

EDITO

Vive les vacances !

Quelques-un(e)s sont déjà en vacances, les autres prendront le relais, pendant que certains travailleront pour préparer la future saison sportive, animer des évènements comme le Playa Tour, l'UFO STREET et autres dispositifs fédéraux.

Les vacances sont pour beaucoup synonymes d'évasion, de repos, de « relâche » suite au stress du reste de l'année, mais tout le monde (ou presque) en profitera pour faire du « sport » sans penser à compétition, en se retrouvant pour faire une partie de pétanque, aller à la piscine pour se rafraîchir en cette période de forte chaleur, faire une randonnée à la montagne, dans la forêt ou à la campagne, aller faire une partie de ballon ou autre avec les amis...

Les vacances sont aussi un moyen de découvrir de nouvelles activités ou pratiques sportives lors des évènements, animations sur le lieu des vacances. C'est aussi, pour les enfants l'occasion de partager avec leurs amis, leurs parents, leurs grands-parents, ce qu'ils ont pu faire comme sport durant l'année scolaire, leur montrer leur « super héros » qu'ils ont pu découvrir au cours des activités de leur école multisport ou sports de nature. C'est aussi, pour les grands-parents, le moment où ils peuvent accompagner les plus jeunes dans leurs activités, leur faire partager leur expérience, de leur faire oublier les écrans (si si, cela est possible).

Il faut surtout garder à l'esprit que l'activité physique est importante dans la vie de tous les jours, pour une meilleure hygiène de vie, pour « s'évader » lors des coups durs de la vie !

Sandrine MANET, Membre du Comité directeur national UFOLEP