



SPORT
Education



Nos chartes

Notre Charte des « CRACS »

LES VALEURS AUXQUELLES NOUS ADHÉRONS

Citoyenneté, Responsabilité, Action, sens Critique et Solidarité (CRACS).

Les valeurs **citoyennes** se trouvent au centre des préoccupations de l'ASBL: l'engagement et l'implication des jeunes dans la construction d'une société plus juste, plus humaine et solidaire est un point de départ autant qu'un objectif.

Cet investissement des jeunes dans (et pour) leur collectivité implique que ces derniers développent une meilleure compréhension de leurs **responsabilités** et des conséquences que leurs actions peuvent entraîner sur leur vie et celle du groupe auquel ils appartiennent. Cette expérience de la citoyenneté nécessite donc que le jeune évalue les effets de ses actes, qu'il renforce son **sens critique** envers ses actions et celles d'autrui.

Afin qu'elle soit pleinement vécue, la citoyenneté chez l'enfant doit s'exercer par l'**action** pour qu'il puisse faire l'expérience de la place qu'il occupe dans le groupe et du rôle qu'il peut y jouer concrètement.

Par conséquent, l'enfant sera amené à développer son **ouverture** aux autres, le **respect** des différences, son empathie pour autrui et à tendre vers une vision plus **solidaire** de la société en général.

C comme CITOYEN

À partir de quel âge l'enfant est-il un citoyen ?! Euh...

En fait, la citoyenneté, ça commence très tôt. Dès la naissance quand l'enfant est inscrit au registre de la population, il compte parmi les citoyens de sa commune et, par extension, de son pays. Être citoyen signifie faire partie d'un groupe, d'une collectivité, d'une population. À ce titre, on a des droits (en lien avec la Déclaration universelle des droits de l'homme et la Convention internationale des droits de l'enfant) et aussi des devoirs !

Les droits et devoirs des citoyens nous permettent de vivre ensemble le mieux possible. Cela dépend des lieux et des groupes: la famille, son école, la maison de jeunes ou les mouvements de jeunesse, etc. Dans chacun de ces lieux, l'enfant a le droit de faire une série de choses et a des devoirs, souvent apparentés à des règles.

R comme RESPONSABLE

Un citoyen est responsable dès qu'il est conscient de ses droits et de ses devoirs et ce, dès le plus jeune âge. Pour y parvenir, il faut avant tout être bien informé: connaître ses droits et devoirs et s'intéresser au monde dans lequel il vit. C'est indispensable pour pouvoir mesurer les conséquences, positives ou négatives, de ses actes. Un exemple? En participant au tri sélectif des déchets, parce que nous connaissons l'impact sur la santé de notre planète.

A comme ACTIF

Être «actif», c'est s'engager dans un projet, dans un groupe ou un mouvement qui agit pour mieux vivre ensemble. Par exemple, faire partie d'un mouvement de jeunesse (Scouts, Guides, Patros, etc.), d'une association sportive comme « Sport & Education » sont autant de formes différentes d'engagement. Mais ce n'est pas tout! Il existe mille-et-un gestes citoyens à poser dès ton plus jeune âge.. Bref, c'est à la portée de chacun!

C comme CRITIQUE

« Critique », comme « esprit critique »! Tu sais, ce « truc » que tu dois absolument développer! C'est quoi au juste? Avoir de l'esprit critique, c'est refuser de croire sur parole ce qu'on te présente comme étant la réalité, que ce soit dans les médias ou lors d'une discussion entre potes. Il ne s'agit pas non plus de tout remettre en cause systématiquement, mais simplement de te forger ta propre opinion en reliant ce que tu entends, lis ou vois avec d'autres sources d'information. En t'informant, en étant curieux·se et en partageant tes idées, tu peux penser et agir de façon positive... pour un monde meilleur.

S comme SOLIDAIRE

La solidarité? Un lien qui pousse les personnes à s'entraider! Pourrait-on vivre sans solidarité? Notre société est-elle vraiment solidaire? Et sinon, comment le devenir? Toutes ces questions, le CRACS se les pose et il agit de manière à concrétiser cette solidarité dans son petit univers, mais aussi dans son pays et même par-delà les frontières. Quelques idées? Filer un coup de main à quelqu'un, donner son sang, poser une bougie allumée à sa fenêtre le 10 décembre, journée des Droits de l'homme, ou encore participer à une collecte de vivres pour les Restos du Coeur.





