

LES PARCOURS DU Cœur

Hauts-de-France



Organiser

un Parcours du Cœur en 2027

6 BONNES RAISONS

Ecole Jean Vassal, Crépy-en-Valois



Fédération
Française de
Cardiologie

Association régionale
Nord-Pas-de-Calais



Fédération
Française de
Cardiologie

Association régionale
Picardie



1. Bouger

Les enfants ne bougent pas assez. Ils risquent d'être plus fragiles à l'âge adulte.



900 Parcours du Cœur scolaires ont rassemblé **9 300** classes de **1 500** établissements scolaires, soit environ **250 000** enfants.

SÉDENTARITÉ = DANGER

Les jeunes de 9 à 16 ans ont perdu **25 %** de leur capacité physique depuis 40 ans.

*Publications du Dr Grant Tomkinson,
University of South Australia, Adelaide*

95 % de la population française adulte pourrait avoir des complications de santé, par manque d'activité physique ou un temps trop long passé assis.

Enquête Anses 2022

BOUGER PLUS

Pour les enfants et ados : 60 minutes d'activité physique d'intensité modérée par jour.

Recommandations de l'Organisation Mondiale de la Santé



Pr François Carré,
Cardiologue et médecin
du sport, Rennes

LE PARCOURS DU CŒUR

Votre établissement scolaire organise un événement sur une demi-journée ou une journée, autour d'une ou plusieurs activités physiques et donne des conseils d'hygiène de vie.

KIT D'ORGANISATION

La Fédération Française de Cardiologie vous fait bénéficier d'une assurance, répertorie votre Parcours sur son site et vous envoie gratuitement un kit avec affiches, documents de prévention, goodies...

ÉVÉNEMENT RÉGIONAL

Les Parcours du Cœur Hauts-de-France sont la plus large action de prévention-santé de France et un événement régional reconnu.

« L'indifférence vis-à-vis de l'inactivité physique fait penser à celle face au tabac il y a 40 ans : sitting is the new smoking » !

2. Développer

Un Parcours du Cœur répond à toutes les ambitions : il permet de développer un projet pédagogique, tout comme un événement ponctuel.



Nathalie Tajan et Delphine Bellynck,

Médecin, conseillère technique et infirmière, conseillère technique auprès de la Rectrice de l'Académie de Lille

« Les Parcours du Cœur sont des outils opérationnels au service des projets pédagogiques et éducatifs des établissements scolaires. »

TROIS NIVEAUX D'IMPLICATION

- 1. Une action ponctuelle,** moment de vie scolaire festif et convivial autour de la santé.
- 2. Pour aller plus loin :** un événement à visée éducative, préparé en amont, qui s'appuie sur au moins un enseignement.
- 3. Encore plus loin :** le point d'orgue d'un projet pédagogique, mené sur une période.

UN PROJET AMBITIEUX

Le Parcours du Cœur s'appuie sur les programmes d'enseignement. Il s'inscrit dans le projet de prévention et d'éducation à la santé de l'établissement et peut être renforcé par des partenariats locaux.

UNE PRÉVENTION POSITIVE

Le Parcours du Cœur constitue une occasion ludique de diffuser des messages de prévention santé. Un Guide pédagogique Parcours du Cœur très complet est disponible en téléchargement sur notre site.



DES PRINCIPES FONDAMENTAUX

- > Le Parcours du Cœur Scolaires fait partie d'un projet global d'éducation la santé et à la citoyenneté
- > L'établissement scolaire est maître du projet
- > Le projet développe la prévention par l'estime de soi, les compétences psychosociales, le bien-être des élèves, un climat d'établissement favorable...
- > Les Parcours du Cœur répondent aux impératifs des consignes de l'Education Nationale dans le cadre du Projet d'établissement.

Ecole maternelle Jean Jaurès, Anzin

3. Se mobiliser



Ecole maternelle Jean Jaurès, Anzin

A l'école, le Parcours du Cœur permet d'enseigner des conseils de santé en s'appuyant sur les programmes scolaires.

DES RENCONTRES ÉCOLE-COLLÈGE

Organisé en lien avec le collège, un Parcours du Cœur peut regrouper les classes de CM2 et de 6^e dans un événement partagé, en stimulant un échange de qualité.

DES ENSEIGNEMENTS CONCRETS

Les messages du Parcours du Cœur se fondent sur les connaissances dans plusieurs domaines d'apprentissage et contribuent à l'acquisition de valeurs.

UN PROJET OUVERT

C'est une occasion pour la commune, les parents d'élèves et les partenaires extérieurs de s'engager efficacement aux côtés des enseignants.

CONTRIBUER À L'APPRENTISSAGE

- > Exploiter le langage dans toutes ses dimensions
- > Agir à travers l'activité physique
- > Construire les premiers outils pour structurer la pensée
- > Explorer le monde.



Florianne Fontenelle,
Directrice de l'école Daudet
de Faches-Thumesnil

« J'ai été surprise par la convivialité de l'événement et la manière dont les enfants l'ont apprécié. Nous avons vécu deux jours formidables, avec de nombreuses animations, autour d'un très beau projet. »

4. Faire ensemble

Au collège, les élèves élaborent et s'approprient les messages de prévention, en associant plusieurs disciplines, chacune avec son apport spécifique.

DES ACTIVITÉS PHYSIQUES

- > Quelques kilomètres de marche dans la campagne ou dans un espace vert urbain ;
- > du sport sur un stade ;
- > des activités dans un gymnase ou une salle : gymnastique, jeux de ballons collectifs, danse, zumba...
- > une course d'orientation ;
- > des ateliers variés...



