SHE MOVES

LAISSE-TOI INSPIRER !

« Les participantes apprécient la variété des activités, alternant créativité et mouvement. »

Girly Day en mouvement

Association pour la Jeunesse Aiglonne (AJA), Vaud

Le Girly Day offre aux filles de 7 à 15 ans un espace bienveillant, propice aux découvertes et à la diversité d'activités physiques. Le programme est co-construit entre l'équipe d'animation et les participantes, favorisant leur implication et leur autonomie.

Activités

Les jeunes filles ont pu participer à diverses sorties actives :

- Jeux de balles en salle
- Volleyball et baignade au lac
- Bowling
- Et bien d'autres activités!

Impact

Les participantes ont la possibilité de :

- Bouger, créer du lien et gagner en confiance
- Construire leur univers et trouver leur place au sein de l'AJA
- Oser participer à des accueils mixtes et aux « Mercredi Sport », affirmant leur présence parmi les garçons

Sens

Ce projet répond à un besoin réel d'inclusion et d'épanouissement des filles dans les structures jeunesse. Il favorise :

- Un cadre sécurisé pour se sentir bien dans son corps
- La création de liens sociaux
- L'expression des vécus
- L'engagement et l'autonomie

Tu veux te lancer?