

Travailler sur l'estime de soi, le bien-être physique et mental

c'est matérialiser l'importance d'une pratique sportive pour la santé physique et mentale mais également pour l'enrichissement de l'estime de soi et de la relation aux autres



Objectifs

- ✓ L'estime de soi
 - Sensibiliser les jeunes aux enjeux de santé et encourager les initiatives en mettant en avant l'estime de soi et la confiance en soi.
- ✓ Le bien-être physique et mental
 - Former un équilibre représentant l'état de santé générale en ne dissociant pas le bien-être physique du bien-être mental.

Ressources non exhaustives

- ✓ **Renforcer l'activité physique quotidienne au lycée (APQ lycées)** : afin de lutter contre la sédentarité des jeunes et les inciter à exercer une activité physique régulière, la Région des Pays de la Loire, en lien avec les autorités académiques et têtes de réseaux de l'enseignement privé, souhaite expérimenter un appel à projets visant à renforcer l'activité physique quotidienne dans les lycées publics et privés volontaires des Pays de la Loire. Cette ambition s'inscrit dans la perspective d'un héritage durable des Jeux olympiques et paralympiques de Paris 2024 mais également dans le cadre partagé du Projet sportif territorial adopté par la Conférence régionale du sport le 22 septembre 2022, et plus précisément de l'objectif « Favoriser la santé par l'activité physique et sportive à tous les âges de la vie »

Contact : Elodie PETIT – Région des Pays de la Loire – Direction Culture, sport, associations
Tél. : 02 28 20 62 02 – Mail : elodie.petit@paysdelaloire.fr

- ✓ **Le label Génération 2024**, lancé en 2018 par les ministères chargés de l'éducation, de l'agriculture et des sports, vise à développer les passerelles entre le monde scolaire et le mouvement sportif pour encourager la pratique physique et sportive des jeunes. Cette initiative s'inscrit dans la perspective des **Jeux olympiques et paralympiques de Paris 2024**.

La labellisation poursuit quatre objectifs :

1. Développer des projets structurants avec les clubs sportifs du territoire ;
2. Participer aux événements promotionnels olympiques et paralympiques (journée nationale du sport scolaire (JNSS) en septembre ; semaine olympique et paralympique en janvier ou février et journée olympique du 23 juin) ;
3. Accompagner ou accueillir des sportifs de haut niveau ;
4. Ouvrir les équipements sportifs des écoles et établissements.

Pour aller plus loin : [page web du Rectorat de l'Académie de Nantes](#).



Priorité régionale JEUNESSE

- ✓ **Semaine olympique et paralympique / Classes olympiques / Mise en relation avec des ligues et clubs sportifs**
Le mouvement olympique (CROS) et paralympique (CPSF) est présent sur le territoire ligérien et accompagne les établissements dans la mise en œuvre des projets, en lien avec les ligues et comités sportifs. Ils pourront apporter des ressources, une mise en relation avec les acteurs sportifs du territoire, une aide à la conception et à la concrétisation des projets sportifs.

Contact : Ywann Dupré, Chef de Projet au Comité Régional Olympique et Sportif (CROS) :

Tél. : 02 40 58 00 42 / 06 83 12 02 99 – Mail : ywanndupre@franceolympique.com

<https://cros.paysdelaloire.org/page/461716-cros>



Contact : Anthony Guidoux, Référent territorial du Comité Paralympique et Sportif Français (CPSF) :

Tél. : 07 61 32 70 95 – Mail : a.guidoux@france-paralympique.fr

- ✓ [Itinéraire pédagogique de l'EPE](#) (École des Parents et des Éducateurs) : traite de l'estime de soi, des conduites addictives et du vivre-ensemble

Contacts

Sandrine FERRÉ

Région des Pays de la Loire - Direction de l'Éducation - Service Actions éducatives et réussite scolaire

02 28 20 58 03 - sandrine.ferre@paysdelaloire.fr