

# Étudiants dans la course

Un programme dans la communauté offert par la Fondation sablon permettant à des jeunes de milieux défavorisés d'avoir accès à des activités sportives.

Afin d'accroître la participation sportive des jeunes, le programme Étudiants dans la course a été mis sur pied en partenariat avec Normandin Beaudry. Le but est d'offrir à des adolescent.e.s démuni.e.s l'opportunité de relever un défi de taille : compléter le marathon.

Les participant.e.s sélectionné.e.s sont des étudiant.e.s âgé.e.s de 15 à 17 ans et proviennent de plusieurs quartiers, notamment Hochelaga-Maisonneuve, Côte-des-Neiges, St-Henri et Montréal-Nord.

Majoritairement issu.e.s de milieux familiaux et sociaux difficiles, ces jeunes bénéficient d'un entraînement supervisé et adapté pour chacun d'entre eux. Ils sont jumelés à des mentors, passionnés par la course à pied, de qui ils pourront apprendre et s'inspirer.

Les participant.e.s s'entraînent progressivement de trois à quatre fois par semaine. Ils et elles sont encouragé.e.s à s'entraîner ensemble dans l'objectif d'arriver en groupe au fil d'arrivée.

## Objectifs du programme

Au cœur des saines habitudes de vie

- Promouvoir l'adoption d'un mode de vie équilibré et actif
- Améliorer la santé mentale et favoriser le bien-être émotionnel

Un catalyseur de potentiel

- Favoriser la persévérance scolaire et sportive
- Encourager la confiance et le dépassement de soi
- Soutenir le développement de la littératie physique

Une vie en communauté

- Favoriser l'intégration au sein d'un groupe
- Développer les habiletés sociales

Depuis sa création,

# 200

jeunes démuni.e.s ont profité de ce programme

# Étudiants dans la course



Les entraînements sont réalisés au sein de parcours extérieurs et intérieurs : sentiers du parc Maisonneuve, au Jardin botanique, dans les sentiers du Mont-Royal, sur les pistes du Centre Pierre-Charbonneau et plus encore.

Les jeunes sont constamment suivis par des conseill.e.s, une nutritionniste ainsi qu'un entraîneur. Ils ont accès à divers services tels que des examens médicaux, une carte renouvelable mensuellement pour les transports en commun, des équipements gratuits, l'inscription gratuite aux courses ainsi qu'une bourse remise à ceux qui terminent le programme.

Grâce à ce projet, ces jeunes sont capables de se dépasser pour accéder à un objectif ambitieux qui changera leur vie. Nous constatons que les étudiant.e.s développent une meilleure confiance et estime d'eux-mêmes, ce qui leur permet de créer des liens d'amitié et d'avoir une meilleure intégration et réussite scolaire.

Dans cette visée, ils deviennent des modèles positifs pour les autres étudiants de leur école et leur entourage.

## Financement recherché

Une contribution de la part de votre organisation nous permettra d'offrir une expérience complète à ces jeunes.

C'est-à-dire, de leur fournir de l'équipement technologique et sportif de qualité pour leurs entraînements en plus de leur participation à de multiples courses préparatoires en vue de la réalisation de leur marathon en juin 2024.

## Plan de reconnaissance

Un soutien financier à ce programme s'inscrit dans le cadre de la campagne majeure 2020-2025 de la Fondation sablon. Nous vous invitons à consulter la brochure de campagne incluant le [plan de reconnaissance complet](#) afin de connaître l'ensemble de la visibilité accordée.

La Fondation sablon est également ouverte à discuter de toute autre forme de reconnaissance souhaitée.