

03/11/2020

COMMUNIQUE DE PRESSE

Bien manger et bouger dans mon école/collège

L'Agence Sanitaire et Sociale soutient et participe à l'initiative Cantine à l'Unisson « Fourchettes baskets » déployée par l'association Pacific Food Lab qui se déroule du 2 au 6 novembre. Des activités physiques seront proposées aux élèves pendant cette période en complément des repas cuisinés avec des produits locaux par les chefs de cantine des établissements scolaires.

Cantine à l'unisson

Depuis 2018, Pacific Food Lab organise les opérations « Cantines à l'unisson » pour faciliter l'accès des produits locaux dans les cantines du secondaire. L'igname de Maré sera le produit vedette de cette édition. Ses valeurs nutritives, recommandées notamment pour le sport, font de ce tubercule un aliment bon et sain pour la santé.

Mange Mieux Bouge Plus

L'alimentation équilibrée et l'activité physique sont au cœur des priorités du programme « Mange Mieux Bouge Plus » de l'ASSNC. Pratiquer régulièrement une activité physique limite la prise de poids, contribue au bien-être et à la réduction de nombreuses maladies et favorise le lien social. Elle est bénéfique à tous les âges et quelque soit la condition physique de départ. Notamment chez les enfants il est recommandé de pratiquer au moins 1h d'activité physique par jour (marche, jeux, sport...).

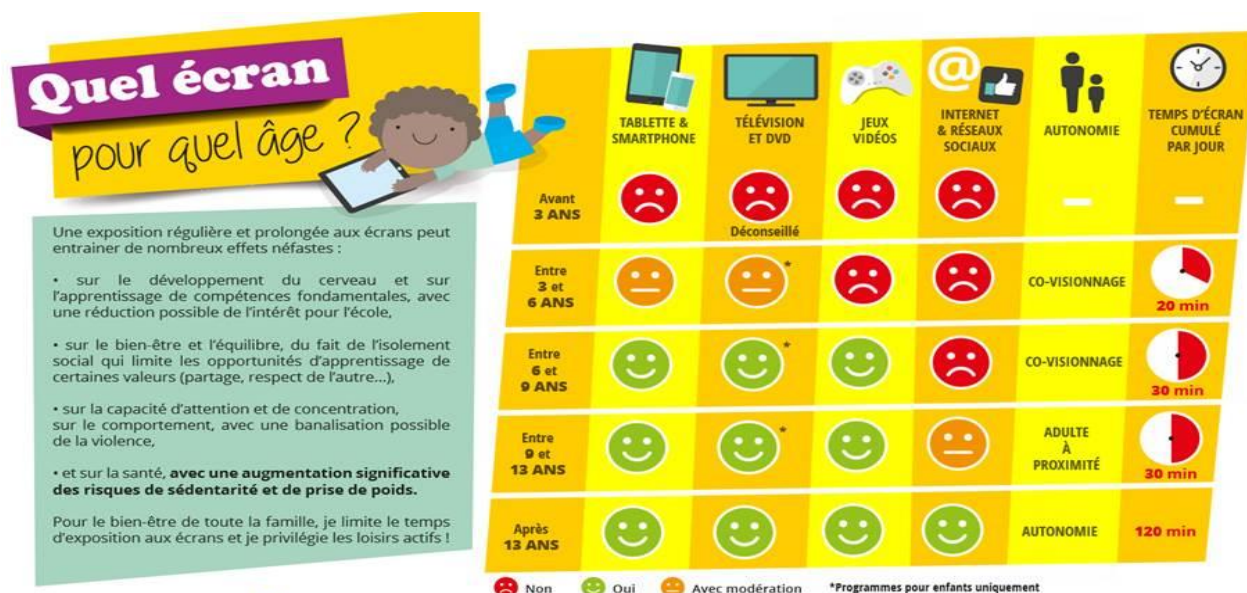
Apprendre dès l'enfance et en famille à être actif tous les jours est un gage de bonne santé tout au long de la vie !

Chiffres clés

D'après la dernière enquête Baromètre Santé Jeune 2019 de l'ASSNC :

- Si les jeunes sont sportifs (6 jeunes sur 10 pratiquent un sport pendant leur temps libre) ;
- Ils ne sont pas suffisamment actifs au quotidien (2 jeunes sur 10 font au moins une heure d'activité physique tous les jours).
- Et ils sont trop souvent sédentaires (7 jeunes sur 10 passent 2 heures par jour devant un écran pendant leur temps libre).

La sédentarité (fait de ne pas être suffisamment actif) est déclarée comme le premier facteur de risque pour les maladies chroniques (diabète, maladies cardiovasculaires...). C'est pour cela que l'ASSNC a recommandé de limiter le temps passé devant un écran (voir recommandations ci-dessous).



Plus de supports sur www.santepourtous.nc

Activité physique à la cantine !

L'initiative Cantine à l'Unisson, « **Fourchettes baskets** », permet de sensibiliser les jeunes aux bienfaits d'une pratique régulière d'activités physiques.

Des activités physiques et ludiques seront proposées aux élèves sur le temps de cantine de 11h30 à 13h00 :

- Toute la semaine au collège de Dumbéa Sur Mer,
- Au collège Laura Boula à Lifou, mardi 3 et jeudi 5 novembre.
- Dans les écoles de Hmelek, Thuahaik, et Traput à Lifou, mardi 3 et jeudi 5 novembre.

CONTACT PRESSE

Anne-Laure MEUNIER
Tél : 25 07 71
Email : communication@ass.nc