



Promouvoir l'activité physique en région lyonnaise

DOSSIER DE PRESENTATION

Appel à projets 2010

**Association Française de Promotion
de la Santé Scolaire et Universitaire**

"Enfant-Parent : le duo qui bouge" est une association loi 1901 qui réunit médecins généralistes, pédiatres, cardiologues, pharmaciens, diététiciens... tous représentants d'organisations médicales nationales et lyonnaises.

Présidente:
Dr Sophie TREPPOZ, Médecin pédiatre

Sommaire

<i>Introduction</i>	<i>page 3</i>
<i>Principes et objectifs</i>	<i>page 5</i>
<i>Moyens mis en œuvre</i>	<i>page 7</i>
<i>Evaluation et Bilan</i>	<i>page 13</i>
<i>Bibliographie</i>	<i>page 15</i>

Introduction

Le surpoids et l'obésité : les « maux » du 20ème siècle

Un état des lieux inquiétant amène l'OMS à parler de l'obésité comme d'une épidémie au niveau mondial. La France, qui avait l'un des taux d'obésité les plus bas d'Europe en 1997, se retrouve aujourd'hui confrontée à des chiffres alarmants.

	1997	2003	2006	2009
Surpoids (25 < IMC < 30)	28,5 %	29,2%	29,2 %	31,9%
Obésité non massive (30 < IMC < 39,9)	8,2%	11,3 %	12,4 %	13,4%
Obésité massive (IMC > 40)	0,3 %	0,6%	0,8%	1,1%

% de français ayant un IMC supérieur à 25 Kg/m² selon les études ObÉpi¹ 1997, 2003, 2006 et 2009

Le surpoids et l'obésité des jeunes

L'obésité apparaît chez des enfants de plus en plus jeunes : en 2006, 19 % des enfants français étaient touchés par l'excès de poids, contre 5 % en 1980.

Une fois acquise, l'obésité est très difficilement réversible et entraîne de nombreuses pathologies, comme les maladies cardiovasculaires, certains cancers et le diabète de type 2. Au-delà de l'aspect médical, l'excès de poids a aussi des impacts au niveau social et psychosocial (facteur d'exclusion, de discrimination, estime de soi).

En ce qui concerne le territoire d'action de l'association Duo qui Bouge (l'agglomération lyonnaise), un recensement effectué par l'ORS en 1999, a permis d'estimer que 39 000 enfants environ étaient concernés par l'excès de poids, soit 15% des 265 943 enfants y résidant.

L'activité physique une réponse évidente

La sédentarité est reconnue comme un déterminant majeur de l'obésité et joue un rôle important en faveur de la santé des individus. Plusieurs revues scientifiques concluent qu'indépendamment de l'âge et du sexe, l'activité physique est fortement et inversement associée avec le risque de mortalité cardiovasculaire, le risque d'événements coronariens majeurs et l'excès de poids.

¹ ObÉpi : enquête épidémiologique sur la prévalence du surpoids et de l'obésité commanditée par les Laboratoires Roche, qui réalisent depuis 1997 une enquête épidémiologique triennale auprès d'un échantillon représentatif de la population adulte française.

L'activité physique a aussi des effets sociaux positifs. En effet une vie active permet d'avoir des contacts avec les autres, la communauté et le cadre de vie, et peuvent contribuer à réduire la criminalité et les incivilités.

Enfin, l'activité physique va généralement de pair avec d'autres types de comportement sain tels qu'un régime alimentaire équilibré et l'absence de tabagisme. C'est pour ces multiples aspects que la prévention et la lutte contre l'excès de poids sont désormais considérées comme un véritable enjeu de société.

Le Programme National Nutrition santé (PNNS)

Le PNNS a pour objectif général d'améliorer l'état de santé de l'ensemble de la population en agissant sur l'un de ses déterminants majeurs qu'est la nutrition. La France a été un des premiers pays européens à se doter, dès 2001, d'un plan de santé publique, le Programme National Nutrition Santé. C'est dans le cadre de ce programme, que la première campagne nationale de promotion de l'activité physique a été lancée en 2004.

Une nouvelle version du programme, le PNNS 2 (2006-2010) est proposée en 2006, à la demande du Ministère de la Santé et des Solidarités. Le PNNS 2 donne une place de plus en plus importante à l'activité physique, avec pour objectif d'augmenter la pratique quotidienne.

