

YOUTH INTERACTIVE FITNESS ZONE

Un centre de conditionnement physique pour toute la famille



Quand les parents vont au gym après le travail ou encore, quand les nouvelles mamans profitent de leur congé de maternité pour se remettre en forme, que font-ils donc de leurs enfants ? Ashley Caesar a trouvé une solution intéressante en créant un espace attenant au centre de gym pour adultes, consacré exclusivement aux jeunes de 0 à 12 ans. Youth Interactive Fitness Zone (Zone de conditionnement physique pour les jeunes) répond ainsi à un besoin qui joint l'utile à l'agréable. Cette entreprise nouvellement créée prend soin des tous petits durant le jour et s'occupe des plus grands après l'école. Sa mission première est de veiller à la santé et au bien-être des jeunes en les encourageant à développer de saines habitudes de vie et à acquérir la confiance et l'estime de soi par le sport et des programmes d'exercice adaptés à leur âge.

Ashley Caesar a travaillé comme instructrice durant deux ans à *PerformALL*, un centre de conditionnement physique situé à Ville Saint-Laurent appartenant à son frère. Durant cette période, elle a constaté à quel point les femmes éprouvaient des difficultés à maintenir leur assiduité à cette discipline sportive, plus particulièrement en raison de leurs obligations familiales. L'idée a donc germé d'aménager des espaces dédiés aux enfants. Ainsi, les plus jeunes peuvent bénéficier d'une halte garderie le jour, tandis que les enfants d'âge scolaire ont l'occasion de se distraire et de bouger après l'école, en s'initiant aux activités de leur choix. À l'arrivée au Centre, après une bonne collation, les enfants disposent d'une heure pour faire leurs devoirs après quoi, ils s'adonnent à l'aérobic, la danse, les exercices sportifs et même le yoga méditation. Les camps d'été pour les jeunes figurent aussi au programme et les parents peuvent y inscrire leurs enfants selon des plages horaires adaptées aux besoins de la famille.

Jeune trinitadienne, Ashley adore les enfants. Elle est aussi très sensible au phénomène d'embonpoint qui se répand de plus en plus dans cette catégorie d'âge. « Avec ces nouvelles façons de faire, je pense que mon entreprise peut contribuer, à sa mesure, à remédier à cette problématique, d'autant plus que le quartier où est situé le Centre est une banlieue très familiale et plusieurs écoles y sont localisées. D'ailleurs, tout est prévu pour que les autobus scolaires puissent déposer les élèves directement sur place », nous dit Mme Caesar.

Pour aménager son aire d'exercice réservée aux enfants, acheter des équipements conçus pour eux et pour faire connaître sa nouvelle entreprise auprès du public, Mme Caesar investit de nombreux efforts. Plusieurs partenaires sont venus l'appuyer sous forme de prêts, dont Investissement Femmes Montréal, Yes Montreal Employment, ou de subventions comme la Bourse du Maire.

Le Fonds afro-entrepreneurs de Filaction a participé financièrement au projet en lui accordant un prêt destiné à soutenir ses aménagements et sa mise en marché. Mais au-delà de l'aspect rentabilité de Youth Interactive Fitness Zone et compte tenu que les commissions scolaires coupent de plus en plus dans les programmes d'éducation physique, Ashley Caesar souhaite que son Centre soit accessible à tous en offrant des tarifs raisonnables destinés aux jeunes usagers.

Son prochain objectif : créer un Fonds dédié aux familles moins nanties en amassant des sommes d'argent en provenance de commanditaires, entreprises et commerçants de Ville Saint-Laurent.

