



2. von der Europäischen Kommission initiierte Woche des Sports

Warum? Zahlreiche Studien belegen, dass wir uns in der heutigen Gesellschaft nicht genug bewegen. Würde sich der Level der körperlichen Betätigung steigern, könnten viele Krankheiten, sogar Todesfälle verhindert werden. Deshalb ist es wichtig, gegen diesen Trend anzugehen. Genau dieses Ziel verfolgt die 2. Europäische Woche des Sports, die im September in 32 Ländern Europas stattfindet → <http://ec.europa.eu/sport/week/>. Die Botschaft dieser Initiative ist eindeutig: Sei ein aktiver Mensch! **#BEACTIVE**

Wann? In Luxemburg findet die 2. Europäische Woche des Sports vom 24. September bis 2. Oktober 2016 statt.

Was? Ein abwechslungsreiches Programm, welches sich an die gesamte Bevölkerung wendet, hat ein gemeinsames Ziel: alle Bürger, ob jung oder weniger jung, sollen dazu angeregt werden, sich so regelmäßig wie möglich körperlich-sportlich zu betätigen. Dieses Programm kann unter <http://www.sport.public.lu> eingesehen werden.

Und die Jugendlichen? Es sollte vorrangig verhindert werden, dass sich Bewegungsmangel schon im jungen Alter einstellt. Den Jugendlichen von heute wird nachgesagt, dass sie sich zu wenig bewegen und liebend gern ihre Freizeit mit Computern und Handys oder vor dem Fernseher verbringen. Stimmt das wirklich?



In deiner Schule wirst du in der Woche vom 26. bis 30. September auf ein vielfältiges Sportprogramm stoßen. Das Thema Bewegung(smangel) wird dort behandelt werden, deine Lehrerinnen und Lehrer werden dich zu mehr Bewegung und Sport anregen und dir helfen, dein eigenes Bewegungsprojekt zu entwickeln.



2^e Semaine européenne du Sport lancée par la Commission européenne

Pourquoi ? De nombreuses études montrent que, dans la société actuelle, nous ne bougeons pas assez. Si le niveau d'activité physique augmentait, de nombreuses maladies, voire des décès prématurés pourraient être évités. Voilà pourquoi il est important de contrecarrer cette tendance : c'est ce que tente de réaliser la 2^e Semaine européenne du Sport qui a lieu en septembre dans 32 pays européens → <http://ec.europa.eu/sport/week/>. Le message choisi pour cette semaine européenne est sans équivoque: sois actif ! **#BEACTIVE**

Quand ? Au Luxembourg, la Semaine européenne du Sport aura lieu du 24 septembre au 2 octobre 2016

Quoi ? Un programme diversifié s'adresse à la population entière, jeunes et moins jeunes, avec le même objectif : les inciter à pratiquer une activité physique et/ou sportive le plus régulièrement possible. Ce programme peut être consulté sur <http://www.sport.public.lu>

Et les jeunes ? Eviter que l'inactivité physique s'installe déjà chez les jeunes est une priorité. On dit que les jeunes d'aujourd'hui bougent trop peu et préfèrent passer leur temps à faire des jeux sur ordinateur, portable ou devant la télé. Est-ce vrai ? Vraiment vrai ?



Ton école te proposera pendant la semaine du 26 au 30 septembre une série d'activités sportives. Elle traitera avec toi le sujet de l'(in-)activité physique, t'incitera à devenir (plus) actif et t'aidera à construire ton projet personnel.