constat et au travers d'une organisation sectorisée, Vita'Rue propose différents types d'activités :

Un espace d'accueil



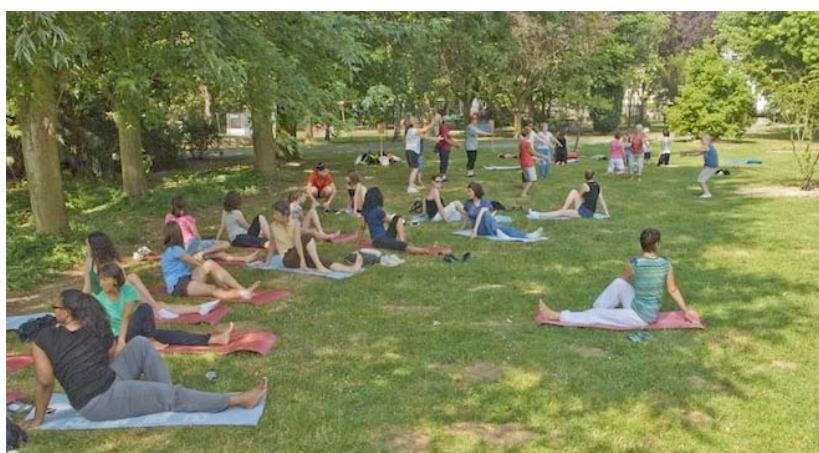
Croisée Bienvenue

Il s'agit de ***l'espace d'accueil et d'information***. Un plan des différents espaces et un résumé du projet sont remis aux visiteurs.

Les activités physiques et dynamisantes

Lieu des activités centrées sur **la gymnastique douce**, tai chi chuan (enchainements de mouvements), qi quong (étirements et énergie), yoga, relaxation (bol tibétains, automassages), bouger malin (méthode Feldenkrais). Le principe est de faire à l'extérieur des activités se pratiquant dans les salles habituellement. Il s'agit de prendre en main sa santé dans un écrin de verdure. Le mélange des sexes, des âges et des niveaux est de mise.

Boulevard des Méridiens



Avenue Vitaminé

Lieu du **sport dynamique et ludique** encadré par des personnes qualifiées (diplômés d'états). C'est ici que l'on peut se dépenser sans compter en pratiquant le cuisse abdo fessier, la marche nordique (marche accélérée avec des bâtons de marche), l'urban athlé (intiation à l'athlétisme), les jeux coopératifs, le flag foot (dérivé de football américain où les plaquages sont remplacés par l'arrachage de bandes de tissus), l'handisport, le hip hop, l'ultimate (sport de frisbee), le kin-ball (jeu collectif autour d'un gros ballon), le graff et zumba. Loin de tout esprit de compétition, petits et grands de tout niveau se mélangent dans la bonne humeur.



Le bien-être mental et social

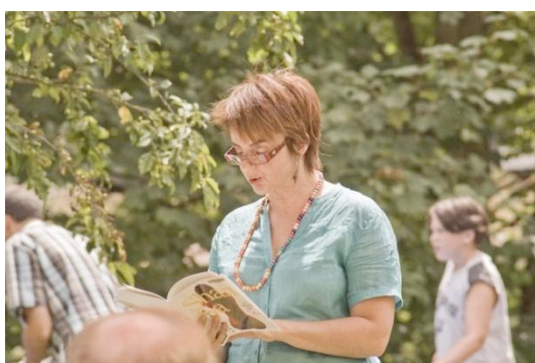
Un espace de **rencontre et de détente**. C'est le lieu de l'écoute musicale et de la lecture publique qui clôturent les matinées. La place est aussi le lieu de la discussion et de l'échange, agréablement assis dans les transats, à l'ombre des arbres.

Place des Songes



Allée des Arts

Initiation à **la poésie et à la lecture** à travers des ateliers d'écriture originaux. Place est laissée à l'imaginaire de chacun, travail de la langue, à la coopération dans la création pour permettre à tous de s'exprimer à l'aide de mots ou d'expression artistique : écriture, origami, théâtre d'improvisation, calligraphie, tricot, mandala, gri-gri, atelier terre.



Quartier des Mômes

Un espace où *les enfants entre 0 et 5 ans partagent des activités en autonomie avec leurs parents*. Enfants et parents passent un moment à apprendre à se connaître et à jouer ensemble. Des activités autour du conte seront aussi proposées.



Passage des Gourmets

L'atelier culinaire a pour but de sensibiliser le public aux enjeux de l'alimentation, de donner envie de cuisiner et de créer des liens sociaux grâce à la nourriture, par notamment la découverte de saveurs de cultures différentes. Cet espace sera porté par des associations comme Artisans du monde, la Navette, Slow Food et Adecai, ainsi que tout bénévole voulant partager sa passion pour la cuisine.

Jardin des jeux

Cet espace utilise différents jeux géants de la ludothèque de Wittenheim : jeux d'adresse, de réflexe, d'adaptations de jeux connus, de jeux de plein air, de construction, de jeux de lancer, de parcours, de mémoire, de stratégies et de coopérations... Il y aura aussi une initiation au cirque avec des numéros de jonglage et d'équilibre.

**Cours des Sens**

Vita'Rue s'est lancé en 2011 dans la création d'un potager éphémère, partagé et pédagogique accessible au plus grand nombre et implanté dans l'espace public. Y sont cultivés des variétés de fleurs et des légumes simples à entretenir et à manipuler. Le but de ce potager sera de donner l'envie aux gens de cultiver leur propre potager dans leurs jardins ou dans des jardinières.

Nous proposons aussi d'aller un peu plus loin dans les activités en lien avec la nature en continuation du potager. Des nichoirs pour oiseaux seront créés et mis en place sur le site en lien avec l'évènement de la fête de la nature. Nous mettrons également en place des ateliers de fabrication de composteurs avec des palettes recyclées ainsi que de lombri-composteurs.

Quelques chiffres

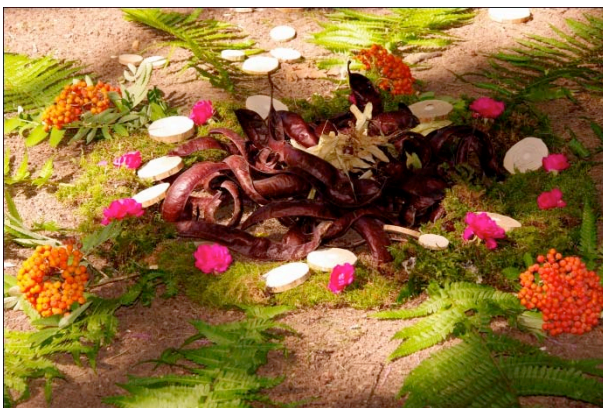


80 bénévoles impliqués



2500 participants en 2011

20 activités proposées par dimanche



Infos pratiques

Plan d'implantation des espaces d'animation



Lieu

Berges de l'Ille – Mulhouse

Dates

Du 20 mai au 22 juillet 2012

Fonctionnement des activités

10h30 à 12h30

Pique-nique

12h30 – 15H

Blog

vitarue.com

Contact

Coordination

David Knafou 06 07 79 67 46

Relations presses

Sarah Relland 07 70 18 33 09

Courriel :

collectifvitarue@laposte.net

Les partenariats

Cette manifestation bénéficie du soutien et de la confiance de nombreuses organisations institutionnelles (Etat, collectivités territoriales et locales), d'associations, et de partenaires privés.