Le message le plus couramment diffusé est : « Pour être en bonne santé il faut faire au moins 30 minutes de marche rapide par jour et 60 minutes pour les enfants ».

Pour que ces recommandations soient prises en compte, comprises et surtout appliquées, il est important de les expliquer, d'en parler avec les individus concernés pour qu'ils puissent se les approprier. C'est dans ce but d'accompagnement que sont mises en place des actions de prévention comme la nôtre.

Aujourd'hui l'association « Enfant-Parent : le duo qui bouge » bénéficie de la labellisation PNNS pour ses outils de promotion et d'éducation pour la santé.

Principes et objectifs

L'association « Enfant-Parent : le duo qui bouge » mène une action de prévention primaire en s'attachant à prévenir la survenue de pathologies cardio-vasculaires à l'âge adulte et le surpoids ou l'obésité chez l'enfant par une pratique régulière de l'exercice physique.

Grâce au partenariat initié avec l'Education Nationale, l'association « Enfant-Parent : le duo qui bouge », s'inscrit aujourd'hui dans une démarche d'éducation pour la santé.

La notion d'éducation implique la présence d'une démarche éducative dans le but d'une acquisition de compétences qui ne s'arrête pas seulement aux connaissances, mais passe par des savoir-faire et des savoir-être afin que chacun puisse être acteur de sa santé.

L'Objectif de l'action est de proposer aux enfants et parents de l'agglomération lyonnaise de pratiquer gratuitement des activités physiques, régulièrement et en famille, en participant à un jeu-concours leur permettant de gagner des cadeaux sportifs.

Une action initiée en 2006

Cette action a été initiée en 2006 avec le soutien de sanofi-aventis, dans le cadre de l'appel à projets « Agir pour la Prévention ».

Elle a été mise en œuvre en partenariat avec le Département du Rhône, la Direction Régionale de la Santé, de la Jeunesse et des Sports, le Réseau de Prévention et de prise en charge de l'Obésité en Pédiatrie Rhône (RéPPOP 69), le Conseil Régional de l'Ordre des Pharmaciens, la Fédération Française de Cardiologie et plus de 20 associations sportives proposant des activités.

Elle bénéficie aujourd'hui du soutien du Groupement Régional de Santé Publique de Rhône-Alpes.

Une nouvelle dimension depuis 2007 en lien avec les établissements scolaires

A partir de 2007, notre objectif a été de développer des partenariats avec des écoles et collèges sur plusieurs territoires de l'agglomération lyonnaise.

Ces territoires sont définis en tenant compte des problématiques de santé (territoires définis comme « prioritaires » dans le Plan Régional de Santé Publique), des recommandations de l'Education Nationale et des projets d'établissements.

Des animations sont ainsi proposées, tout au long de l'année, aux élèves des classes partenaires. Ces animations (d'une durée d'une heure environ) sont réalisées sur le temps scolaire par les chargées de projet de l'association « Enfant-Parent : le duo qui bouge », en lien avec les équipes pédagogiques.

Chaque classe bénéficie des animations sous forme de jeux simples et ludiques.

Ces interventions permettent de sensibiliser les enfants aux bienfaits d'une pratique régulière du sport ou d'une activité physique, de rappeler l'agenda des manifestations organisées à proximité, d'évaluer, au fil du temps, l'implication des familles (participation aux activités, suivi de l'action par les parents), d'établir un bilan de l'action en fin d'année.

Moyens mis en œuvre

Création et diffusion d'outils d'accompagnement pour la mise en place de séances d'éducation pour la santé en milieu scolaire

Proposées dans le cadre d'un partenariat avec l'Education Nationale, les mairies, les services de santé scolaire et les équipes pédagogiques des établissements partenaires.

Les animations pédagogiques, sur le thème de la pratique de l'activité physique, ont **une durée de 45 à 90 minutes**.

Elles peuvent s'adapter en fonction des enseignants et du programme scolaire.

