



World Summer Games
Athlete 2011

J'en fais partie! Les familles saines

Lorsque les familles choisissent comme priorité une mode de vie saine, les athlètes ont plus de succès aux sports et ils sont motivés à faire des choix sains de leur propre gré.

Je m'engage à:

- S'entraîner chaque semaine avec les athlètes utilisant les guides de compétences sportives recommandées.
- Eteindre la télévision pendant les repas et partager quelques temps en famille.
- Eteindre l'ordinateur et aller dehors jouer pour une heure.
- Jouer avec mes enfants âgés de 2 à 7 ans en utilisant le guide d'activité pour les Jeune Athlètes
- Utiliser les guides d'alimentation et d'exercices - TRAIN @ Home.
- Impliquer les athlètes, les frères et sœurs dans la préparation des repas et casse-croustes sains et bien équilibrés.
- Boire de l'eau plutôt qu'autre boisson quand j'ai soif.
- S'assurer que tous les membres de famille passent des bilans de santé réguliers.
- Développer les passe-temps, l'amitié et l'indépendance des athlète en introduisant de nouvelles activités
- Se laver les mains après la toilette et avant et après les repas.

Nom: _____

Programme: _____

Adresse e-mail ou numéro téléphonique: _____





J'en fais partie! Bénévolat en famille

Le succès de Special Olympics repose sur les bénévoles. Il y a un rôle pour chaque membre de famille dans le Mouvement.

Je m'engage à:

- Diriger ou être membre du Réseau de Soutien Familial.
- Être hôte des forums familiaux pour les pères, et les frères et sœurs aussi bien que les mères.
- Devenir entraîneur ou aider un entraîneur pendant une saison sportive.
- Diriger un Club de Sport dans ma communauté.
- Devenir membre du comité de collecte de fonds et aider organiser les événements.
- Devenir membre du comité familial ou autres comités de leaderships pour faire partie de l'équipe décisionnelle.
- Conseiller les athlètes Leader et les supporter à devenir porte-paroles du Mouvement.
- Partager les compétences technologiques pour aider la création d'un site Web, une page Facebook, ou une liste de distribution d'email pour les familles.
- Devenir membre de l'équipe de gestion des jeux locaux, nationaux ou régionaux.
- Entraîner les athlètes à devenir entraîneur et guide entraîneurs.

Nom: _____

Programme: _____

Adresse e-mail ou numéro téléphonique: _____





Special Olympics
WORLD SUMMER GAMES
BEIJING 2008

J'en fais partie! Leader de Jeunes Athlètes

La petite enfance est la période essentielle pour le développement des compétences de base et la participation des membres de famille dans un réseau de soutien. Le programme Jeunes Athlètes a très bien réussi à cet égard

Je m'engage à:

- Devenir entraîneur des Jeunes Athlètes chez moi en utilisant le guide d'activité.
- Distribuer le guide d'activité et aider les familles jouer et enseigner aux jeunes athlètes.
- Organiser une réunion de sensibilisation des familles des jeunes enfants et partager leurs histoires.
- Embaucher les jeunes athlètes des écoles, de la communauté, ou organisation mère.
- Diriger un programme Jeunes Athlètes pour les familles, les enseignants et les décideurs politiques.
- Mener une activité de collecte de fond et acheter d'équipements pour les familles et activités préscolaires.
- Organiser un dépistage sanitaire Healthy Athletes pour les jeunes enfants et inviter tous à y participer.
- Contacter les parents des jeunes enfants, demandez-les à être, membres du réseau et forums familiaux.
- Entraîner les athlètes à devenir entraîneur de jeunes athlètes en utilisant le guide d'activité.
- Suivre l'évolution des compétences physiques, verbales, sociales que les enfants ont acquises.

Nom: _____

Programme: _____

Adresse e-mail ou numéro téléphonique: _____





J'en fais partie! Bâtitseur de Communauté

Il est bien établi que le Mouvement Special Olympics fait de différences dans la vie des millions d'athlètes. Mais ils restent beaucoup à faire pour atteindre les populations vulnérables et bâtir les communautés de changement autour du monde.

Je m'engage à:

- Embaucher de nouveaux et jeunes athlètes.
- Informer les médias des succès et défis des athlètes et invitez-les à assister aux programmes sportifs.
- Partager l'histoire de ma famille avec le journal local.
- Inviter les décideurs politiques et gens d'influence aux compétitions et activités des Jeunes, et au Sport Unifié.
- Dire à mon employeur et autres chef d'entreprise comment ils peuvent supporter Special Olympics.
- Inviter le public à assister aux dépistages Healthy Athlete et aux jeux et forums familiaux.
- Partager les nouvelles de Special Olympics à travers les medias sociaux tels que Facebook et Twitter.
- Etre représentant aux forums nationaux ou régionaux et partager ce que j'ai appris avec les autres familles.
- Fêter le jour Eunice Kennedy Shriver et prend action pour promouvoir l'inclusion, l'acceptation et l'unité.
- Devenir un leader pour le Mouvement quand l'occasion se présente !

Nom: _____

Programme: _____

Adresse e-mail ou numéro téléphonique: _____