Yohanna Lefebvre,
Infirmière conseillère
technique auprès du Recteur
de l'Académie d'Amiens

« Outil opérationnel au service de l'Ecole Promotrice de Santé, le Parcours du Cœur s'inscrit dans la dynamique du parcours éducatif de santé. »

EPS ET SVT EN AVANT

Les activités proposées en EPS sollicitent le système respiratoire et cardiaque. En SVT, elles concernent l'alimentation, le rôle du système cardio-vasculaire, l'adoption de comportements responsables face à la santé et la sécurité...

D'AUTRES DISCIPLINES

Le Parcours du Cœur peut associer d'autres disciplines. Français : étude de textes littéraires relatifs à des notions de bien-être, réalisation d'une vidéo... Mathématiques : représentations graphiques des conséquences du tabagisme, recherche sur les menus équilibrés en lien avec les calculs mathématiques... Langues vivantes ou géographie : alimentation dans différents pays...

Collège Eugène Thomas, Le Quersnoy



ESPRIT D'ÉQUIPE

Le projet Parcours du Cœur permet aux élèves de conduire un projet en équipe durant une période de l'année scolaire. L'événement Parcours du Cœur est la concrétisation du projet.

5. Prendre conscience

Un projet Parcours du Cœur aide les lycéens à prendre conscience qu'ils sont acteurs de leur santé.



Emilie Cazé,
Professeur d'EPS
au lycée Henri Martin
de Saint-Quentin

« Nous avons monté un projet pédagogique avec les classes de Première option EPS pour sensibiliser deux classes d'école primaire aux thématiques liées à la santé, aux premiers secours, au tabac et à l'activité physique. »



Lycée Henri Martin, Saint-Quentin

UNE VISION COLLECTIVE

Les lycéens construisent les messages de prévention qu'ils souhaitent diffuser. Ils proposent des activités physiques ludiques réalisées par groupes.

LES ENJEUX DE SANTÉ PUBLIQUE

Le Parcours du Cœur sensibilise les élèves à leur propre santé, en leur donnant les moyens de faire des choix éclairés en matière d'hygiène de vie.



Isabelle Famechon et Luc Verghote,
Professeurs de Sciences Sanitaires
et Sociales et d'EPS au Lycée du Val
d'Authie à Doullens

ENGAGEMENT SOLIDAIRE

Le projet Parcours du Cœur est un élément concret du parcours citoyen. Les lycéens y mettent à profit leurs compétences civiques et sociales communes à toutes les disciplines d'enseignement.

« Le Parcours du Cœur est un vrai projet pédagogique structuré et intégré au cursus scolaire de la Terminale ST2S qui l'organise chaque année pour le lycée et dans la ville. »

6. Gagner

**Vous pouvez remporter un Trophée
Parcours du Cœur Hauts-de-France, qui
valorisera votre établissement scolaire.**



23 TROPHÉES

Des nominations sont réalisées dans 23 catégories. Les lauréats sont désignés pour une part par le vote d'un Grand Jury, composé de personnalités représentant les institutions régionales et d'organiseurs d'un Parcours du Cœur ces dernières années. Les votes sont pondérés par un Jury d'experts ayant une vision globale de l'ensemble des Parcours.

Le 3 octobre 2026, 23 lauréats parmi plus de 180 nominés reçoivent un Trophée.

LA RÉCOMPENSE D'UN ENGAGEMENT POUR L'INTÉRÊT GÉNÉRAL

Le gain d'un Trophée constitue une valorisation régionale de l'engagement de votre collectivité et une reconnaissance de la qualité de l'action que vous avez mise en place.



Anne Pinon,
Vice-présidente
Santé, Région
Hauts-de-France

**« La Région Hauts-de-France s'associe
aux Parcours du Cœur pour donner envie
à ses habitants de pratiquer une activité
physique quotidienne et d'adopter une
bonne hygiène de vie. Avec une attention
toute particulière pour les lycéens. »**

LA RÉCOMPENSE D'UN ENGAGEMENT

Le gain d'un Trophée constitue une valorisation régionale pour votre établissement scolaire, à travers la reconnaissance de la qualité de votre action.



Edith Ego,
École Edouard Herriot
à Hellemmes

**« Quand ils sont
arrivés le premier
jour de la rentrée,
mes nouveaux CP
m'ont demandé :
c'est quand ce
fameux Parcours
du Cœur ? »**



Valenciennes-Denain

Organiser

Vous choisissez une demi-journée ou une journée lors de laquelle vous proposez des activités physiques et des conseils d'hygiène de vie, entre le 1^{er} avril et le 30 juin 2027.

Inscrivez votre Parcours du Cœur à partir de mi-octobre et avant le 31 janvier 2027 sur le site.

<https://parcoursducoeurhautsdefrance.fr>



Vous bénéficiez d'une assurance et votre événement est répertorié sur le site de la Fédération Française de Cardiologie.

Vous recevez un kit d'animation gratuit : affiches, des goodies et des documents de prévention à remettre aux participants, au moins un mois avant la date de votre Parcours du Cœur.

Pour vous aider, un guide pédagogique des Parcours du Cœur Scolaires et de nombreux exemples et autres documents sont disponibles et téléchargeables sur www.parcoursducoeurhautsdefrance.fr



Soutenu par

