

ARCIS-SUR-AUBE

La « D-Marche » en route au lycée des Cordeliers

Les jeunes sont invités à participer à un grand voyage virtuel autour du monde. Le but : les inviter à marcher plus souvent.

Les élèves de Capa 1^{re} année du lycée des Cordeliers vont être mis à l'honneur en participant à un projet de prévention santé, avec l'association Adal (À la découverte de l'âge libre), dans le cadre d'un projet « D-Marche » sur le département de l'Aube.

Les jeunes, qui vont ainsi participer à un grand voyage virtuel autour du monde, vont, pour pimenter l'aventure, affronter une autre équipe formée par leurs professeurs et le personnel de l'établissement. Cette dynamique va leur permettre d'avancer tous ensemble dans la même direction : celle de la santé, du bien-être et du « bien vivre ensemble ». Un programme tout à fait en cohérence avec le projet éducatif du lycée des Cordeliers, qui souligne que « le bien vivre » est un des éléments qui motive le jeune dans sa scolarité.

Une mappemonde à l'entrée du lycée

Ce nouveau pari va permettre aux enseignants d'accompagner ce projet innovant grâce à un outil amusant : compter le nombre de pas au quotidien ! L'occasion fut donc donnée vendredi dernier à Christian Marcellot, de l'association Akhilleus et formateur à la gym volontaire, de venir voir comment les élèves et le personnel utilisaient les podomètres. Certains



Selon une récente enquête, les 18-24 ans sont ceux qui marchent le moins.

Photo d'illustration.

professeurs seront en charge du suivi et de l'enregistrement des podomètres ainsi que du suivi des pays visités avec leurs spécialités. Une manière de motiver les élèves qui pourront voir la progression du voyage sur la mappemonde qui se

trouvera à l'entrée de l'établissement. Un projet fédérateur qui se terminera en mai, avec des invités « seniors » afin de leur montrer que la marche est un exercice sain et à la portée de tous.

SYLVIANE RICHÉ-BONNAIRE

A VOS MARCHES, PRÊTS ? D-MARCHEZ !

Vite, vite, le podomètre dans la poche ! Hop, hop, c'est parti !

Conscients que l'activité physique est importante pour la santé et le bien être (de nos podomètres !!), c'est avec plaisir que nous participons au projet D-MARCHE.

Pilote de cette expérience, notre but est de faire le tour du monde virtuellement. Pour pimenter notre projet, nous sommes face à une équipe redoutable ; nos professeurs !

Et pour une fois, nous les élèves allons leur apprendre quelque chose... de marcher plus !!!

Les CAPA1 du Lycée des Cordeliers-
Arcis sur Aube

