



Fourchettes et baskets

publié le 30/03/2023 - mis à jour le 09/05/2023

Descriptif :

Dans le cadre du projet « Fourchettes et baskets », basé sur la nutrition, la diététique et le sport, tous les Élèves de 5ème participeront à une action le jeudi 6 avril 2023 de 8h20 à 12h20. Tous les détails dans cet article.

Dans le cadre du projet « Fourchettes et baskets », basé sur la nutrition, la diététique et le sport, tous les Élèves de 5ème ont participé à une action obligatoire le jeudi 6 avril 2023 de 8h20 à 12h20.

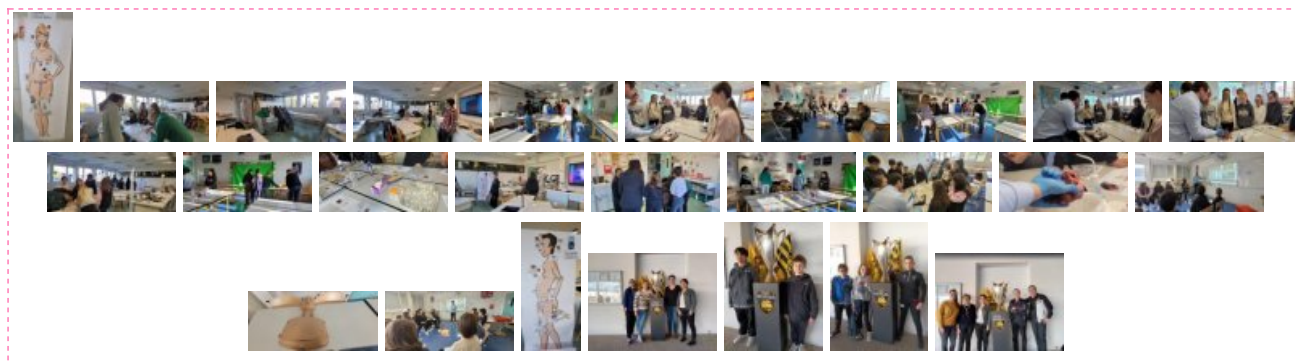
Les ateliers proposés aux Élèves ont été variés :

- ▶ atelier « parole d'experts » : discussion avec des sportifs de haut niveau sur leur hygiène de vie adaptée à leur sport
 - ▶ atelier « porter secours » : initiation à l'utilisation d'un défibrillateur par l'infirmière de l'établissement, en lien avec les maladies cardiovasculaires et le surpoids
 - ▶ atelier « Cœur et santé » : avec un médecin partenaire
 - ▶ atelier « les ali'menteurs » : gras et sucre cachés dans les aliments. En complément, le déjeuner du self sera préparé par le chef cuisinier, en respectant toutes les données de l'équilibre nutritionnel découvert le matin même.
 - ▶ atelier « diététique et santé » : conséquences sur la santé d'une mauvaise alimentation et bienfaits du sport
- Les Élèves ont participé également à des tests d'effort et des parcours sportifs au gymnase.

Une belle surprise attendait les Elèves en fin de journée fourchettes et baskets.....

Nous remercions tous les membres du stade rochelais pour avoir permis aux élèves de voir cette coupe de près, en particulier Mme Boutier, et de leur avoir mis des étoiles dans les yeux
Vive le stade rochelais

Portfolio



Documents joints

[Affiche carnet](#) (PDF de 63.9 ko)

[Affiche communication](#) (PDF de 570.9 ko)