

**Kebab+**

www.kebabplus.ch

## Description du projet

**Kebab+ s'intéresse aux activités suivantes:**

cuisiner – manger – rencontrer – se détendre – bouger

(Kebab+ est l'acronyme allemand de **k**ochen – **e**ssen – **b**egegnen – **a**usspannen – **b**ewegen)

Kebab+ cherche des adolescents et des animateurs sociaux désireux de réaliser ensemble des projets originaux et durables, basés sur les thèmes principaux de Kebab+. Les projets bénéficient d'un soutien financier.



Conception et réalisation

**MIGROS**  
pour-cent culturel

# Kebab+

www.kebabplus.ch

## Objectifs du projet

1. Encourager la réflexion des jeunes sur une alimentation équilibrée, la pratique d'exercices physiques et la détente ainsi que sur les multiples formes de rencontres, tout en partant de leur univers et de leurs intérêts.
2. Encourager de façon autonome et douce les compétences sociales des adolescents et leurs connaissances en matière de santé.
3. Apprendre aux jeunes à endosser des responsabilités. Ils sont en effet co-responsables de l'élaboration et de la réalisation des projets.
4. Kebab+ permet aux centres d'animation jeunesse de bénéficier d'un soutien financier simple.



Conception et réalisation

**MIGROS**  
pour-cent culturel

**Kebab+**

www.kebabplus.ch

## Les thèmes Kebab+

**Cuisiner:** toute forme de préparation de repas pouvant être effectuée par les adolescents et respectant les règles d'une alimentation saine.

**Manger:** tout repas commun pouvant être organisé par les adolescents.

**Rencontrer:** toute rencontre avec des personnes ou des groupes qui encourage la connaissance et le respect de l'autre.

**Se détendre:** toute forme de détente qui favorise la sensibilisation et l'écoute de son propre corps.

**Bouger:** tout type de sport ou de mouvement qui développe l'esprit d'équipe, la conscience corporelle et la forme physique.



Conception et réalisation

**MIGROS**  
pour-cent culturel

**Kebab+**

www.kebabplus.ch

# Conditions de participation

## Qui peut participer?

→ Les centres d'animation jeunesse locaux

## A quels critères doivent répondre les projets?

- 3 sur 5: trois des cinq thèmes Kebab+ (cuisiner – manger – rencontrer – se détendre – bouger) doivent être représentés.
- Promotion de l'alimentation saine, de l'exercice physique et de la détente des jeunes.
- Contribution à la communauté et aux rencontres.
- Effet aussi durable que possible.
- Participation active au projet de la part des adolescents.



Conception et réalisation

**MIGROS**  
pour-cent culturel

**Kebab+**

www.kebabplus.ch

# Déroulement

1. Remplissage d'un formulaire en ligne
2. Le responsable de projet Kebab+ étudie les données
3. Questions et clarifications éventuelles concernant un possible soutien professionnel
4. Réponse électronique à la demande de projet et communication du montant de participation aux frais
5. Elaboration et réalisation du projet
6. Les centres d'animation jeunesse remettent un rapport final et du matériel de documentation à Kebab+ (le rapport final est mis à disposition sur Internet)



Conception et réalisation

**MIGROS**  
pour-cent culturel

**Kebab+**

www.kebabplus.ch

# Avantages pour les centres d'animation jeunesse

- Kebab+ permet de traiter les thèmes de l'alimentation, de l'exercice physique, de la détente et de la rencontre dans le cadre de l'animation jeunesse en milieu ouvert et conformément aux désirs et aux possibilités des jeunes et des animateurs.
- Les idées des adolescents peuvent être réalisées et leurs intérêts respectés dans le cadre d'un projet concret.
- Les projets offrent suffisamment de liberté pour pouvoir être intégrés au travail quotidien des animateurs sociaux.
- Les centres d'animation peuvent profiter des projets pour attirer l'attention des médias locaux et de la commune sur leurs activités.
- Kebab+ permet aux centres d'animation jeunesse de bénéficier d'un soutien financier simple.



Conception et réalisation

**MIGROS**  
pour-cent culturel

**Kebab+**

www.kebabplus.ch

## Exemples de projets (1)

**Corps, kilo, kebab**, Punkt 12, Association pour l'animation jeunesse en milieu ouvert de la ville de Berne

Le centre de rencontre pour jeunes filles a choisi d'axer le second semestre 2008 sur la promotion de la santé. Les jeunes femmes ont cherché dans le quartier des personnes d'origines culturelles diverses et ont choisi avec elles des recettes savoureuses et originales qui furent préparées ensemble et dégustées lors d'un souper commun. En souvenir, les participantes ont créé un livre de recettes coloré et illustré généreusement.

**GenerationMix – 2-gether strong**, Animation jeunesse en milieu ouvert Bödeli, Unterseen

Soirée de gala en faveur d'un projet contre le chômage des jeunes. 90 personnes (apprentis, formateurs, représentants des autorités) ont dégusté un menu de trois plats accompagné d'un programme de divertissement varié.



Conception et réalisation

**MIGROS**  
pour-cent culturel

**Kebab+**

www.kebabplus.ch

## Exemples de projets (2)

**Grillades avec les résidents d'un EMS, Maison de la jeunesse Phönix, Aesch**

Au quotidien, les contacts et discussions entre jeunes et seniors sont malheureusement rares. Dans le but de favoriser les rencontres et de combattre les éventuels préjugés, la Maison de la jeunesse Phönix a invité les résidents du centre pour personnes âgées im Brüel (Aesch BL) à un barbecue. Après le repas pris en commun, les adolescents ont présenté un spectacle de danse à leurs hôtes.

**Create your food, BFA Centre de rencontre Dreirosen, Bâle**

Lors d'un atelier, les jeunes ont créé des sandwiches à base d'ingrédients sains. Pendant une semaine thématique «Manger sainement», ils ont ensuite sélectionné leurs trois favoris parmi les diverses créations. Les adolescents avaient également la possibilité de gagner un sandwich à la force des mollets, en pédalant sur un vélo d'appartement pendant un temps donné et sur une certaine distance.



Conception et réalisation

**MIGROS**  
pour-cent culturel