



# KIT PARTICIPATION CHALLENGE AJCM 2020

« S'ENGAGER POUR FAIRE BOUGER LES CHOSES,

REPRÉSENTER POUR FAIRE ENTENDRE SA VOIX »



# CHALLENGE PLOPPING

Cette année nous modifions la collecte de déchets sur les plages habituel en la pimentant un petit peu afin de nous adapter au contexte ambiant !

Vous connaissez le Plogging ? Tout droit venu de nos amis suédois le plogging est la contraction du mot «ramasser» en suédois («plocka upp») et de «jogging». Vous l'aurez compris, l'objectif est de courir (ou marcher) tout en ramassant les déchets !

**Le but cette année c'est de cumuler le maximum de km parcouru dans toute la méditerranée et de ramasser le maximum de déchet ! 1000 km / 2000 km ? 2 tonnes / 5 tonnes ?!**

Vous êtes prêt à relever le challenge ? Découvrez comment organiser un plogging chez vous :

1. Repérer un lieu à proximité de chez vous que vous souhaiteriez nettoyer (un parc, une plage, une forêt, un endroit dans votre quartier...)
2. Planifier un itinéraire précis et vérifier la sécurité des lieux
3. En fonction de combien vous êtes, prévenir votre mairie et lui demander si les services techniques ne peuvent pas venir récupérer les déchets ramassés.
4. Inscrivez-vous en temps qu'organisateur sur la page web d'initiatives océanes. Vous recevrez alors des Kits pour le ramassage (gants, sacs...). Attention, il faut le faire à l'avance! Les membres des groupes que vous coordonnez peuvent s'inscrire dans votre collecte en tant que participants. <http://initiativesoceanes.org/fr/>
5. Solliciter votre réseau à participer mais en respectant les distances de sécurité et sans provoquer de rassemblements de masse, c'est à dire en vous organisant par petits groupes. (Plus vous aurez de personnes présentes sur les trois jours et plus la collecte de déchet sera importante !)
6. Le jour J prévoir une tenue adaptée, s'équiper de gants et sacs poubelles.
7. Que faire pour visibiliser son action et participer aux défis?

Si tu es coordinateur, à la fin de chaque course ou marche, remplir le formulaire en ligne sur la page web AJCM (<http://ajcmed.org/>) rubrique Plogging Challenge 2020 avec le nombre de km effectués par les membres de ton groupe et une estimation du poids des déchets ramassés. Si tu es participant, tu peux informer ton coordinateur des km effectués ou remplir directement le formulaire.

Et enfin: Last but not least: envoie-nous une photo des déchets les plus étranges, bizarres ou inattendus que tu as trouvé sur ton chemin! (avec ton nom, pays et ville) (mail: [simon@lestetes-delart.fr](mailto:simon@lestetes-delart.fr))

Pour illustrer ton défi pense aussi à réaliser des vidéos à partager en les diffusant de la façon suivante (#ploggingAJCM #(pays) #(ville)) et en les envoyant sur le groupe facebook de l'AJCM (<https://www.facebook.com/groups/AJCMed/>).

C'est parti!

# CHALLENGE PLOPPING

This year we are changing the usual beach cleaning by spicing it up a little bit!!

Do you know about Plogging? Plogging is a contraction of the word «collect» in Swedish («plocka upp») and «jogging». As you can see, the goal is to walk or run while picking up trash!

**The goal this year is to accumulate the maximum number of km covered throughout the Mediterranean and to collect the maximum amount of rubbish! 1000 km / 2000 km ? 2 tons / 5 tons ?!**

Are you ready to address this challenge? Find out how to organize a plogging in your place:

1. Find a place that you would like to clean (a park, a beach, a forest, a place in your neighbourhood...)
2. Plan a precise itinerary and check the security of the place.
3. Depending on how many people you are, inform the city council and ask if the technical services can come and take back the waste collected.
4. Register as an organizer on the web page of ocean initiatives (<http://initiativesoceanes.org/fr/>). You will then receive Kits for the collection (gloves, bags...). Be careful, you have to do it in advance! The members of the groups you coordinate can register in your collection as participants.
5. Solicit your network to participate but respecting safety distances and without provoking mass gatherings, i.e. by organising yourself in small groups (the more people you have present over the three days, the more waste will be collected).
6. On the D-day, make sure you are dressed appropriately, wear gloves and carry rubbish bags.
7. What can you do to make your action visible and participate in the challenges?

If you are a coordinator, at the end of each run or walk, fill in the web form on the web page of AJCM (<http://ajcmed.org/>), section Plogging Challenge 2020, with the number of km done by the members of your group and an estimate of the weight of the waste collected. If you are a participant, inform your coordinator of the km you have covered or complete this web form.

And last but not least: send us a photo of the strangest, weirdest or most unexpected rubbish you found on your way! (with your name, country and town) (mail: [simon@lestetesdelart.fr](mailto:simon@lestetesdelart.fr))

To illustrate your challenge also think about making videos broadcasting them in the following way (#ploggingAJCM # (country) # (city) and sending them to the AJCM facebook group (<https://www.facebook.com/groups/AJCMed/>))

Let's go!

# CONTACT

## NOS OUTILS DE COMMUNICATION NUMÉRIQUES

Le site internet : [www.ajcmed.org](http://www.ajcmed.org)  
Notre groupe Facebook : [Join](#)  
Notre page pro Facebook : [AJCM](#)  
Playlist Youtube : [Play](#)  
Notre compte Instagram : [AJCMED](#)

## QUI CONTACTER ?

Delphine SALVI  
Association Les Têtes de l'Art  
+33 (0)6.01.09.04.75  
[delphine@lestetesdelart.fr](mailto:delphine@lestetesdelart.fr)  
[www.lestetesdelart.fr](http://www.lestetesdelart.fr)

Olivier GOEHRS  
Cercle ACM Marseille  
[olivier.goehrs@gmail.com](mailto:olivier.goehrs@gmail.com)

Simon LEROY  
Assistant de coordination  
Association Les Têtes de l'Art  
[simon@lestetesdelart.fr](mailto:simon@lestetesdelart.fr)

Axel FRICK  
Association Citoyens de la Terre  
+33 (0)4.91.53.74.65  
[africk@citoyensdelaterre.org](mailto:africk@citoyensdelaterre.org)  
[www.citoyensdelaterre.com](http://www.citoyensdelaterre.com)

Coline CHARBONNIER  
15/38 Méditerranée  
[colinecharbonnier@gmail.com](mailto:colinecharbonnier@gmail.com)

Martial PLOIX  
Assistant de coordination  
Association Les Têtes de l'Art  
[martial@lestetesdelart.fr](mailto:martial@lestetesdelart.fr)



[www.ajcmed.org](http://www.ajcmed.org)

