

Participez à la course aux parrainages et gagnez votre inscription aux Foulées dès CHF 100 de sponsoring !

Ouvert à toutes les catégories. Les parrains choisissent leur montant. La somme récoltée se verse le jour de la course au stand des inscriptions.

	Nom et prénom	Montant
1.
2.
3.
4.
5.
6.
7.
8.
9.
10.
	Total	-----

Nom, adresse et e-mail du coureur :

.....



LES FOULÉES DE LA SOLIDARITÉ

Courir pour un monde sans faim

24ème édition
Mercredi 5 juin 2024 à Peseux

Terrain du F.C. Comète

Organisation :
 Paroisses catholique et réformée de la Côte et La BARC

Inscriptions : sur place dès 16h45
 ou sur le site <http://www.eren.ch/foulees/>

avec le soutien de :



Foulées après foulées, un autre monde est possible !

Merci de nous soutenir par votre présence le jour de la course ou par un don sur le CCP 12-286967-2 ou par TWINT sur www.eren.ch.

Faire un don : CCP 12-286967-2 ou par TWINT

Faites un don avec TWINT !

Scannez le code QR avec l'app TWINT

Confirmez le montant et le don

LES 24èmes FOULÉES DE LA SOLIDARITÉ S'ENGAGENT POUR :

Projet Entraide Protestante Suisse (EPER) en Suisse romande :

Nouveaux Jardins : l'intégration des personnes migrantes par le jardinage

En Suisse romande, l'EPER gère neuf Nouveaux Jardins, dont un à Neuchâtel. Elle propose aussi à des personnes privées disposant d'un jardin de l'ouvrir à des personnes migrantes souhaitant travailler un lopin de terre. Les Nouveaux Jardins proposent à des personnes nouvellement arrivées en Suisse de cultiver une parcelle potagère avec d'autres personnes, qui habitent la même localité depuis plus longtemps qu'elles. Ce projet offre un moyen concret de favoriser l'inclusion sociale des personnes migrantes au sein de leur environnement local à travers un jardin potager. La mise en lien avec la société d'accueil leur permet notamment de recréer un réseau social, de pratiquer le français, de reprendre confiance en elles et de mobiliser leurs ressources individuelles. Le projet favorise ainsi l'inclusion sociale des personnes migrantes et renforce la cohésion sociale dans nos cantons et au sein des quartiers. Il permet aux participant-e-s de s'extraire des préoccupations quotidiennes et de pratiquer une activité physique saine pour le corps et l'esprit. La culture d'un potager est également un moyen de s'alimenter sainement et de nourrir sa famille avec des produits frais, tout en réalisant des économies non négligeables pour des personnes précarisées.

Les liens créés au jardin débouchent souvent sur des rencontres ou des activités en dehors de celui-ci, comme à Neuchâtel, où un groupe de nageuses et de nageurs se retrouve chaque semaine pour aller se baigner au lac ! De plus, en 2023, les Nouveaux Jardins ont reçu le prix de la citoyenneté de la Ville de Neuchâtel, une magnifique reconnaissance de la contribution apportée par le projet en termes d'entraide et de solidarité, mais aussi de durabilité !

Projet n° 560.019, budget annuel : CHF 46 791 pour le canton de Neuchâtel

Des Calebasses pour un développement dynamique et durable

Dans la région autour de Dakar, les terres se font de plus en plus rares et les moyens de subsistance des familles paysannes – dans un pays où 80% de la population pratique l'agriculture – sont fortement menacés.

Dans ce contexte, Action de Carême s'engage aux côtés de son organisation partenaire Acces afin de renforcer l'autonomie des communautés rurales, notamment grâce à la création de groupes de solidarité appelés calebasses. Ces groupes permettent, entre autres, d'éviter l'endettement en accordant des prêts sans intérêt à leurs membres en cas d'urgence (nourriture, frais de scolarité, frais de santé). Chaque membre contribue à la calebasse selon ses moyens et de manière anonyme. Afin de garantir le succès à long terme, les groupes s'organisent en réseaux, qui peuvent se charger de l'accompagnement des différents groupes et s'occuper de la création de nouveaux groupes dans d'autres villages. Il existe actuellement 106 groupes de solidarité composés de plus de 3000 membres, presque exclusivement des femmes. Le projet propose également des cours sur la transformation et la conservation des produits des récoltes ainsi que sur la fabrication de produits d'usage quotidien (savon, bouillon), que les femmes peuvent ensuite vendre sur les marchés afin d'augmenter leurs revenus. En outre, l'application des techniques de culture agroécologiques apprises lors de formations permet d'accéder à une alimentation plus saine et plus variée. Il est ainsi possible de renoncer à une partie du riz importé. La cuisine locale est également valorisée à travers des cours et des concours de cuisine. D'ici fin 2024, Action de Carême a pour objectif de soutenir la création de 30 nouveaux groupes de solidarité ainsi que le renforcement de l'autonomie des 106 calebasses déjà existantes, notamment avec l'augmentation des activités en réseaux. De plus, les familles paysannes continuent de générer des revenus grâce à la transformation de leurs produits et consolident leurs connaissances en agroécologie.

Coût total du projet : CHF 54'846.--



FINANCES EN CHF : Enfants et Juniors 10.- Adultes 20.-
PRIX SOUVENIR : Chocolat des Magasins du Monde
ASSURANCE : A la charge de chacun-e, le comité n'est pas responsable
INFOS : Michel Blanc, 032 725 83 39, mp.blanc@hotmail.com

www.eren.ch/foulees/

Délai d'inscription pour toutes et tous : 30 minutes avant le début de la course y compris les inscrit-e-s sur le site www.eren.ch/foulees/

COURSE DE 600 M

Enfants filles / garçons 2017 et plus jeunes DÉPART 17h45

COUPE JEUNES FOULÉES DE 1200 M

Ecolières/écoliers C 2015-2016
Ecolières/écoliers B 2013-2014 DÉPART 18h00

COUPE JEUNES FOULÉES DE 5 KM

Ecolières/écoliers A 2011-2012
Cadets filles/garçons B 2009-2010
Cadets filles/garçons A 2007-2008
Juniors filles/garçons 2005-2006 DÉPART 19h15

COURSES DE 5 KM ET DE 10 KM

Dames/Hommes 20 1995-2004
Dames/Hommes 30 1985-1994
Dames/Hommes 40 1975-1984
Dames/Hommes 50 1965-1974
Dames/Hommes 60 1964 et avant DÉPART 19h15

MARCHE, WALKING, NORDIC-WALKING 5 KM DÉPART 19h15

Sans limite d'âge, ouvert à toutes et tous sans chronométrage.
Paiement sur place disponible par TWINT ou en espèces dès 16h45.
Au plus tard 30 min avant le départ de votre course ! Merci de respecter les délais !

RÉSULTATS À CONSULTER : neuchatelrunning.ch

Places de parcs disponibles, veuillez vous référer aux ordres de la sécurité publique.

