

# Engagement communautaire de C3 à Lens



## ASPIRE

C3 Collaborating for Health, travaille avec 16 organisations partenaires en Angleterre et en France pour mettre en place ASPIRE (Ajout au capital Social et au Potentiel Individuel dans les REgions défavorisées) ; un projet financé par l'union Européenne (EU) qui lutte contre l'obésité et le chômage en France et en Angleterre grâce à une approche holistique de l'alimentation, de l'activité physique et du soutien à l'emploi.

## ACTIVITÉS

C3 a touché plus de 600 personnes à Lens. Stéphanie qui a coordonné les actions pour C3 a engagé les participants dans des activités comme des cours de cuisine, des balades sur les plantes comestibles, mais aussi en participant à des événements familiaux cités des provinces comme « La rue des enfants », « La constellation imaginaire » ou « La fête d'Halloween ».

Les participants ont fourni des commentaires très positifs dont certains sont présentés ci-dessous.

« C'est très facile à refaire et avec très peu d'ingrédients », « Je pense essayer et le faire goûter à ma mère »  
- Atelier spécial lait végétal

« Tout cela me rappelle ma grand-mère qui gardait un endroit sauvage dans son jardin »  
-- Balade fleurs comestibles

« Quelle belle détente ! », « Je suis arrivée stressée car je me suis disputée avec ma fille et maintenant je suis plus zen et reposée, merci ! ».  
-- Atelier stress et émotion

## C3

Dans le cadre d'ASPIRE, C3 s'est engagé auprès de 7 quartiers en Angleterre et en France, en utilisant sa stratégie d'engagement, CHESSE<sup>®</sup> (Community Health Engagement Survey Solution) et a conçu collaborativement avec les habitants 7 plans d'action permettant d'améliorer l'accès à une alimentation saine et à augmenter l'accès à la pratique d'activité physique.

## LENS

Stéphanie met en place les activités du plan d'action à Lens depuis presque 2 ans. Elle a mis en place des ateliers de cuisine avec beaucoup de recettes à bases de protéines végétales et bon marché, des ateliers de médiations et de promenades dans la nature à la découverte de plantes comestibles. Les participants sont très assidus, refont les recettes à la maison et trouve que les ateliers de méditation leur permettent de réduire leur niveau de stress. Les activités sont également adaptées aux changements de saisons. De plus Stéphanie est en lien avec les parties prenantes locales et participe à toutes les événements locaux.

## COMMUNITY ACTION PLAN



**Communications ciblées pour mobiliser les habitants du quartier.**



**Améliorer le lien social à la cité des provinces.**



**Organiser des événements pour les habitants de la cité des provinces.**



**Apprentissage autour de l'alimentation, le système alimentaire et le jardinage**



**Encourager l'utilisation des ressources existantes dans le quartier pour les activités physiques**

## IMPACT

1

72 % des participants ont répondu manger plus de fruits et légumes depuis qu'ils participent aux activités liées au plan d'action.

2

66 % des participants ont répondu faire plus d'activité physique qu'ils participent aux activités liées au plan d'action.

3

63% des participants ont répondu qu'ils avaient partagé leur connaissance en matière alimentaire et d'activités physiques avec des membres de leur famille ou des voisins.

4

78% des participants ont répondu que leur santé s'était améliorée depuis leur participation au plan d'action.