

Le bien-être et la santé au programme des collégiens

C'est une journée spéciale qui s'est déroulée au collège Jacques de Rocca Serra de Levie. Basée sur le thème « comment rester en forme et ce malgré le contexte sanitaire actuel », elle a commencé par un bon petit-déjeuner. L'occasion de prendre des forces en savourant des produits locaux à la cantine, comme du miel AOP de Nathalie Bourras, apicultrice à Bonifacio, des yaourts issus de l'exploitation Valicella, à Figari, des oranges corses cueillies en Plaine orientale et du pain fabriqué par la boulangerie de Levie. À la clé, la découverte de produits du terroir, mais aussi un message en matière de lutte contre l'obésité, chacune des quantités distribuées ayant été auparavant strictement mesurée.

« Réduire les inégalités alimentaires »

« Petit-déjeuner à l'école » est un projet cofinancé par le ministère de l'Éducation nationale et la communauté de communes de l'Alta Rocca.

Pierre Marcellési, président de la communauté des communes, présent pour l'occasion, a tenu à



Les collégiens ont été initiés au laser-run.

PHOTOS G.B.-L.

vanter les mérites de cette opération : « Ce projet a pour objectif ambitieux de vouloir réduire non seulement les inégalités alimentaires pour le premier repas de la journée mais aussi de permettre aux élèves d'acquérir des notions de base d'équilibre nutritionnel. L'objectif étant de transmettre, éduquer et accompagner les jeunes et leurs parents dans l'acte alimentaire. » Virginie Frantz, directrice académique de la Corse-du-Sud, a pour sa part annoncé que ces repas seront distribués dans plusieurs établissements de l'île : « La distribution des

petits-déjeuners sera ensuite généralisée à tous les élèves du territoire (10 écoles primaires), soit près de 500 enfants concernés. »

« Le petit-déjeuner est un repas incontournable pour le développement des enfants et il favorise la concentration », ajoute Pascal Robert, principal du collège.

Le sport à la rescousse

Dans un deuxième temps, les collégiens, assistés de Fabrice Lhoumeau, directeur régional UNSS, ont pu tester leur niveau d'activité physique en passant quatre tests sur une durée d'une heure.

Le premier a consisté en un test d'endurance basé sur une marche qui dure six minutes. Le second est un test de force très simple (à première vue) puisqu'il s'agit de faire un maximum de flexions sur un temps déterminé. Le troisième est un test d'équilibre et le dernier un test de souplesse ainsi que du laser-run. « Cette discipline est particulièrement ludique, son déroulement amène des rebondissements tant la performance est liée à la gestion d'efforts différents. Le tout avec un risque réduit à zéro et en ménageant le développement

durable, grâce à la technologie du laser. Ce nouveau sport s'adresse donc à tous, du plus jeune au plus ancien, de la simple découverte à la compétition la plus ardue. C'est une discipline qui est également profondément sociale et fait surgir la solidarité de chacun », explique Fabrice Lhoumeau.

Toutes les performances et informations sont ensuite regroupées sur un passeport santé individuel remis à chaque élève qui atteste de son niveau obtenu. Ce projet, que porte le directeur de l'UNSS en Corse, a été développé dans l'académie de Paris.

« Le but est aussi de sensibiliser et promouvoir l'activité physique et sportive, surtout en ces temps difficiles. Le sport est un allié pour les défenses immunitaires ou pour le bien-être général », souligne Béatrice de Peretti, professeur d'EPS du collège.

Une vraie chance pour dynamiser l'association sportive du collège dans le cadre d'un contexte sanitaire qui empêche la pratique des sports traditionnels.

Une belle journée que beaucoup d'élèves garderont en mémoire et qui sera certainement suivie par d'autres.

G. BEYSSON-LEANDRI



Les élèves ont savouré un petit-déjeuner préparé avec les produits du terroir.