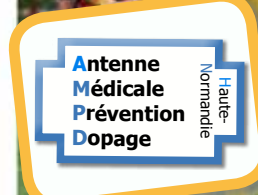




SPORTIFS :
Et si la performance était dans votre assiette ?
- Réseau SPORT NUT HN -



Le coaching nutritionnel en club sportif

Le coaching nutritionnel fait partie intégrante de la préparation sportive. On dit d'ailleurs que la performance commence à table. Le contenu de l'assiette joue en effet un rôle non négligeable dans l'optimisation de l'entraînement. Faut-il pour autant être un expert en nutrition sportive ? Non. Les règles les plus simples sont souvent les meilleures mais encore faut-il bien les connaître et sortir des idées reçues.

Le projet régional "SPORT NUT HN"

Depuis 2010, la DRJSCS, le CRES-IREPS, le PLSP et l'AMPD développent un dispositif d'animation collective en club sur la nutrition du sportif. L'intérêt d'un coaching collectif permet de développer une culture commune sur le sujet, de déplacer les croyances du groupe et de travailler dans le sens de la cohésion (selon les tranches d'âge et les niveaux de performance). L'éducation nutritionnelle est un outil réel de prévention des conduites dopantes en milieu sportif (qui commencent avec des compléments alimentaires, des boissons énergisantes...).

DRJSCS : Direction Régionale de la Jeunesse, des Sports et de la Cohésion Sociale

CRES-IREPS : Instance Régionale d'Éducation et de Promotion de la Santé

PLSP : Pôle Libéral de Santé Publique

AMPD : Antenne Médicale de Prévention du Dopage





Le réseau des animateurs référents

Pour ce faire, un réseau de professionnels de la nutrition et du sport a été formé en région, constituant ainsi le réseau régional des animateurs référents SPORT NUT. Ces intervenants, professionnels formés à la nutrition du sportif et à la prévention des conduites dopantes, peuvent intervenir dans les clubs selon la demande (cf. listing contact en dernière page de la plaquette).

Le soutien financier des actions

Par ailleurs, afin de faciliter la mise en place d'animations, les clubs peuvent solliciter si besoin un soutien financier de la part de la DRJSCS pour rémunérer les animateurs. Cette aide correspond à une participation forfaitaire de 100€ maximum par séance dans la limite des fonds attribués au dispositif en 2011 et sous condition d'animation en club sportif agréé, organisée en séance(s) collective(s) d'au minimum 1h30. Au maximum, 2 séances peuvent être soutenues financièrement. Cette aide financière souligne la politique volontariste de la DRJSCS pour impulser une dynamique d'animation sur le territoire.



Pour obtenir le soutien financier DRJSCS pour vos actions, vous devez :

- être un club sportif titulaire d'un agrément Jeunesse et Sport
- solliciter un animateur référent (cf. listing contact en dernière page de la plaquette)
- organiser des séances d'une durée minimale d'1h30
- suivre la procédure administrative (décrite dans le dossier de demande de subvention)

Pour obtenir le dossier de demande de subvention :

- Consulter le site de la DRJSCS (téléchargement du dossier)
<http://www.haute-normandie.drjscs.gouv.fr>
- Contacter Sylvie GUÉRENTE, médecin conseiller du directeur
02 32 18 15 93 / sylvie.guerente@drjscs.gouv.fr





LISTING CONTACT

des animateurs référents « SPORT NUT Haute-Normandie »

