

HANSMETZGER
Hervé

PROGRAMME EDUCATIF FEDERAL

Santé	Engagement citoyen	Environnement	Fair-play	Règles du jeu et arbitrage	Culture foot
-------	--------------------	---------------	-----------	----------------------------	--------------



PROGRAMME EDUCATIF FEDERAL

Santé

Engagement
citoyen

Environnement

Fair-play

Règles du jeu
et arbitrage

Culture foot



Thématique de l'action : NUTRITION

Intitulé de l'action : J'ai faim !

Lieu : Saint-Alban Leysse (stade des Barillettes)

Public(s) et nombre de personnes concerné(s) : U9-U11-U13

Constat(s) et Objectif(s) : Les conséquences des fast food sur le corps / Pourquoi manger des fruits et des légumes / Une alimentation varié améliore les performances sportives

Personne(s) intervenante(s): Les joueurs et les éducateurs des catégories U9-U11-U13.

Descriptif synthétique de l'action : Nous nous sommes réunies dans le club house, devant une vidéo « C'est pas sorcier ». Cette vidéo est bien expliquée et ludique pour les enfants. Les joueurs ont adorés. Ils ont pu avoir des réponses à leurs questions sur l'alimentation. Nous avons donc ensuite modifier nos collations d'après match. Avant, c'était pain, jambon et fromage et à présent, c'est fruit (banane, orange...). Une prise de conscience pour certains et une habitude régulière pour d'autres. La mentalité du club, a également changé depuis cette intervention. Un projet est en cours: l'intervention d'une nutritionniste pour toutes les catégories du club.