- Les séances abordent le thème de l'activité physique et sont élaborées par le comité de pilotage et les chargées de projet de l'association.
- Les séances sont préparées par les chargées de projet, en collaboration avec les enseignants et les infirmiers scolaires volontaires.
- Les séances durent entre 45 et 90 minutes et abordent les diverses thématiques liées à l'activité physique.
- Des supports pédagogiques sont spécialement conçus avec des enseignants pour ces animations.
- Un livret Duo ki Bouj' est distribué à chaque enfant ; il permet de faire le lien avec la famille et ainsi favoriser l'interface Enfant-Parent.
- Un livret Duo ki Bouj' est également diffusé à chaque enseignant/infirmière. Il sert de support pour la conduite des animations. Il est en lien avec le livret enfant.

Séance 1 : L'activité physique qu'est-ce que c'est, à quoi ça sert ?

Objectif : Présenter l'association, questionnement des enfants sur leurs représentations de l'AP

Temps 1 : Présentation de l'association.

Temps 2 : Recueil des connaissances des élèves

Outils : Quiz diffusé sur vidéoprojecteur et coupons réponses pour les élèves

Temps 3 : Remise du Cahier Duo Ki Bouj' et Réflexion sur les connaissances.

Outils : Texte à trous : qu'est-ce que je sais sur l'activité physique ?

Séance 2 : L'Activité physique sous toutes ses formes

Objectif : Travailler sur les différentes intensités de l'activité physique et voir les effets sur le corps

Temps 1 : Présentation et explication du tableau sur les activités physiques et les intensités.

Outils : Quelles intensités pour quelles activités physiques ?

Temps 2 : Illustration des différentes intensités sous forme de 3 activités différentes : Marche, tirs aux paniers et course.

Après chacune des 3 activités, prise de pouls, questionnement sur les sensations...

Outils : Mon corps à l'effort.

Temps 3 : Explication des différentes sensations à l'aide d'un schéma.

Outils : L'activité physique et mon corps.

Séance 3 : Activité Physique et Sédentarité

Objectif : Réfléchir et argumenter sur l'opposition entre activité physique et activité sédentaire

Temps 1 : Introduction sur les notions d'activité physique et de sédentarité.

Temps 2 : Présentation des jeux de rôles préparés par les groupes d'élèves.

Discussion avec la classe après chaque saynète.

Outils : Découvre et choisis ton jeu de rôles, et les arguments de mes camarades

Séance 4 : Sport et Moi

Objectif : Amener les élèves à discuter des sports qu'ils aiment pratiquer, différencier Sport Collectif, de duel, individuel...

Temps 1 : Chaque enfant présente son objet

Discussion autour des objets et des sports représentés.

Temps 2 : Classer en fonction du lieu et de la catégorie les sports dans le tableau

Outils : Quels lieux pour quels sports ?

Faciliter l'accès aux manifestations sportives

Le passeport Duo ki Bouj'

Il recense plus de 100 activités sportives réalisables en famille sur Lyon et son agglomération.

- Activités déjà existantes, organisées par nos partenaires.
- Activités gratuites (ou rendues gratuites sur présentation du Passeport).
- Activités variées : promenade, roller, vélo, raid...
- Activités présentées par mois pour permettre à chaque « duo » de s'organiser.
- Chaque enfant, en duo avec un adulte de son choix, peut participer à une ou plusieurs manifestations au cours de l'année scolaire.

Il est proposé sur le site www.duokibouj.fr, lors des animations en établissements scolaires.

Le jeu-concours gratuit

Il est ouvert à tous les enfants de 6 à 14 ans :

- Les inscriptions peuvent se faire sur le site www.duokibouj.fr, lors des animations en établissements scolaires et des stands d'information Duo ki Bouj'.
- 200 prix (en lien avec l'activité physique) sont à gagner (VTT, trottinettes, places de matchs pour l'Olympique Lyonnais, ASVEL, Lyon Hockey Club...).
- Une cérémonie officielle de remise des prix est organisée en septembre dans les salons de l'Hôtel du Département du Rhône avec les lauréats, les partenaires et les élus locaux.

2010 - 2011

bougez en famille en découvrant
gratuitement
plein d'activités sympas...



...et faites gagner
de nombreux cadeaux à vos enfants!

Jeu-concours et renseignements :
www.duokibouj.fr

Chaque enfant devrait bouger au moins une heure par jour. On recommande aux adultes une demi-heure quotidienne de marche rapide ou des activités équivalentes.

