



# 520691 - ASPTT HYERES

## Sensibilisation nutrition

### ACTION

**Nom de l'action**

Sensibilisation nutrition

**Date de l'action**

07/04/2026

**Public cible**

Globalité du club

**Nombre de participants**

50

**Thème de l'action**

Santé




**Fiches liées**

Bien manger, c'est mieux jouer

S'alimenter pour jouer

S'hydrater pour jouer

## **Descriptif de l'action**

Dans le cadre du Programme Éducatif Fédéral et à l'occasion de la Journée mondiale contre l'obésité, le club de l'ASPTT Hyères a mis en place plusieurs actions de sensibilisation à la nutrition pour ses jeunes licenciés.  Pour les U10 et U11 : Une intervention a été organisée en collaboration avec le BTS Diététique de Formagroupe La Valette (intervenants, élèves et responsable pédagogique). Les enfants ont participé à 5 ateliers ludiques et interactifs : Reconnaissance des familles d'aliments Identification des produits sucrés Composition d'un repas équilibré Échange sur les habitudes alimentaires Réalisation de smoothies à l'aide de la Smoothyclette Ces ateliers ont permis d'apprendre en s'amusant tout en favorisant les échanges.  Pour les U15 : Le groupe a bénéficié d'une intervention de Tom Narcy, diététicien nutritionniste. Les joueurs ont été sensibilisés aux bonnes pratiques alimentaires : Avant, pendant et après l'entraînement Les jours de match Gestion de l'énergie et de la récupération L'intervention s'est conclue par un apéro healthy, organisé par les joueurs, leur permettant de mettre en pratique les conseils abordés.  Prolongement de l'action : Lors des entraînements suivants, des quiz éducatifs ont été mis en place afin de tester les connaissances acquises par les joueurs et renforcer les apprentissages de manière ludique. Encadrement Éducateurs du club Intervenants du BTS Diététique de Formagroupe La Valette Tom Narcy Moyens utilisés Ateliers pédagogiques Supports visuels et jeux éducatifs Smoothyclette Intervention orale et échanges interactifs Quiz lors des séances d'entraînement Bilan / Résultats Forte participation et implication des joueurs Bonne compréhension des notions abordées Prise de conscience de l'importance de l'alimentation Mise en pratique concrète (apéro healthy) Validation des acquis via les quiz réalisés aux entraînements Axes d'amélioration Renouveler ce type d'action sur la saison Impliquer davantage les familles Mettre en place un suivi des habitudes alimentaires LIEN VERS LES RESEAUX SOCIAUX :<https://www.facebook.com/share/p/18BpAAEZQN/> <https://www.facebook.com/share/p/1DNWgXk1Mp/>

## **Commentaire**

<https://www.facebook.com/share/p/18BpAAEZQN/> <https://www.facebook.com/share/p/1DNWgXk1Mp/>

## **Photo(s)**





