

Une journée d'intégration au collège

Dans le cadre de la Journée Nationale du Sport Scolaire, le collège Jean-de-la-Varende a organisé, mercredi 18 septembre, une journée d'intégration pour les 6e. 111 élèves, représentant 4 classes, y ont participé.

Pour les petits nouveaux du collège, la journée a commencé dans les locaux du self, où le chef cuisinier, Cyrille Freitas dos Santos et son équipe, leur ont préparé un petit-déjeuner-type copieux et savoureux. Au menu, boisson chaude, laitage, fruit, compote, fromage, jambon, jus de fruit et pain-confiture ou encore pancakes et sirop d'érable. **"Beaucoup d'élèves ne mangent pas ou mangent mal le matin"**, reconnaît Véronique Brisset, l'infirmière. "Et pourtant, le petit-déjeuner est le repas le plus important de la journée. Je suis passée dans les classes pour leur parler d'équilibre alimentaire et des sept familles d'aliments. En insistant sur l'importance de l'hydratation, la nécessité de manger du pain et d'avoir un petit-déjeuner efficace qui évite l'hypoglycémie (le coup de barre de 11 h)". Pour l'infirmière, le 1er repas de la journée doit être un moment de plaisir. "Et je leur conseille de ne pas aller plus de deux fois par mois dans un restaurant de burgers !"

Des mini-matches de hand inter-classes

Après leur bon petit-déjeuner, les 6e ont investi les deux gymnases de la commune, encadrés par les trois professeurs d'éducation physique et sportive. **"Ils vont d'abord participer à des mini-matches de hand, à raison de 5 équipes par classe"**, précise Olivier Prével, l'un des professeurs. **"Puis, autour du stade, courir le maximum de tours qui seront comptabilisés pour la classe. Avec des récompenses à la clé."** Une façon d'encourager les jeunes à la pratique sportive et aux valeurs qu'elle porte.



Les 6e du collège ont participé à des mini tournois de handball.