Des recommandations pour être bien dans ses baskets :
Quand c'est possible, allez à l'école, au travail, au square à pied, en vélo, à roller...
Vous pouvez aussi vous lancer des petits défis : prenez le bus un arrêt plus loin ou descendez un arrêt plus tôt, accélérez votre allure quand vous marchez, privilégiez l'escalier à l'ascenseur ou aux escalators.
Bougez à plusieurs : piscine, patinoire, bowling, rollers... Et pourquoi pas une sortie pique-nique en famille ou avec des copains... c'est sympa !
Pourquoi faire de l'activité physique régulièrement : Cela rend les os plus costauds, le cœur plus solide. C'est bon pour le moral et diminue le stress ! Accompagnée d'une alimentation équilibrée, la pratique régulière de l'activité physique permet aussi de contrôler son poids.

Des recommandations pour être bien dans son assiette :
Mangez davantage de fruits et de légumes : au moins 5 par jour. Ils sont pleins de vitamines, minéraux, fibre et peu caloriques.
Continuez à consommer pâtes, riz, pain, pommes de terre, légumes secs à chaque repas. Ils apportent de l'énergie.
Consommez des produits laitiers 3 à 4 fois par jour. Ils contiennent du calcium, pour des os solides.
Mangez de la viande, du poisson ou des œufs 1 à 2 fois par jour. Évitez de manger trop gras, trop sucré et trop salé. N'oubliez pas de boire de l'eau, à volonté !

Le PNNS, Programme National Nutrition Santé, cherche à améliorer la santé de la population par l'alimentation et l'activité physique.
Pour en savoir plus : www.mangerbouger.fr



- septembre 2010 -

samedi 11 & dimanche 12
VTT Sport, 40h, Village Olyane, Décathlon Bron

dimanche 12
Sport en été, dès 10h, Domaine de Lacroix Lavat, Marty l'École
Bains cyclistes sans prière, St-Priest
Fêtes bates de la rivière, Sortie nature, 14h, Grand Moulins, Francheville. Inscriptions : 04 78 57 99 86

samedi 18
Jeu de piste au Fort Bruslain, 14h-18h, Francheville.
Inscriptions : 04 78 57 99 86

Les journées du patrimoine, 14h-17h, Grand Parc Miribel Jonage
Découverte du lac en canoë, les oiseaux migrateurs, les corridors biologiques, cuisine du monde, visite du jardin des biotopes.
Inscriptions : 04 78 80 56 20

Vertical Session, Découverte de l'escalade avec prêt de matériel, dès 10h, Village Olyane, Décathlon Bron

dimanche 19
Lyon Free VTT, 9h45, Parc de Girland, Lyon
Inscriptions Duo ki Bouj : 04 78 38 68 32

Jeu de piste au Fort Bruslain, 10h-18h, Francheville
Inscriptions : 04 78 57 99 86

mardi 21
Jeu de piste au Fort Bruslain, 14h-18h, Francheville
Inscriptions : 04 78 57 99 86

mercredi 22
Balade à vélo familiale, 18h, Hôpital de Ville, Villeurbanne

jeudi 23
Luglumum Roller Contest, Randonnée de Restinée en roller, 20h30, Place Bellecour, Lyon

samedi 25
Savanna Junior, 8h, Nevalle/Sabine, Raid multiport
Inscriptions : Duo ki Bouj : 04 78 38 68 32

Fête de l'Autisme, 14h30-18h, Grand Parc Miribel Jonage
Activités ludiques à découvrir en famille.

dimanche 26
Caluire à vélo, Balade familiale, départs de 8h45 à 9h20
Egalande de l'Hôtel de Ville, Culture et Cuisine
Anschop-folie, sortie nature, 14h, Grand Moulins, Francheville
Inscriptions : 04 78 57 99 86

Luglumum Roller Contest, 8h30, 11h30, Pl. Bellecour, Lyon
Annonciations pour toute la journée avec prêt de matériel!

