



# PROGRAMME EDUCATIF FEDERAL

## FICHE « ACTION »

Santé

Engagement  
citoyen

Environnement

Fair-play

Règles du jeu  
et arbitrage

Culture foot



FC Longuenée en Anjou

Vendredi 27 avril 2018

Nb participants 50 (5  
groupes)

District

Maine et Loire

Thématique

Santé



Nom de l'action

Bien s'alimenter

### Résumé de l'action

Lors du traditionnel stage de Pâques les 26 et 27 avril 2018, les joueurs et joueuses des catégories U9 à U11 ont participé à un petit exercice pour reconnaître les aliments à consommer régulièrement ou à limiter.

Cette action a été réalisée par Sébastien Guittière, responsable de l'école de foot.

Pendant 30mn, les joueurs et joueuses devaient piocher au hasard, un produit alimentaire dans un caddie et répondre à la question suivante : A quelle fréquence ce produit peut-être consommé ?

A limiter, 1 fois par jour, à chaque repas, à volonté ou au moins 5 fois par jour.



# PROGRAMME ÉDUCATIF FÉDÉRAL

Santé

Engagement  
citoyen

Environnement

Fair-play

Règles du jeu  
et arbitrage

Culture foot

