

Reste en forme cet été !

Propositions d'activités éducatives en faveur des enfants et adolescents. Accueils Collectifs de Mineurs dans les Hautes-Alpes - 2022

Suite aux succès et nombreuses demandes d'interventions réalisées les étés précédents, dans les ACM de notre département, le CoDES 05, Comité Départemental d'Education pour la Santé des Hautes-Alpes, vous renouvèle sa proposition d'activités pédagogiques et ludiques, en faveur des enfants, sur différents thèmes de santé, pour cet été 2022.

La gestion des émotions pendant ces deux années de crise sanitaire, l'enjeu des relations à l'autre, le développement de la pensée critique, mais aussi des questions d'alimentation et de santé environnementale, toujours essentielles, ou encore le respect des gestes barrières... autant de sujets d'actualité qui pourront être abordés dans le cadre des modalités d'intervention présentées et proposées ci-après.

Dans une démarche de co-construction, le contenu de nos interventions sera adapté en fonction des besoins et des demandes des structures.

Ces interventions sont soutenues par l'Agence Régionale de Santé - ARS PACA, la Direction des Services Départementaux de l'Education Nationale des Hautes Alpes - Service Départemental de la Jeunesse, de l'Engagement et du Sport des Hautes-Alpes (SDJES05).

Contact et informations

Vous souhaitez des informations complémentaires et/ou que nous intervenions dans votre structure, merci de nous contacter par retour de mail à codes05@codes05.org ou par téléphone au **04 92 53 58 72**.

Avec le soutien de



Bien en forme, c'est chouette

Intervenants Professionnels CoDES 05

Publics de 3 à 16 ans

Modalités En présentiel, module « à la carte » de 4 séances d'une durée d'1h30, indépendantes les unes des autres. Possibilité de réaliser 1, 2, 3 ou 4 séances, selon vos besoins. Groupes de 10 enfants maximum.

Objectifs pédagogiques

- Echanger sur les représentations et habitudes des enfants et adolescents,
- Améliorer les connaissances « hygiène de vie » des enfants,
- Expérimenter des situations pour prendre conscience des bienfaits d'adopter des comportements de prévention appropriés.

Contenus proposés

L'hygiène bucco-dentaire - Comment bien se brosser les dents pour pouvoir sourire, parler et manger ? Sous forme d'histoires et d'expérimentations, nos minis et maxis mâchoires permettent de s'entraîner en s'amusant. Et en cadeau, une brosse à dents et un sablier pour chaque enfant !

La protection solaire - L'été, le soleil tape fort et cela peut avoir des conséquences sur notre santé si on ne se protège pas. Quels sont les bons gestes ? Grâce à des jeux, nous comprenons mieux l'intérêt des conseils de prévention.

Les risques auditifs - Nos oreilles aussi ont besoin d'être protégées ! Qu'est-ce qu'un son ? Comment parvient-il jusqu'à moi ? Comment risque-t-il de m'abîmer les oreilles ? Et surtout comment me protéger ? Plusieurs ateliers permettent de répondre à ces questions.

Vivre ensemble Bien dans tes baskets

Intervenants Professionnels CoDES 05

Publics de 3 à 16 ans

Modalités En présentiel, module de 4 séances d'une durée d'1h30, groupes de 10 enfants maximum.

Objectifs pédagogiques

- Développer les compétences de communication verbale et non verbale, la capacité de résistance et de négociation, la coopération et le plaidoyer,
- Améliorer la prise de décision et de résolution de problèmes, la pensée critique et l'auto-évaluation,
- Travailler sur la régulation des émotions, la gestion du stress, la confiance en soi et l'estime de soi.

Contenus proposés

Utilisation d'outils pédagogiques tels que « Conte sur moi », « Papillagou et les enfants de Croque-lune » ou « Ma santé au quotidien », très ludiques.

Il sera nécessaire d'adapter les contenus en fonction de l'âge des enfants. Il est également possible de les modifier en fonction de vos besoins et problématiques vécues (comportements violents, difficultés de communication...).

Bien manger et bouger

Intervenants Professionnels CoDES 05

Publics de 3 à 16 ans

Modalités En présentiel, module de 4 séances d'une durée d'1h30, groupes de 10 enfants maximum

Objectifs pédagogiques

- Enrichir les connaissances en activité physique et jeux sur l'alimentation,
- Pratiquer des activités physiques avec plaisir,
- Développer l'esprit d'équipe face à la pression de la publicité alimentaire.

Contenus proposés

« Manger Bouger » : Chasse au trésor

Récupérer les 6 parties d'une photographie en participant à six défis (activités physiques et des jeux sur l'alimentation). L'image, une fois reconstituée, révèle l'emplacement du trésor (goûter équilibré).

« Découverte des petits-déjeuners du monde » :

Jeu sur les petits-déjeuners anglais, américain, marocain, russe... dégustation, création de petits-déjeuners équilibrés avec des étiquettes.

« Fruits et légumes » :

Jeux de mémoire, casse-têtes, pâte à modeler aux couleurs vives et aromatisée aux fruits avec modelage de fruits et de légumes, loto des odeurs, création de publicités alimentaires autour des fruits et des légumes, etc.

« Manger, Bouger... c'est gagné ! » : grand jeu de plateau qui permet de sensibiliser, de manière originale et ludique, les enfants sur les bienfaits d'une alimentation équilibrée et de la pratique d'une activité physique régulière.

CoDES 05

Comité Départemental d'Education
pour la Santé des Hautes-Alpes
6 Impasse De Bonne, 05 000 Gap
Tél. 04 92 53 58 72 - codes05@codes05.org