- octobre 2010 -

vendredi 1er
Balade nocturne à vélo, 21h, Parc de la tête d'or, Lyon

vendredi 1er et samedi 2
Village Sport Santé, de 10h à 18h, Place Bellecour, Lyon

samedi 2
Découverte du VTT, dès 10h, Village Olyane, Décathlon Bron
Du bruit dans le pavillon, 14h-16h30, Balade nature
Grand Parc Miribel Jonage. Inscription : 04 78 80 56 20

La course des Iréductibles, Course enfants, Sathonay-Village

dimanche 3
Bron à vélo, 10h, Place du Marché, Mairie, Bron
Visite guidée au Fort de Bron, Av. de Lettre de Tassigny
De 10h à 11h et de 14h à 16h30

Balade sensorielle et Land-art, Sortie nature, 14h, Grand Moulins, Francheville. Inscriptions : 04 78 57 99 86

dimanche 9
Raid du Cantor, Raid familial: Course + canoë + VTT
Hôtel Jonage. Inscription (avec le bar) : 04 78 80 56 20

dimanche 10
Graines, baies & fruits, Sortie nature, 14h, Grand Moulins, Francheville. Inscriptions : 04 78 57 99 86

dimanche 17
Balade comète, Sortie nature, 14h, Grand Moulins, Francheville. Inscriptions : 04 78 57 99 86

dimanche 24
Insectes d'automne, Sortie nature, 14h, Grand Moulins, Francheville. Inscriptions : 04 78 57 99 86

dimanche 31
Histoires de sorcières, Sortie nature, 14h, Grand Moulins, Francheville. Inscriptions : 04 78 57 99 86

- novembre 2010 -

mercredi 3
Visite des coulisses du Zoo, 14h30, Parc de la tête d'or
Inscription Duo ki Bouj : 04 78 38 68 32

vendredi 5
Balade nocturne à vélo, 21h, Parc de la tête d'or, Lyon

dimanche 7
Visite guidée au Fort de Bron, Av. de Lettre de Tassigny
De 10h à 11h et de 14h à 16h30

Usages et propriétés des plantes, Sortie nature, 14h, Grand Moulins, Francheville. Inscriptions : 04 78 57 99 86

samedi 13 & dimanche 14
Aux arbres citoyens, Forêt du Maschet, Parc Miribel Jonage.

dimanche 14
Balade naturaliste, Sortie nature, 14h, Grand Moulins, Francheville. Inscriptions : 04 78 57 99 86

Le Commissaire Gadagne mène l'enquête, Visite familiale, 11h45, Musée Gadagne, Lyon. Inscription 04 37 23 60 45

samedi 20
Les oiseaux de lac, Balade nature, Grand Parc Miribel Jonage.
Inscription : 04 78 80 56 20

dimanche 21
De la terre à l'assiette, Sortie nature, 14h, Grand Moulins, Francheville. Inscriptions : 04 78 57 99 86

Cap sur les marionnettes, Visite familiale, 11h45, Musée Gadagne Lyon, inscription 04 37 23 60 45

dimanche 28
Cros des Myriades, 12h, Cros Intergrégation,
Complexe sportif Pierre-Mendès France, St-Priest
Grand Moulins, Francheville. Inscriptions : 04 78 57 99 86

Raconte moi la ville, 11h45, visite familiale, Musée Gadagne, Lyon. Inscription 04 37 23 60 45

- décembre 2010 -

vendredi 3
Balade nocturne à vélo, 21h, Parc de la tête d'or, Lyon

dimanche 5
Visite guidée au Fort de Bron, Av. de Lettre de Tassigny
De 10h à 11h et de 14h à 16h30

Oiseaux de l'hiver, Sortie nature, 14h, Grand Moulins, Francheville. Inscriptions : 04 78 57 99 86

dimanche 12
Oiseaux de l'hiver, Sortie nature, 14h, Grand Moulins, Francheville. Inscriptions : 04 78 57 99 86

Cap sur les marionnettes, Visite à la rencontre de toutes les poupées du monde à 11h45, Musée Gadagne, Lyon. Réservez 04 37 23 60 45

dimanche 19
Raconte moi la ville, Visite familiale, Ouvrez le grand livre de l'histoire de Lyon, 11h45, Musée Gadagne, Lyon.
Réservez 04 37 23 60 45

dimanche 26
Le commissaire Gadagne mène l'enquête, Une enquête à vivre en famille pour apprivoiser l'ensemble Gadagne, 11h45, musée Gadagne, Lyon.
Réservez 04 37 23 60 45

