

# Dossier de presse

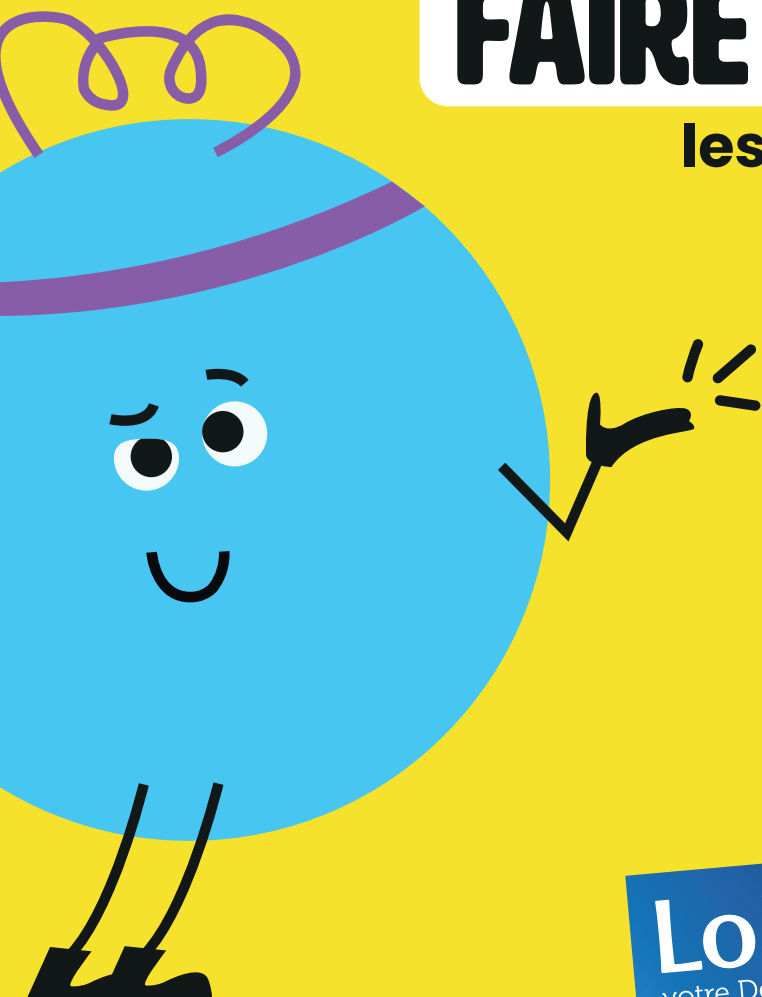
Vendredi 19 janvier 2024

# MOUV'it

la nouvelle application pour

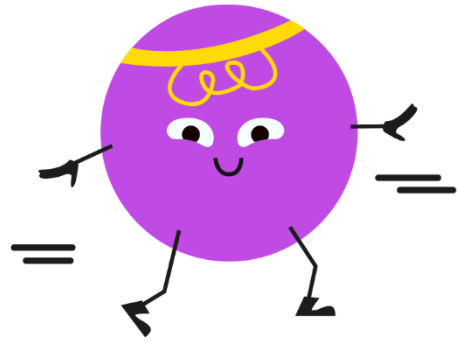
# FAIRE BOUGER

les jeunes



**CONTACT PRESSE** **Cassandre Germain**  
[cassandre.germain@loiret.fr](mailto:cassandre.germain@loiret.fr) **02 38 25 43 93**





## Sommaire

### I. Mouv'it, la nouvelle application pour faire bouger les jeunes

De nombreux challenges à retrouver

Une application accessible à tous

L'activité physique, recommandée au quotidien

### II. Le Relais de la flamme olympique dans le Loiret

## Introduction

2024, c'est l'année sport ! Mercredi 10 juillet, le Relais de la flamme olympique passera dans le Loiret.

Labellisé Terre de jeux 2024, le Département souhaite faire vivre cet évènement unique tout au long de l'année, tout en incitant les jeunes à se bouger, à pratiquer une activité physique.

En effet, les adolescents français n'arrivent que 119<sup>ème</sup> sur 146 pays dans le classement de l'activité physique.

Le Département du Loiret lance ainsi une nouvelle application : Mouv'it.



