

USEP LA RÉUNION



mon asso BOOSTÉ mon cerveau

SOBATKOZ EK BANN PARAN

SESSION 1 - 1430 - 20 personnes
octobre/novembre 2022

Sensibilisation des parents sur le
triptyque Activités physiques / Alim-
entation / Sommeil

- Intervention sur le sommeil par le Réseau pédiatrique 974.
- Distribution de l'Agenda du Sommeil et du Livret illustré *Mon Association Booste Mon Cerveau*.

SESSION 2 - 4H - 20 personnes
novembre/décembre 2022

Atelier restauration équilibrée d'un
jeune sportif

- Intervention d'un nutritionniste de l'Institut Régional d'Éducation Nutritionnelle (IREN).
- Réalisation de menus types pour les journées sportives d'un enfant.

LA RENCONTRE SPORTIVE ASSOCIATIVE (R.S.A)

Minimum 3 classes (env. 100 pers.)
Décembre à juin 2023

Organisation d'une rencontre sportive associative

- Une classe est organisatrice.
- Les enfants organisateurs choisissent les activités sportives.
- Les parents participent à des ateliers sur l'alimentation et le sommeil, et à la préparation du déjeuner.



→ La classe volontaire s'engage dans la mise en place des 3 sessions du projet.

→ Le comité Usep fait le lien avec les partenaires (Pédiatrie 974, IREN, ...) et assure les dépenses inhérentes au projet.



Plus d'infos
0692 85 16 36