



Fourchettes et baskets

publié le 11/03/2025 - mis à jour le 15/03/2025

Descriptif :

Dans le cadre du projet "fourchettes et baskets" au collège, qui est une action visant l'éducation à la santé (diététique et bienfaits du sport) les élèves sont allés visiter le Macif parc où s'entraîne le stade rochelais le 12 février 2025.

Dans le cadre du projet "fourchettes et baskets" au collège, qui est une action visant l'éducation à la santé (diététique et bienfaits du sport) les élèves sont allés visiter le Macif parc où s'entraîne le stade rochelais le 12 février 2025.

Ils ont pu échanger avec des espoirs, dont Diego Jurd (ancien élève du collège) ainsi qu'avec des féminines, voir les salles de musculation pour la préparation physique des joueurs, les salles de kiné dans le cas de blessures ou pour la prévention, les locaux : la restauration, les vestiaires, les bureaux administratifs, les zones de repos, les salles de réunion ou de débriefing....

Ensuite le lendemain au collège, le jeudi 13 février, ils ont eu accès à plusieurs ateliers sur la diététique : avec un médecin sur le cœur et la prévention, avec l'infirmière scolaire sur la prise en charge d'une personne atteinte d'un problème cardiaque (mise en œuvre du défibrillateur), sur les aliments menteurs avec du sucre, du sel, ou des graisses cachés et un atelier sur l'impact de ces graisses, sel et sucre sur notre corps. Au gymnase, ils ont effectué des tests physiques et mis en avant les bienfaits du sport tout au long de notre vie et enfin ils ont pu échanger avec le préparateur physique de l'équipe de France de Volley Ball (médaillée d'or aux JO 2024) et des joueuses et joueurs du stade rochelais basket.

Enfin ils ont terminé cette matinée par un apéritif crudité qui leur a beaucoup plu....

Merci à tous les personnels qui se sont impliqués dans ce projet et aux élèves qui nous ont aidé à tout préparer...