



LIGUE RHÔNE-ALPES DE FOOTBALL

L'AMOUR DU JEU

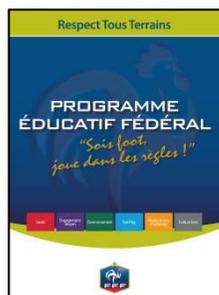
"Sois foot, joue dans les règles !"

Le Programme Éducatif Fédéral

Fiche « action »



NOM du Club ou de la Section Sportive : Football Club Vallée De La Gresse



2018-2019

Référent P.E.F. (Élu du club) : Arnaud RAVIX

Référent P.E.F. (Technicien du club) : Enzo ZUCARO

Mail : arnaud.ravix@outlook.fr

Mail : 1enzozucaro@gmail.com



Santé

Engagement
citoyen

Environnement

Fair-play

Règles du jeu
et arbitrage

Culture foot



Thématique : Santé

Nom de l'action : L'alimentation

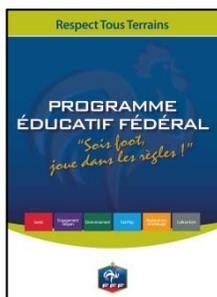
OBJECTIF

- Faire comprendre aux jeunes l'importance de bien s'alimenter



DESCRIPTIF

- Lors d'un stage, les jeunes ont pu découvrir comment manger équilibrer et éviter le grignotage.



Date et lieu : Varcès, avril 2019

Action ponctuelle

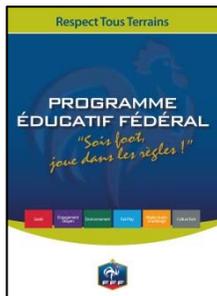
2018-2019

Catégorie(s) concernée(s) : U8 à U17

Nombre de participants : 25



Retour en images sur la manifestation :



2018-2019

L'ALIMENTATION

VOUS :

SUCRES
GRAS
PROTEINE

SUCRE :
PAIN
GATEAUX
SODA
DESSERTS

PROTEINE :
VIANDE
OEUF
POISSON

GRAS :
FRITES
CHIPS
BEIGNETS

NORMAL :

SUCRES
PROTEINE
GRAS

MANGER 5 FRUITS ET LÉGUMES PAR JOUR.

SI ON MANGE VITE, ON AURA VITE FAIM APRÈS.

3 REPAS + 1 GOÛTER