

LES CHOSSES DEVIENNAIENT BOUGER AVANT LA FIN DE L'ANNÉE

# Nos enfants doivent faire plus de sport !

Plus de sport à l'école ? Des contacts ont lieu entre les ministres des Sports et de l'Enseignement

**J**ouer à Pokémon GO est-il un sport ? Pas sûr que le ministre des Sports de la Fédération Wallonie-Bruxelles, Rachid Madrane (PS), y pense lorsqu'il parle d'améliorer la pratique sportive de nos enfants. Mais il est clair qu'il a l'ambition de les faire bouger plus, à l'école ou en dehors.

Sans alimentation saine et équilibrée, on n'avancera pas non plus. Mais on comprend le souci de Rachid Madrane lorsqu'il aligne ces statistiques : les enfants (de 3 à 9 ans) effectuent des activités de type sédentaire pendant, en moyenne, 6 heures et 27 minutes par jour et les ados (de 10 à 17 ans)

## Un nouveau projet vise à stimuler la pratique du sport toute la vie

pendant 8 heures et 44 minutes. Cerise sur le gâteau (image cruelle vu le contexte !) : seuls 48 % des enfants (de 6 à 9 ans) et 29 % des ados (de 10 à 17 ans) atteignent, en moyenne, la recommandation de l'OMS de 60 minutes par jour d'activités physiques d'intensité modérée à soutenue.

La solution : bouger plus, faire plus de sport, indique le ministre

qui s'imprègne de l'idée de développer une pratique sportive tout au long de la vie.

« Le ministre souhaite augmenter la pratique sportive des jeunes », souffle son cabinet. En allongeant les heures de sport à l'école ? « Oui... ou en dehors du cadre sco-

laire. Le ministre travaille avec sa collègue en charge de l'enseignement, M<sup>me</sup> Schyns, pour qu'il y ait plus de ponts entre l'enseignement et la pratique sportive. »

M. Madrane (qui s'occupe des sports depuis le remaniement ministériel d'avril) relancera, à la rentrée, l'opération « mon club, mon école », qui voit l'Adeps promouvoir des disciplines sportives à l'école. Lors des jours blancs, fin juin, il avait reconduit « communes olympiques », autre collaboration avec le monde scolaire.

### VIVE L'ADEPS !

« Idéalement, les actions seront développées au sein d'un réseau HEPA (Health Enhancing Physical Activity – Activité physique bienfaitrice pour la santé) que nous souhaitons construire au niveau de la Fédération », dit le ministre. « Une stratégie transversale avec des objectifs ambitieux est indispensable pour que l'activité physique prenne une place prépondérante dans trois domaines cruciaux : la mobilité, le temps libre et l'école. Ces politiques transversales sont encouragées par l'Union européenne et l'Organisation mondiale de la santé. »

Avec l'Adeps comme fer de lance. « Le nouveau projet pédagogique de mon administration est issu d'une vaste réflexion sur le contenu pédagogique des stages sportifs proposés par l'Adeps qui avait pour axe stratégique : développer et pérenniser la pratique sportive des citoyens. »

Ce nouveau projet vise à stimuler la pratique du sport tout au long de la vie, en respectant les âges d'acquisition des habiletés motrices de base et en privilégiant l'approche multidisciplinaire plutôt que la spécialisation précoce. L'Adeps propose des activités adaptées à chaque âge : l'éveil à la

motricité entre 3 et 5 ans, des stages « découverte » de 6 à 17 ans, l'initiation et la filière PROgression à partir de 9 ans (sauf pour des sports dits à maturité précoce, comme la gym ou la natation), ainsi que des activités ciblées pour ados, adultes et seniors. ●

DIDIER SWYSEN

## Vacances

### Des congés bien trop oisifs !

Selon une étude rapportée par le DailyMail, les enfants perdraient leurs aptitudes physiques durant les vacances. Pour arriver à une telle conclusion, une recherche a été menée sur 400 enfants âgés entre huit et neuf ans et comparait les activités des jeunes à l'école et durant les vacances.

Et le résultat est étonnant ! « On remarque un manque d'activité flagrant durant les vacances », peut-on lire dans l'étude. « Les enfants restent parfois des heures à l'intérieur à jouer sur leur tablette alors que lorsqu'ils sont à l'école, ils sont obligés d'aller dans la cour de récréation ou au cours de gym ». »

Un constat alarmant pour les experts de la santé qui estiment que, si ça continue comme cela, les risques pour la santé de nos enfants (à savoir les problèmes cardiaques, les cancers et le diabète) ne feront qu'augmenter. Ils conseillent donc aux parents de pousser leurs enfants à faire des activités en extérieur. ●

## Statistiques inquiétantes

### Un jeune Wallon sur quatre est en surpoids

Il existe une journée européenne de l'obésité (le lundi 23 mai). On aimerait l'oublier, mais c'est surtout l'occasion de rappeler quelques statistiques plutôt interpellantes : 14 % des Belges et 16 % des Wallons sont obèses, des chiffres qui ne... fondent pas

d'année en année, bien au contraire !

En Wallonie, un jeune sur quatre est en surpoids. En 2001, environ 5 % des enfants wallons étaient obèses, ils représentent aujourd'hui 9 %. Selon Julie Hervengt, pédiatre au CHU de Liège, le taux

d'obésité chez les enfants dont les parents ont un niveau d'instruction qui s'est arrêté au secondaire inférieur peut atteindre 30 % contre 4 % pour les enfants des familles les plus instruites. L'obésité est donc également un marqueur d'inégalité dans la société. ●