- janvier 2011 -

dimanche 2
Visite guidée au Fort de Bron, Av. de Lettre de Tassigny
De 10h à 11h et de 14h à 16h30

dimanche 16
Le commissaire Gadagne mène l'enquête
Une enquête à vivre en famille pour apprivoiser l'ensemble Gadagne, 11h45, Musée Gadagne.
Réservez 04 37 23 60 45

mercredi 19
Visite guidée du Jardin Botanique, Découverte de plantes utiles pour notre santé, la cuisine...
14h30, Parc de la tête d'or, Lyon.
Inscription Duo ki Bouj : 04 78 38 68 32

dimanche 23
Cap sur les marionnettes, Visite à la rencontre de toutes les poupées du monde à 11h45, musée Gadagne.
Réservez 04 37 23 60 45

dimanche 30
Raconte moi la ville, Ouvrez le grand livre de l'histoire de Lyon, 11h45, musée Gadagne.
Réservez 04 37 23 60 45

- février 2011 -

dimanche 13
Cap sur les marionnettes, Visite à la rencontre de toutes les poupées du monde à 11h45, musée Gadagne, Lyon.
Réservez 04 37 23 60 45

dimanche 20
Raconte moi la ville, Ouvrez le grand livre de l'histoire de Lyon, 11h45, musée Gadagne, Lyon.
Réservez 04 37 23 60 45

dimanche 27
Le commissaire Gadagne mène l'enquête, Une enquête à vivre en famille pour apprivoiser l'ensemble Gadagne, 11h45, musée Gadagne, Lyon.
Réservez 04 37 23 60 45

- mars 2011 -

vendredi 4
Balade nocturne à vélo, 21h, Parc de la tête d'or, Lyon

dimanche 6
Visite guidée au Fort de Bron, Av. de Lettre de Tassigny.
De 10h à 11h et de 14h à 16h30.

dimanche 13
Raconte moi la ville, Ouvrez le grand livre de l'histoire de Lyon, 11h45, Musée Gadagne, Lyon.
Réservez 04 37 23 60 45

dimanche 20
Le commissaire Gadagne mène l'enquête, Une enquête à vivre en famille pour apprivoiser l'ensemble Gadagne, 11h45, musée Gadagne, Lyon.
Réservez 04 37 23 60 45

dimanche 27
Cap sur les marionnettes, 11h45, visite familiale, musée Gadagne, Lyon. Réservez 04 37 23 60 45

ponctuellement les week-ends
Balades nature : Grand Parc de Miribel Jonage, renseignements : 04 78 80 56 20

- avril 2011 -

vendredi 1er
Balade nocturne à vélo, 21h, Parc de la tête d'or, Lyon

samedi 2
Parcours du Cœur, 10h, Parc de la tête d'or, Lyon

dimanche 3
Parcours du Cœur, 10h, Site Fey les Lyon, Bron

Visite guidée au Fort de Bron, Av. de Lettre de Tassigny, De 10h à 11h et de 14h à 16h30

mercredi 20
Visite guidée du Jardin Botanique, Découverte de plantes utiles pour notre santé, la cuisine...
14h30, Parc de la tête d'or, Lyon.
Inscription Duo ki Bouj : 04 78 38 68 32

dimanche 24
Chasse aux œufs, 9h30-12h30, Grand Parc Miribel Jonage. Inscription : 04 78 80 56 20

ponctuellement les week-ends
Balades nature : Grand Parc de Miribel Jonage, renseignements : 04 78 80 56 20

- mai 2011 -

dimanche 1er
Visite guidée au Fort de Bron, Av. de Lettre de Tassigny.
De 10h à 11h et de 14h à 16h30.

vendredi 6
Balades nocturnes à vélo, 21h, Parc de la tête d'or, Lyon

mercredi 11 mai
Visite des coulisses du Zoo, 14h30, Parc de la tête d'or, Lyon.
Inscription obligatoire : 04 78 38 68 32

ponctuellement les week-ends
Balades nature : Grand Parc de Miribel Jonage, renseignements : 04 78 80 56 20

- juin 2011 -

vendredi 3
Balades nocturnes à vélo, 21h, Parc de la tête d'or, Lyon

dimanche 5
Visite guidée au Fort de Bron, Av. de Lettre de Tassigny
De 10h à 11h et de 14h à 16h30

Fête des enfants à l'Hippodrome de Bron-Puifly, Avenue Pierre Mendès France, Bron
Fête du Sport, Découverte multi-sport, Stade Laurent Gerin, Villeurbanne

mercredi 8
Visite guidée du Jardin Botanique, Découverte de plantes utiles pour notre santé, la cuisine...
14h30, Parc de la tête d'or, Lyon.
Inscription Duo ki Bouj : 04 78 38 68 32

samedi 11 (date à confirmer)
Raid urbain de la famille, St-Priest, 04 78 20 21 14

ponctuellement les week-ends
Balades nature : Grand Parc de Miribel Jonage.

