Éco-jogging : Courir pour sa santé, agir pour la planète !

25 février 2025 à 12h 42 - ALPHA OUMAR BALDÉ

Plongez dans l’univers de l’éco-jogging, une initiative citoyenne qui conjugue activité physique et engagement écologique. Alors que les enjeux environnementaux deviennent de plus en plus pressants, des solutions innovantes voient le jour pour sensibiliser et inciter à l’action. En Guinée, l'éco-jogging s’affirme comme un véritable mouvement alliant sport et responsabilité écologique, où chaque pas devient un acte en faveur de la planète. Seydouba Sidibé, Point Focal Guinée de l'Association Internationale Éco-Jogging, nous éclaire sur cette dynamique en pleine expansion.

Éco-jogging : Un concept né d’une observation simple

L'éco-jogging est un mouvement mondial éco-citoyen qui associe activité physique et protection de l’environnement. *« C’est une pratique qui consiste à courir tout en ramassant des déchets pour les recycler. Cette idée simple mais puissante a été initiée en janvier 2017 à Lomé, au Togo, par Félix Tagba, journaliste de profession. Lors de ses joggings matinaux, il a constaté la présence de nombreux déchets sur son parcours, ce qui l’a poussé à agir et à partager son initiative sur les réseaux sociaux. Depuis, le mouvement a pris de l’ampleur, inspirant des milliers de personnes à travers le monde »*, explique Seydouba Sidibé.

Des bienfaits pour la santé et l’environnement

L’éco-jogging présente de nombreux avantages. *« Sur le plan de la santé, il favorise le bien-être physique, prévient certaines maladies comme les AVC et contribue à renforcer le système immunitaire. Côté environnemental, il permet de réduire la pollution visuelle et de promouvoir le recyclage »*, souligne Seydouba. Cette double dimension séduit de plus en plus d’adeptes, soucieux d’adopter des comportements éco-responsables tout en prenant soin de leur santé.

Une organisation dynamique en Guinée

Photo de famille - Coupe du monde Eco-jogging - Coyah ***Photo de famille - Coupe du monde Eco-jogging***

© 2026 Idimijan | Tous les droits réservés

En Guinée, l'éco-jogging est porté par diverses structures, allant des ONG aux établissements scolaires. *« L'organisation est flexible. Nous fournissons des kits (gants, sacs poubelle, masques, savon, eau de javel) pour faciliter la participation. Chaque dernier samedi de juin, nous célébrons la Journée mondiale de l'éco-jogging »*, précise Seydouba. L'engagement est remarquable, avec près de 50 organisations impliquées, dont l'ONG ACDI-Guinée, l'ONG CJCVF, l'ONG GDD, l'ONG CIPAD, Ecolotrip, ainsi que des lycées tels que 1er Mars, Senghor et Almamy Samory Touré de Kankan.

Un succès lors de la Coupe du Monde de l'éco-jogging

Seydouba Sidibé a joué un rôle clé dans l'organisation de la 3? édition de la Coupe du Monde de l'éco-jogging. *« J'ai préparé la candidature de la Guinée, mis en place une commission d'organisation, négocié des partenariats et assuré la logistique »*, détaille-t-il. L'événement a rassemblé plus de 1 000 participants et sensibilisé 4 000 personnes. Parmi les réalisations notables :

• La mobilisation de 25 structures dans le comité d'organisation ;

• L'obtention de cinq nouveaux partenariats (Enabel, ONU Volontaires, France Volontaires, Eau Yalika, Boissons Wofa) ;

• La participation de sept équipes (Guinée, Bénin, France, Tchad, Togo, JVS, UNV Guinée) ;

• La collecte et le recyclage de 168 kg de déchets plastiques.

Cet événement a renforcé la collaboration entre les structures de recyclage, les groupements de femmes et les établissements publics (centres de santé, marchés, écoles).

Seydouba Sidibé

Seydouba Sidibé

Des perspectives ambitieuses pour l'avenir

L'avenir de l'éco-jogging en Guinée s'annonce prometteur. Seydouba Sidibé prévoit plusieurs projets, notamment :

• L'organisation d'un championnat interscolaire pour réduire les déchets plastiques dans les écoles ;

• Une campagne de sensibilisation d'envergure impliquant les médias, les ministères, la présidence et les ambassades ;

© 2026 Idimijan | Tous les droits réservés

• L’accueil de la Coupe d’Afrique de l’éco-jogging en 2027.

Ces initiatives visent à renforcer la conscience écologique et à encourager des comportements durables. *« L’éco-jogging n’est pas qu’un sport, c’est un mode de vie »*, conclut Seydouba, invitant chacun à s’engager pour un avenir plus vert.

Alpha Oumar Baldé

© 2026 Idimijan | Tous les droits réservés