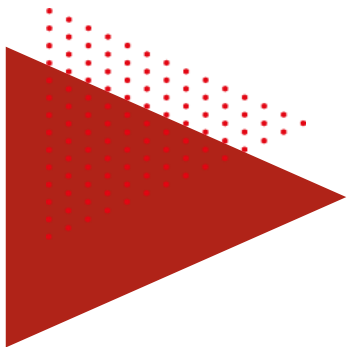




# PROGRAMME ÉDUCATIF FÉDÉRAL

FICHE ACTION







08/11/2021



	Indiquez le nom votre ligue, district et club
LIGUE	Pays de Loire
DISTRICT	Maine et Loire
CLUB	AC Longué

		
U6/U9	U10/U13	U14/U19
	X	

Mettre une croix dans la case que vous souhaitez

Choix de la thématique		Mettre une croix dans la case
	Santé	X
	Engagement citoyen	
	Environnement	
	Fair-Play	
	Règles du jeu et arbitrage	
	Culture foot	





# TITRE DE L'ACTION

Expliquez ici le détail de votre action en pensant à préciser:

- En cette période de vacances, et à l'occasion d'une demi-journée stage, 17 enfants de nos catégories U11/U13 étaient présents.
- Sous la houlette de Benoit (éducateur U13), Maël (service civique) et Jérôme (entraîneur général), les enfants ont pu échanger sur le thème SANTE ET HYGIENE DE VIE.
- Après 2h30 passées sur les terrains, nous nous sommes retrouvés en salle.

Au programme, par petits groupes de 4, et durant 15 minutes, les enfants ont échangé leurs idées et noté par écrit.

Puis un temps de partage et de mise en commun a eu lieu entre les groupes.

Nous avons insisté sur les bienfaits d'une bonne alimentation et hydratation, d'une bonne nuit de sommeil ainsi que les dérives (malbouffe, fatigue,...). Nous avons veillé également à ne pas négliger les soins (dents et douches) tout en faisant attention à certaines addictions telles les écrans, le tabac, la drogue, l'alcool, ...

Nous avons visionné une vidéo expliquant tout cela.

Enfin, pour clôturer cette demi-journée, nous avons partagé un goûter avec les enfants en proposant, du sirop à l'eau (pour éviter les sodas) et des madeleines (et éviter sucreries)



# INSÉREZ UNE PHOTO DE L'ACTION