Les outils et supports de communication Duo ki Bouj'

Le passeport comprend les informations suivantes :

- les modalités de participation et informations pratiques
- un résumé de l'agenda des manifestations sur l'année
- des conseils santé

Il bénéficie de la labellisation PNNS.

Le site Internet : www.duokibouj.fr présente :

- le principe de l'action,
- la liste des établissements et classes partenaires,
- les partenaires « institutionnels » du projet,
- l'agenda détaillé et actualité de toutes les manifestations auxquelles les « duos » peuvent participer,
- des conseils santé, régulièrement mis à jour.

Le site offre la possibilité aux « duos » qui le souhaitent de s'inscrire et de télécharger le passeport. Un espace « Forum » permettra de favoriser les échanges et retours d'expériences.

Une newsletter mensuelle sera diffusée chaque mois à l'ensemble des parents des enfants/adolescents participant à l'opération, et à l'ensemble des partenaires du projet.

Les animations (d'une durée d'une heure environ) seront réalisées en lien avec les équipes pédagogiques. Chaque classe bénéficiera d'animations qui prendront la forme de jeux simples et ludiques. Ces animations se feront à l'aide de supports pédagogiques validés par les professionnels de santé de l'association « Enfant-Parent : le duo qui bouge », *par des* professionnels de l'éducation nationale ou dans le cadre du PNNS (Plan National Nutrition Santé)

Un livret « Duo ki Bouj' » sera remis à chaque enfant, qui pourra le remplir tout au long de l'année (suivi des séances, jeux, agenda des manifestations, etc.). Ce cahier

permet également de faire le lien avec les parents. Il bénéficie de la labellisation PNNS.

Un livret « Duo ki Bouj' » sera remis à chaque enseignant, infirmier volontaire, il lui servira de support pour la conduite des animations, il est en lien avec le livret des enfants.

Evaluation et Bilan

UNE EVALUATION PERMANENTE DE L'ACTION

Une évaluation a été conduite par le chargé de projet de l'association « Enfant-Parent : le duo qui bouge » à partir du protocole élaboré par le Comité de pilotage.

Dans le cadre des animations réalisées dans les écoles et collèges, deux questionnaires ont été proposés aux élèves et à leurs parents :

- l'un en début d'année scolaire, avant le démarrage de l'action,
- l'autre en fin d'année scolaire, à l'issue de l'action.

EVOLUTION DES CONNAISSANCES DES ELEVES SUR L'ACTIVITE PHYSIQUE AU TERME DES ANIMATIONS

	Représentation de l'AP	Bouger tous les jours	Ranger / Jardiner	Bienfaits de l'AP	Rencontrer des copains
ANNEE 2007-2008	Temps 1 1 ^{ère} séance	74%	19%	Temps 1 1 ^{ère} séance	42%
	Temps 2 Dernière séance	94%	52%	Temps 2 Dernière séance	71%
	Evolution	+20%	+33%	Evolution	+27%
ANNEE 2008-2009	Représentation de l'AP	Bouger tous les jours	Ranger / Jardiner	Bienfaits de l'AP	Rencontrer des copains
	Temps 1 1 ^{ère} séance	78%	49%	Temps 1 1 ^{ère} séance	43%
	Temps 2 Dernière séance	93%	76%	Temps 2 Dernière séance	64%
	Evolution	+15%	+27%	Evolution	+19 %
ANNEE 2009-2010	Représentation de l'AP	Bouger tous les jours	Ranger / Jardiner	Bienfaits de l'AP	Rencontrer des copains
	Temps 1 1 ^{ère} séance	70%	15%	Temps 1 1 ^{ère} séance	22%
	Temps 2 Dernière séance	82%	59%	Temps 2 Dernière séance	60%
	Evolution	+ 12%	+44%	Evolution	38%

