



863952 - A. S. DE VELAINÉ EN HAYE

Escape Game ASVH

ACTION

Nom de l'action

Escape Game ASVH

Date de l'action

15/01/2025

Public cible

U6-U9

Nombre de participants

12

Thème de l'action

Santé

Descriptif de l'action

À l'ASVH, la santé de nos jeunes est une priorité essentielle. Comprendre le fonctionnement de leur corps et être conscient des risques liés aux addictions sont des éléments clés pour préserver leur bien-être, tant physique que mental. Nous sommes convaincus qu'il est indispensable de transmettre ces notions de manière sérieuse, tout en restant ludique et adaptée à leur âge. L'organisation d'un Escape Game nous permet d'allier ces deux objectifs, en proposant une activité à la fois éducative et amusante. Ainsi, nos jeunes champions ont affronté cette semaine un défi inédit au sein de l'ASVH : un mystérieux Virus de la Paresse s'est abattu sur l'équipe, privant les joueurs de leur énergie et mettant en péril leur participation au grand tournoi de la saison. Heureusement, nos U8-U9 se sont mobilisés pour sauver l'équipe à travers cet Escape Game ludique et éducatif, en trois étapes !

Étape 1 : La Nutrition Dans le vestiaire, les enfants ont dû chercher et répondre à des questions cruciales (des indices étaient inscrits un peu partout dans le vestiaire) : - Combien de fruits et légumes faut-il manger par jour ? - Quelle est la meilleure boisson pour s'hydrater ? - Combien de litres d'eau un enfant doit-il boire chaque jour ? Une fois réussi, ils avaient pour mission de trouver un code qui était écrit sur le tableau. Ils ont réussi à déverrouiller le cadenas avec ce code pour sortir de la pièce et redonner de l'énergie à l'équipe grâce à une alimentation équilibrée !

Étape 2 : Le Sommeil Direction la salle des arbitres, où les jeunes joueurs ont trié des cartes pour différencier les bonnes et mauvaises habitudes de sommeil comme : - Éteindre les écrans une heure avant de dormir (bonne habitude) - Jouer aux jeux vidéo jusqu'à tard (mauvaise habitude) Grâce à leurs efforts, ils ont découvert un mot-clé magique : ÉNERGIE en assemblant les premières lettres de chaque bonne habitude, leur permettant d'annihiler partiellement le Virus.

Étape 3 : Les Muscles Enfin, dans la dernière salle, nos jeunes sportifs ont relevé des défis physiques et intellectuels : - Reconstituer un puzzle du corps humain, dont les morceaux étaient cachés dans la pièce, en identifiant les muscles (pectoraux, abdominaux, biceps...). - Réaliser un rébus (Le sport c'est la santé). Mission accomplie ! Nos joueurs ont redonné toute leur puissance à l'équipe, qui est désormais prête pour le tournoi.

Commentaire

Action réalisée par Rose DEMOULIN dans le cadre de son service civique

Photo(s)



