

Mardi 23 mai, Yoann Derrien, professeur d'EPS du lycée Notre-Dame-du-Mur, plusieurs enseignants et l'association Bougeons ensemble, ont animé au sein de l'établissement une journée de sensibilisation à l'importance de l'activité physique, à destination des élèves de 2nde.

Au grand dam de l'enseignant, les chiffres sont peu ou prou les mêmes que lors de la première édition, l'an dernier, avec, « selon l'OMS, 80 % des adolescents dans le monde sans activité physique. Un chiffre qui monte à 91 % pour les filles. »

Journée sportive sans portable

Durant la journée, les élèves ont suivi un parcours réunissant plusieurs ateliers, entre « string », entendez par là un mélange de zumba et d'aérobic, salsa, biathlon-laser, steps et autres sports d'adresse ou de combat, comme l'escrime ou la boxe française, également appelée « savate ». Précision d'importance, cette journée sportive aura aussi permis aux élèves de se « décrocher » de leur portable, ce dernier n'étant tout simplement pas autorisé dans l'établissement, en tout cas lors des divers ateliers.

Des ateliers qui, grâce à la présence de deux kinésithérapeutes, d'un diététicien et de deux sophrologues, ont permis de mettre en avant les bienfaits d'une alimentation équilibrée ou encore les manières d'y parvenir. Enfin, dans l'après-midi, Yannick Guillodo, médecin du sport, a animé une conférence sur la mise en avant d'un mode de vie active.