

Calendrier prévisionnel des actions 2023

PDF
2023 Sport et Santé-109.03 - Copie

Exposition "Compétences psychosociales"



Mme THAON-CDI-VIE SCOLAIRE

Atelier RespiRelax - Mme THAON



PDF
Atelier Respi relax affiche présentation

Participer à une Ecole promotrice de la santé et à l'inscription du Lycée dans le label Edusanté.
Participer à la semaine académique de la santé

Objectifs généraux : Faciliter l'acquisition des compétences psychosociales pour améliorer la santé de chacun et le climat scolaire.
Compétences cognitives : - Avoir conscience de soi - Capacité de maîtrise de soi - Prendre des décisions constructives
Compétences émotionnelles : - Avoir conscience de ses émotions et de son stress - Réguler ses émotions - Gérer son stress

Objectifs opérationnels de l'atelier hebdomadaire:
- Proposer un espace-temps régulier et bien repéré de relaxation guidée.
- Favoriser une plus grande conscience de soi, de son état physique et psychoémotionnel.
- Proposer un choix d'exercices larges (statiques et dynamiques, en silence et avec accompagnements sonores) permettant à chacun de s'approprier ceux qui lui correspondent le mieux.
- Autonomiser par la transmission de techniques de relaxation et de gestion du stress.
- Favoriser la régulation émotionnelle et la gestion du stress.
- Apporter une information (par affichage) sur le rôle des émotions et de la respiration et sur les conséquences du stress.
- Permettre l'exercice du choix par le volontariat - Responsabiliser face à son corps, son équilibre émotionnel, sa santé. Objectifs opérationnels de l'atelier durant la semaine de la santé :
- Proposer l'atelier sur 1h (1 cycle complet des 6 outils) aux élèves repérés par l'équipe de l'établissement comme manifestant du stress.
- Accompagner les élèves repérés comme indiqué dans les objectifs opérationnels de l'atelier hebdomadaire, à l'exclusion de la notion de volontariat.

Intervention du PNRUN sur les PAPAM



Dans le cadre du projet de préservation des plantes endémiques des ISTL mené en collaboration avec le Parc National de la Réunion (PNRun), M. GARCIA interviendra en classe le 5 avril. La présentation concernera en partie les plantes aromatiques à parfum et médicinales (PAPAM). Cette intervention est encadrée par une convention entre le lycée et le PNRUN.

Point Info Santé

LES POINTS
departement974.fr

Les Point info santé
Thématique: Hygiène et santé

Intervention JADE "Jeunesse et droit à la santé": Jeudi et vendredi

defenseurdesdroits.fr
Les Jeunes Ambassadeurs des Droits (JADE)

Tournois sportifs AEPA



Tournois sportifs: Ping pong, football
Ateliers animés par la section de bac pro animation et M. Oriange. Public cible école Julie Huët

CASEC Cressonnaire



Enseignant APA REMI GÉOFFE **Spécialiste de l'activité physique, de la santé et du handicap**, l'enseignant en activité physique adaptée (Apa) intervient auprès de personnes dont les aptitudes physiques, psychologiques ou les conditions sociales réduisent l'activité physique
vendredi 07/04 13h30-15h30
Atelier d'une heure: 30 minutes de présentation sur handicap/Obésité/diabète... 30 minutes activités: parcours moteur-Yoga-relaxation

Fitness

Fit Dance
by Ludovic BOYER

FITDANCE- 2 séance de fitness à destination des élèves internes et de la communauté éducative

M. MEILLHAC DétrOI INSERM-Université de la Réunion



blog.univ-reunion.fr
DÉTROI INSERM U1188 | Diabète athérombose Thérapies Réunion Océan Indien.

Intervention de M. Meilhac et de doctorants sur les thématiques en lien avec la nutrition, le diabète et le sport

#SES...

Sensibiliser sur une alimentation locale pour sa santé mais aussi pour le bien de la Planète...
Être conscient des ajouts de colorants, de conservateurs et d'exhausteurs de goût dans les aliments ultra transformés **réfutations à notre santé...**
Pour se ravitailler en produits locaux, essayer de le faire en vélo où à pieds...
Sports, Ecolo, Santé...#SES

IREN: INSTITUT REGIONAL D'EDUCATION NUTRITIONNELLE

REN
FICHE PRÉSENTATIVE
L'Influence des réseaux sociaux et de la publicité sur nos comportements alimentaires

DOCX
TRANSMIS FICHE DE PRESENTATION
"Influence des réseaux sociaux et de la publicité sur nos comportements alimentaires".

Opération "Petits déj"

Classe	Responsable	Matin	Après-midi	Soir
6ème	M. Garcia	7h30-8h30	14h30-15h30	18h30-19h30
5ème	M. Garcia	7h30-8h30	14h30-15h30	18h30-19h30
4ème	M. Garcia	7h30-8h30	14h30-15h30	18h30-19h30
3ème	M. Garcia	7h30-8h30	14h30-15h30	18h30-19h30
2ème	M. Garcia	7h30-8h30	14h30-15h30	18h30-19h30
1ère	M. Garcia	7h30-8h30	14h30-15h30	18h30-19h30

PDF
PLANNING DES ACTIONS
Jeudi 6 et vendredi 7 avril le matin
Action de liaison collège-lycée avec le collège Amiral Bouvet et les classes de 5ème à intégrer

Autisme et sport 974-sensibilisation sur l'autisme



PDF
Plaquette Autisme et Sport (réduit)
Interventions le mardi 04 avril ou jeudi 06 à partir de 10h00. Public cible: DEAS/ DEAP/ASSP/AEPE/DIET/DTS

EXPAIRS stand d'information Éducation à la vie affective et à la sexualité

LE DÉPISTAGE
En un claquement de doigts!

#depistage #st #ist #gaitat #adoption

Rendez-vous le 30 mars 2022 à l'espace Paul Vergès
association-rive.org /E600

Association Rive - Ile de la Réunion
Infirmerie - M.Lemeur-Pausé - Association RIVE
Projet d'éducation par les pairs-Élèves Ambassadrices de la santé
12 élèves de 2ASSP
Séances de formation programmées les lundis
• 20/02
• 06/03
• 03/04

Appli : Marchons au lycée



M. Berne/ M. Naralingom: Essayer de créer une application "Podometre" pour compter le nombre de pas lorsque l'on est au lycée...
Il est important de bouger...
Concours-Challenge? Quels moyens mettre pour stimuler les élèves et personnels à y participer tout en respectant le RGPD.

Atelier prévention surpoids obésité Hydratation et boissons sucrées



Atelier externe assuré par des étudiants de BTS Diététique et de M. Técher au stade Sarda Garriga à Saint-André le mercredi 05 avril

Ateliers sportifs en lien avec le collège bassin bleu organisés par la classe de première option EPS-M. Ortiz



accueil de tous les élèves de 3ième du collège bassin bleu (la moitié le mardi après midi de 13h25 à 16h30, l'autre moitié le mercredi matin de 7h50 à 10h50) soit environ une 60aine sur chaque demi-journée.
- L'évènement utiliserait tout le plateau sportif du lycée (gymnase, salle de danse, stade extérieur).
- L'évènement consiste en 6 ateliers sportifs répartis sur toutes les installations encadrés par les élèves optionnaires EPS. Les élèves de 3ième seraient par équipe de 5 (12 équipes par demi-journée) et feraient chaque atelier donnant lieu à un classement des équipes par atelier. Un classement final des équipes serait fait afin de donner lieu à un podium.

Relais pour la Vie-M. Hoarau/M. Boyer/CVL/communauté éducative



Suggestion à retravailler



Semaine de la santé 2023

