



A l'attention des parents,

Pendant cette période complexe que nos jeunes traversent et pour répondre à des besoins particuliers de santé et de bien-être physique et moral, le LPO Camus-Sermenaz avec le soutien de l'équipe EPS propose un dispositif de remédiation « Santé Bien-être » à nos lycéen.ne.s.

Ce dispositif est ouvert à tous les élèves, sur la base du volontariat et sur inscription. Ils s'adressent particulièrement aux élèves qui en ressentent la nécessité (récupération post-Covid, fatigue passagère, baisse de moral, surpoids, besoin de détente, gestion du stress, etc.). **Les groupes étant limités à 10 personnes, les élèves à besoin éducatif particulier ciblés par le Lycée seront prioritaires.**

Les activités physiques (A.P) proposées dans ce projet « Santé-Bien-être » sont des activités « douces », ne sollicitant pas le cardio de manière intensive. Elles se feront dans le cadre des règles sanitaires, avec port du masque la plupart du temps.

Pour limiter le brassage entre les classes, les élèves s'inscriront sur les jours et horaires correspondant à leur niveau de classe selon le calendrier suivant.

**MARCHE : marche bien-être Forêt de Vancia et Parc de Sermenaz (rdv dans la cour, devant la vie scolaire)**

**R.E.R. : Renforcement musculaire Poids de corps – Etirements – Relaxation en musique ! (Rdv devant salle de muscu)**

**-----X-----Entourez les créneaux choisis, en fonction du niveau de classe, complétez l'autorisation et remettez ce document à votre professeur d'EPS**

	Lundi Terminale	Mardi Seconde		Mercredi Première	Mercredi Seconde	Jeudi Première		Vendredi Terminale
Activité Horaire Intervenant	23/11 R.E.R 17h-18h Mme Arnoux	24/11 R.E.R 12h45- 13h45 M. Dupuy	24/11 Marche 12h45- 13h45 Mme Arnoux	25/11 R.E.R 13h30-14h30 Mme Hauptmann	25/11 Marche 13h30-14h30 Mme Lyonnet	26/11 R.E.R 12h15-12h55 Mme Hauptmann	26/11 R.E.R 17h-18h M. Dupuy	27/11 R.E.R 12h45-13h45 Mme Lyonnet
Activité Horaire Intervenant	30/11 R.E.R 17h-18h Mme Arnoux	1/12 R.E.R 12h45- 13h45 M. Dupuy	1/12 Marche 12h45- 13h45 Mme Arnoux	2/12 R.E.R 13h30-14h30 Mme Hauptmann	2/12 Marche 13h30-14h30 Mme Lyonnet	3/12 R.E.R 12h15-12h55 Mme Hauptmann	3/12 R.E.R 17h-18h M. Dupuy	4/12 R.E.R 12h45-13h45 Mme Lyonnet
Activité Horaire Intervenant	7/12 R.E.R 17h-18h Mme Arnoux	8/12 R.E.R 12h45- 13h45 M. Dupuy	8/12 Marche 12h45- 13h45 Mme Arnoux	9/12 R.E.R 13h30-14h30 Mme Hauptmann	9/12 Marche 13h30-14h30 Mme Lyonnet	10/12 R.E.R 12h15-12h55 Mme Hauptmann	10/12 R.E.R 17h-18h M. Dupuy	11/12 R.E.R 12h45-13h45 Mme Lyonnet
Activité Horaire Intervenant	14/12 R.E.R 17h-18h Mme Arnoux	15/12 R.E.R 12h45- 13h45 M. Dupuy	15/12 Marche 12h45- 13h45 Mme Arnoux	16/12 R.E.R 13h30-14h30 Mme Hauptmann	16/12 Marche 13h30-14h30 Mme Lyonnet	17/12 R.E.R 12h15-12h55 Mme Hauptmann	17/12 R.E.R 17h-18h M. Dupuy	18/12 R.E.R 12h45-13h45 Mme Lyonnet

**Autorisation Parentale :**

Je, soussigné(e),....., responsable de l'élève ....., en classe de ..... atteste avoir pris connaissance de l'organisation de ce projet et l'autorise à participer aux activités.

Date :

Signature :