Notre Charte du FAIR-PLAY

- ◆ Quel que soit le rôle que je joue dans le sport, même celui de spectateur, je m'engage à:
- ◆ Faire de chaque rencontre sportive, peu importe l'enjeu et la virilité de l'affrontement, un moment privilégié, une sorte de fête.
- ◆ Me conformer aux règles et à l'esprit du sport pratiqué.
- ◆ Respecter mes adversaires comme moi-même.
- ◆ Accepter les décisions des arbitres et juges sportifs, sachant que, comme moi, ils ont droit à l'erreur, mais font tout pour ne pas la commettre.
- ◆ Éviter la méchanceté et les agressions dans mes actes, mes paroles ou mes écrits.
- ◆ Ne pas user d'artifices ni de tricheries pour obtenir le succès.
- ◆ Rester digne dans la victoire, comme dans la défaite.
- ◆ Aider chacun par ma présence, mon expérience et ma compréhension.
- ◆ Porter secours à tout sportif
- ◆ Être un véritable ambassadeur du sport, en aidant à faire respecter autour de moi les principes ci-dessus.
- ◆ Par cet engagement, je considère que je suis un vrai sportif.



Notre Charte du CUISTOT PRESQUE PARFAIT !

EAU ET SAVON POUR TON PROPRE CABANON

Pour garder ta cuisine propre, pas besoin de la désinfecter à l'eau de javel. Opte pour une méthode qui a fait ses preuves : de l'eau, du savon et de l'huile de coude. Avant de te lancer dans une préparation, lave la surface sur laquelle tu vas travailler.

A TAAAAAABLE !

Un aliment frais doit rester froid. Une denrée chaude doit rester chaude. Garde au frais la nourriture qui le nécessite, avant et après chaque repas. Elimine les denrées périssables qui sont restées plus de deux heures à température ambiante.

PAS D'EAU POTABLE, PAS DE STAGE VIABLE

Utilise l'eau potable pour cuisiner les aliments, pour faire la vaisselle et te laver les mains. L'eau de rivière ne peut servir qu'à te laver. Par ailleurs, ne laisse jamais de l'eau au soleil, même dans un récipient hermétiquement fermé : des bactéries s'y développeront plus vite.

MOT DE PASSE POUR CUISINER : MAINS LAVEES

Sur tes mains, il existe des micro-organismes dangereux qui peuvent provoquer des maladies. Pour éviter de contaminer les aliments, lave-toi les mains à l'eau potable.

ALIMENTS BIEN RANGES, ALIMENTS PROTEGES

Conserve tes briques de lait, de jus, de sauce tomate en hauteur. Tu éviteras l'humidité au sol et l'apparition d'insectes ou de rongeurs tentés par tes denrées.



AU-DELA DE LA DATE, JETTE LA BOITE

Avant le départ, pense à vérifier les dates de péremption des aliments de ton stock. Tu peux consommer les aliments jusqu'à la date indiquée sur l'emballage. Une fois la nourriture déballée, conserve-la dans les conditions adaptées, mange-la dès que possible.

LE FRAIS, Y'A QUE CA DE VRAI

Une fois les courses faites, range-les dans le frigo ou le congélateur, fidèles alliés de la conservation. Maintiens la chaîne du froid, particulièrement pour les viandes, les poissons et les produits laitiers. Pas de frigo ? Privilégie des produits moins périssables.

PREFERE LE BIEN CUIT POUR T'EVITER DES SUSHIS

Afin d'éviter les intoxications alimentaires, cuis bien tes produits. Presque tous les micro-organismes dangereux seront détruits à la cuisson.

EVITE LE TRAC, CHOISIS LE BON SAC

Trie des déchets et évite de garder tes poubelles à proximité de l'intendance. Tu risquerais d'attirer des insectes en tous genres qui ne sont pas invités à ton repas.

POUR CUISINER, TENUE CORRECTE EXIGEE

Afin d'éviter les mauvaises surprises dans les assiettes, attache tes cheveux longs, enlève bracelets et bagues quand tu cuisines. Si tu as des blessures aux mains, porte de gants.