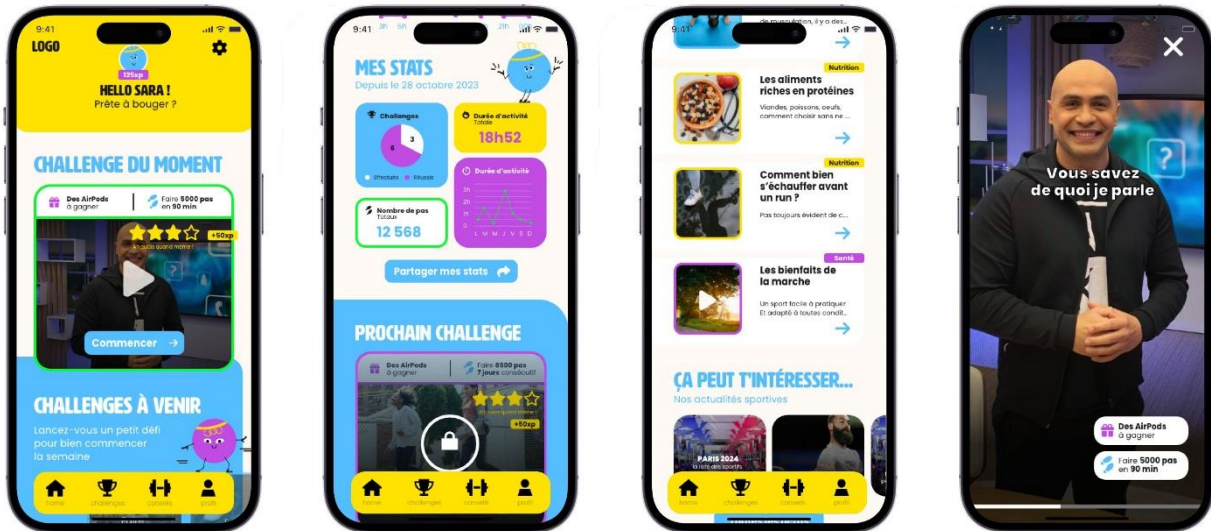
## I. Mouv'it, la nouvelle application pour faire bouger les jeunes

Le Département du Loiret lance une nouvelle application pour encourager les jeunes à pratiquer une activité physique quotidiennement.



### De nombreux challenges à retrouver

Descendre à l'arrêt de bus précédent, promenade tout le week-end, etc., chaque semaine, des challenges sportifs seront proposés par Nordine Attab, coach sportif orléanais, selon quatre niveaux de difficulté :



**Facile !** => 5 points

Durée : 1h maximum

Nombre de pas : 1 000 à 2 000 pas (équivalent 650 m à 1 300 m)

**Même pas peur !** => 10 points

Durée : 1 journée maximum

Nombre de pas : 2 000 à 4 000 pas (équivalent 1 300 m à 2 600 m)

**Ah oui quand même !** => 20 points

Durée : de 2 à 3 jours maximum

Nombre de pas : 4 000 à 12 000 pas (équivalent 2 600 m à 7 800 m)

**Super défi !** => 40 points

Durée : 5 jours en semaine ou 2 jours le week-end

Nombre de pas : en fonction du challenge

Chaque défi sera récompensé, après tirage au sort. Tickets de cinéma, jeux de société, cartes cadeaux, AirPods, etc., de nombreux lots sont à gagner.

Le Loirétain qui comptera le plus de défis réalisés remportera lui un vélo. Une fois tous les défis relevés, les participants auront réalisé 175 000 pas, soit les 115 km correspondant à une traversée du Loiret d'Est en Ouest. Un bel échauffement avant le passage du Relais de la flamme !

Les utilisateurs recevront également des conseils santé et nutrition d'experts, mais aussi de l'actualité sportive et des Jeux olympiques.

## Une application accessible à tous

L'application est gratuite et ouverte à tous, à partir de 11 ans.

Elle est disponible du 15 janvier au 5 juillet 2024 sur l'App Store et Google Play Store.



## L'activité physique, recommandée au quotidien

Les bienfaits de l'activité physique ne sont plus à démontrer. Même modérée, elle est un déterminant de santé physique et mentale à part entière.

Une activité physique régulière permet par exemple de prévenir certaines maladies, favoriser le sommeil, réguler l'humeur ou encore diminuer l'isolement social.

## II. Le Relais de la flamme olympique dans le Loiret

Le parcours du Relais de la Flamme Olympique sera une véritable épopée à travers plus de 400 villes pendant plus de deux mois.

Elle brillera dans le Loiret le **mercredi 10 juillet 2024**, plus particulièrement dans 7 communes.



Six relayeurs ont été choisis par le Département pour porter la Flamme tout au long de son parcours. Une collégienne, une jeune de la Maison de l'Enfance, une agent départemental travaillant avec les bénéficiaires du RSA, un senior, un athlète en situation de handicap, un

sportif de la Team Loiret... À travers les visages des relayeurs loirétains, ce sont ses compétences que le Département a voulu mettre en avant.

Le Relais de la Flamme mettra en lumière la beauté et la diversité de notre territoire, son histoire, ses panoramas exceptionnels, ses savoir-faire et talents, ses traditions mais aussi l'ancrage du sport dans nos territoires.



**DÉPARTEMENT DU LOIRET** · **Territoire durable**

45945 Orléans · **02 38 25 45 45** · [www.loiret.fr](http://www.loiret.fr)