



**Grand Défi  
Vivez Bougez**



Ville de  
**Vendargues**



## Note d'information sur le **Grand Défi Vivez Bougez**

La Direction Régionale de la Jeunesse et des Sports a labélisé Vendargues « Ville Vivez Bougez », le 5 Avril 2019.

Dans le cadre de la charte définie par ce label, notre commune s'est engagée à promouvoir les activités physiques ainsi que la réduction de la sédentarité.

Dans cet objectif, notre service des sports a mis en place des actions, auprès des jeunes, des adultes et des aînés vendarguais. Un groupe de pilotage, constitué d'élus, de bénévoles, de représentants d'associations, des directeurs de nos 4 écoles et de membres du corps médical (médecins, infirmiers, kinésithérapeutes, nutritionnistes,...) a été constitué. Il est consulté, et participe aux élaborations des projets et valide nos initiatives.

Parmi ces actions figure : le « Grand Défi Vivez Bougez » (GDVB) à destination des jeunes écoliers pour les encourager à pratiquer des activités physiques.

Le GDVB est un évènement annuel initié par l'Académie de Montpellier, en partenariat avec l'Agence Régionale de Santé Occitanie, la Direction Régionale de la Jeunesse, des Sports et de la Cohésion Sociale et l'Institut du Cancer de Montpellier. Il est organisé dans les écoles de la région pour promouvoir l'activité physique auprès des jeunes écoliers et les inciter à en pratiquer plus régulièrement, afin d'atteindre les préconisations officielles en termes de santé, soit une heure par jour.

Ce projet collectif, qui associe enfants, enseignants, parents, élus, conseillers pédagogiques, inspecteurs, éducateurs sportifs, personnels périscolaires autour d'un objectif commun : Aider les enfants à prendre de saines habitudes de vie, notamment celle de bouger quotidiennement (marcher pour aller à l'école, se déplacer à vélo par exemple).

Le défi consiste à réunir le plus de cubes d'énergie possible, sachant que 15 minutes d'activité physique égalent à 1 cube. Les écoles sont ensuite invitées à saisir sur le site du Grand Défi le nombre de cubes gagnés pour faire augmenter le chiffre total.

Lors du comité de pilotage du 5 Novembre 2019, les directeurs d'école ont confirmé que l'action du « Grand Défi Vivez Bougez » sera conduite dans toutes les écoles de notre commune.

Afin de permettre aux jeunes écoliers de comptabiliser plus précisément leur mode et leurs temps d'activité physique, il a été suggéré de fournir, à chaque écolier des CM2, une montre podomètre.

Cette montre chronomètre, associée à un podomètre, permettra aux écoliers de quantifier leur activité quotidienne, en terme de temps, de distance et de fréquence.

L'idée a suscité l'enthousiasme de l'ensemble du comité de pilotage, cependant il nous a été nécessaire de réfléchir au financement de l'achat de 110 montres podomètre d'une valeur de 40€ chacune, soit un total de 4400€.

Après recherche de partenaires partageant ces valeurs de promotion des activités physiques, le montage financier serait le suivant :

- Enseigne Décathlon : 2.300 € (en dotation de montres ou remise exceptionnelle),
- Ecole supérieure de commerce MBWAY : 480 € (en dotation de montres),
- Commune de Vendargues : 1.620 €.

Il est à noter que ces partenaires ont exprimé leur souhait de participer matériellement à d'autres évènements sportifs vendarguais (« bike and run », « tous à vélo », « course aux lumières », « place aux sports », « journée sports urbains »,...).