

## Projet ICAPS – élèves de 5<sup>ème</sup>

Le collège Laënnec poursuit cette année le projet ICAPS en partenariat avec la CPTS du Pays Bigouden auprès des élèves de 5<sup>e</sup>.

Pour rappel, ce projet a pour objectif la promotion de l'activité physique et la lutte contre la sédentarité auprès des élèves et de leur entourage. Différentes activités ont été proposées l'an dernier aux élèves : battle avec des professionnels de santé sur la notion d'activité physique, course d'orientation sur les écrans, activités sur les temps méridiens proposées par les associations du territoire, ...

Voici les **coordonnées des associations qui sont intervenues l'an dernier**, si vous souhaitez les recontacter :

- Boxe Thaï : Association Rama Thaï, 06 50 99 12 89, [rtbg29@gmail.com](mailto:rtbg29@gmail.com)
- Boxe anglaise : Judy Boxing Club, 06 79 43 59 03, [judyboxingclub@gmail.com](mailto:judyboxingclub@gmail.com)
- Hip Hop : Hip Hop New School, <https://www.hiphopnewschool.com/>
- Handball : Handball Club Bigouden, [hbc-bigouden@hotmail.fr](mailto:hbc-bigouden@hotmail.fr)
- Aïkido : Association Aikido Kobudo 29, <https://aikido29.com/>
- Parkour et Tchoukball, Union Gym Bigoudène, 06.64.69.75.48, [gymbigoudene@gmail.com](mailto:gymbigoudene@gmail.com)

D'après les questionnaires complétés par les élèves en début et fin d'année, le temps moyen de pratique physique hebdomadaire des élèves a augmenté de 2h35, et le temps moyen passé sur les écrans a diminué de 5 minutes par jour entre septembre 2023 et juin 2024.

Les activités ICAPS vont se poursuivre sur cette nouvelle année scolaire, avec la mise en place des actions suivantes :

- **Poursuite des activités sur les temps méridiens.** Nous vous transmettrons rapidement les informations sur ces nouvelles activités
- **Organisation d'une action autour de l'alimentation**, qui sera construite avec les élèves (l'action aura lieu en 2025)
- **Nous souhaitons reproposez la course d'orientation sur les écrans** pour les 6<sup>e</sup> de cette nouvelle année scolaire, encadrée par des élèves de 5<sup>e</sup> volontaires

Nous profitons également de ce message pour vous transmettre quelques informations pour encourager la pratique sportive de toute la famille :

- Les **forums des associations auront lieu le 7 septembre**, pour vous inscrire / inscrire vos enfants à des activités physiques :
  - Pont-l'Abbé : le 7 septembre journée au Triskell
  - Plonéour-Lanvern : le 7 septembre journée à la Halle Raphalen
  - Combrit : le 7 septembre matin, Espace sportif de Croas Ver
  - Loctudy : le 7 septembre matin, Complexe sportif
  - Plomeur : le 7 septembre matin, Salle multifonctions
- **Le pass Sport est une aide de 50 euros** qui permet de financer une partie de l'inscription sportive des jeunes. Pour savoir si vous êtes éligible et connaître les démarches, cliquez [ici](#)