

LES COUPS DE COEUR

LANNION FC



Nos **U17-U18** ont pris part à une action du PEF dédiée à la sensibilisation aux drogues et à l'alcool, avec un focus particulier sur les snus et pouches, des pratiques en hausse chez les jeunes. L'intervention, menée par trois intervenantes du CJC (Consultation Jeunes Consommateurs), a permis un échange ouvert et instructif, favorisant la réflexion et la prise de conscience autour de la santé et du bien-être du sportif.



AM.LAIQ. DE COATAUDON



Samedi 10 janvier, une session de sensibilisation de 20 minutes a réuni 14 joueurs **U14G** autour de thèmes clés : **alimentation, hydratation, sommeil et prévention des blessures liées à la croissance**. Menée dans un esprit d'échange et de bienveillance, cette intervention a permis de responsabiliser les jeunes et de leur transmettre des outils concrets, partagés ensuite avec leurs familles pour un suivi au quotidien.



US ILLET FORÊT



Un temps d'échange a été organisé avec les **U13** autour des effets néfastes de l'alcool, du tabac et du cannabis. À l'aide de fiches pédagogiques issues du BMF, les jeunes ont été sensibilisés aux risques liés à la consommation de ces substances. Ce moment a favorisé le dialogue, la réflexion et la prise de conscience. L'objectif était d'encourager des comportements responsables, en lien avec la santé et la pratique sportive.



AURAY FC



Une action de sensibilisation a été menée auprès des **U12** sur les bonnes pratiques du sportif. L'intervention visait à expliquer l'importance de l'échauffement, des étirements et de l'hydratation en lien avec le football. Une **éthiopathe**, Charlotte Gourin, est intervenue pour apporter des explications adaptées et concrètes aux jeunes joueurs. Un support visuel a permis de favoriser la compréhension et l'implication des enfants autour de la prévention des blessures.





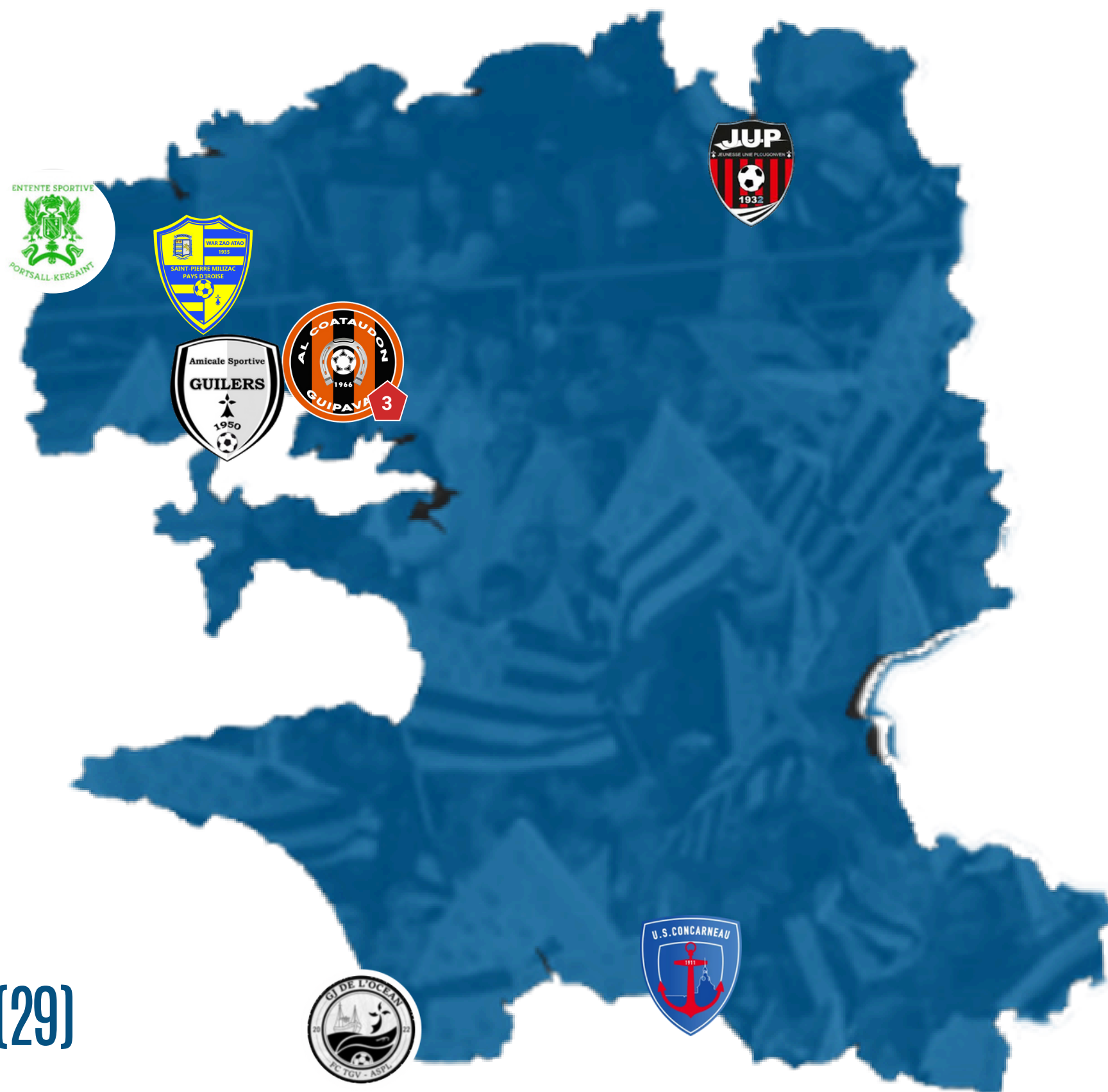
JANVIER 2026 SANTÉ



DISTRICT CÔTES D'ARMOR (22)



JANVIER 2026 SANTÉ



DISTRICT FINISTÈRE (29)





JANVIER 2026

SANTÉ



DISTRICT ILLE-ET-VILAINE (35)





JANVIER 2026 SANTÉ



DISTRICT MORBIHAN (56)