IMPACT DES SEANCES POUR LES ELEVES AU TERME DES ANIMATIONS

Ressenti sur les séances Duo ki Bouj' Année 2008-2009		Ressenti sur les séances Duo ki Bouj' Année 2009-2010	
J'ai découvert de nouveaux lieux pour faire de l'AP	62.6%	J'ai découvert de nouveaux lieux pour faire de l'AP	49%
J'ai découvert de nouveaux sports	61.3%	J'ai découvert de nouveaux sports	52%
Les séances m'ont intéressé	86%	Les séances m'ont intéressé	88%
Les séances m'ont permis d'augmenter mon AP	63.2%	Les séances m'ont permis d'augmenter mon AP	69%

IMPACT DES SEANCES POUR LES EQUIPES PEDAGOGIQUES

Ressenti sur les séances Duo ki Bouj'	2008-2009	2009-2010
Question posée	Réponse : « Oui, totalement »	Réponse : « Oui, totalement »
Thème intéressant	83.3%	100%
Thème adapté	61.3%	100%
Outils intéressants	46.4%	84%
Outils adaptés	63.2%	64%
Ambiance propice à l'échange	83.3%	96%
Gestion du temps	69%	80%
Discussion sur le DkB avec les élèves	28.1%	68%
Utilité des séances	45.2%	91%

Bibliographie

Textes officiels

- **Circulaire n° 98-237 du 24 novembre 1998** relative aux orientations pour l'éducation à la santé à l'école et au collège. Bulletin officiel de l'Education nationale n° 45, 3 décembre 1998.
En ligne : <http://www.education.gouv.fr/bo/1998/45/default.htm>
- **Circulaire n° 98-108 du 1^{er} juillet 1998** relative à la prévention des conduites à risque et au Comité d'éducation à la santé et à la citoyenneté. Bulletin officiel de l'Education nationale n° 28, 9 juillet 1998

Articles et Ouvrages

- **Arnaud C., Grandjean H.**, *Activité physique et comportements sédentaires* », In : *La santé des élèves de 11 à 15 ans en France / 2002*. Données françaises de l'enquête Internationale Health behaviour in school-aged children, Saint-Denis, Edition Inpes, 2005.
- **Garnier A., Ginet J., Rieu M.**, *Santé et activités physiques et sportives*. Actualité et dossier en santé publique, 1996.
- **Institut national de la santé et de la recherche médicale**. *Obésité. Dépistage et prévention chez l'enfant*. Paris, Les éditions Inserm (Expertise collective), 2000. En ligne : <http://ist.inserm.fr/basisrapports/obesite.html>
- **ObEpi**, *Enquête épidémiologique sur la prévalence du surpoids et de l'obésité* commanditée par les Laboratoires Roche, qui réalisent depuis 1997 en collaboration avec le Pr Arnaud Basdevant (Hôtel-Dieu, Paris) et le Dr Marie-Aline Charles (épidémiologiste et directrice de recherche à l'Inserm), une enquête épidémiologique triennale auprès d'un échantillon représentatif de la population adulte française.

- **Perrin-Escalon H., Hassoun J.**, *Adolescence et santé. Constats et propositions pour agir auprès des jeunes scolarisés*. Saint-Denis, Edition Inpes, 2004.
- **Sandrin-Berthon B.**, *Approche historique de l'éducation pour la santé à l'école, La Santé de l'homme*, mars-avril 2000.
- **Sandrine Broussouloux, Houzelle-Marchal Nathalie**, *Éducation à la santé en milieu scolaire : Choisir, élaborer et développer un projet, ouvrage*, document papier, 2006/10.

Outils et supports pédagogiques

- ***Fourchettes et Baskets***, kit pédagogique édité par le Programme National Nutrition Santé, le Ministère de la Santé et des Solidarités, l'Assurance Maladie, l'Institut National de Prévention pour la Santé
- ***Bougez c'est la santé***, PNNS.
- ***La santé vient en bougeant***, PNNS.
- ***J'aime manger, j'aime bouger, le guide nutrition pour les ados***, PNNS.



avec le soutien de



en partenariat avec

