

[panorapresse.ouest-france.fr](https://panorapresse.ouest-france.fr)

## Une semaine dédiée à la santé pour les élèves de 6e

2-3 minutes

« **Investir dans la santé de nos jeunes est une priorité absolue. Ce financement est la traduction concrète de notre volonté de leur donner très tôt les outils pour devenir des adultes responsables et en bonne santé, en s'appuyant sur l'expertise locale de nos professionnels de santé** »,» déclare [Hélène Burgat](#), maire de [Mondeville](#).

Du 15 au 19 décembre, la première Semaine de la santé se déroulera au collège de [Mondeville](#). Initiée et financée par la Ville, en partenariat avec le collège et la Maison de la santé, cette semaine proposera à chaque classe de 6<sup>e</sup> des ateliers interactifs et pratiques, conçus pour aborder les piliers d'un mode de vie sain.

Trois ateliers thématiques

« **Ce projet interdisciplinaire est une excellente opportunité d'ancrer les notions de bien-être dans le quotidien de nos élèves, au-delà du simple cadre scolaire. La dimension pratique des ateliers est un atout majeur pour la mémorisation** »,» précise la maire de [Mondeville](#).

Les trois axes de réflexion sont les suivants : alimentation équilibrée, activité physique et bien-être, sommeil et usage raisonné des écrans.

Pour le premier, les élèves participeront à la confection de mets sains pour le petit-déjeuner et le goûter, avec l'objectif de connaître les clés d'une alimentation ludique et nutritive.

Ensuite, un focus sera fait sur la mise en place d'une routine simple d'exercices de mobilité, facilement réalisables à la maison, encourageant ainsi l'activité physique régulière.

Enfin, un atelier permettra aux élèves de réfléchir à leurs pratiques numériques et aux stratégies pour limiter les excès et garantir un sommeil réparateur.

**Un livret pédagogique, réalisé par le collège, sera distribué.**