YVETOT ●

GOSSELIN Nicolas
02 35 95 12 74
diet.gosselin@gmail.com

LE HAVRE ●

DUVAL Muriel
06 71 04 91 78
muriel.duval5@wanadoo.fr

MOY Frédérique
02 35 55 98 76
contact@nutritionniste-moy.com

PERIER-ROSSI Sophie
06 87 13 72 40
srossi60@hotmail.fr

EURE - OUEST

BOURG-ACHARD ●

LAINÉ Aude
02 32 42 20 20

LE BOSQ ROGER EN ROUMOIS ●

LOUREIRO José
06 64 94 21 80
j.loureiro@hotmail.fr

NEUFCHATEL EN BRAY ●

STRAGIER Camille
06 71 03 55 99
camille_stragier@orange.fr

AGGLOMÉRATION ROUENNAISE

GRAND-QUEVILLY

AUFFRET MAROUANE Halima
halima.marouane@wanadoo.fr

LE MESNIL ESNARD

SAUTERAUD Dominique
02 35 73 74 86

MONT-SAINT-AIGNAN

JOUAN Catherine
06 01 87 05 94
jouancatherine@sfr.fr

MONT SAINT AIGNAN

MORELLE François
02 35 71 91 07

ROUEN

AUFFRET Jean-Christophe
docjca@orange.fr

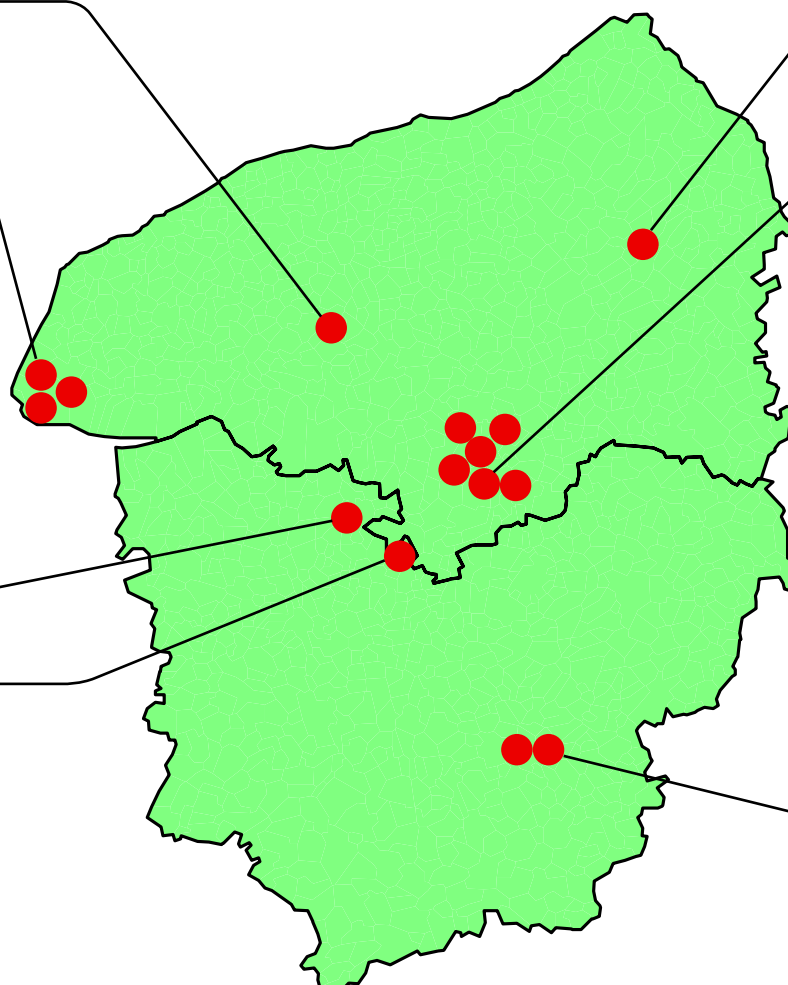
SOTTEVILLE LES ROUEN

BEN ROMDAN Sonia
06 43 36 17 21
s.benromdan@gmail.com

EVREUX ●

CHEVALIER Sandrine
02 32 39 50 71
san8@wanadoo.fr

JACQUIER Audrey
06 21 92 57 25
jacquier.a@laposte.net



Référente du réseau
"Sport Nut"

Docteur Sylvie GUÉRENTE
02 32 18 15 93
sylvie.guerente@drjscs.gouv.fr