

undefined - dimanche 24 novembre 2024

Actu locale | Vallée du Rhône

LUZINAY

Les Z'Amies Foot participent au programme Atoutform'

Recueilli par Françoise Granjon



De gauche à droite : Patricia Vittorelli, Pascaline Boulard, Marie-Christine Goubie, secrétaire et Agnès Verpillat-Gully, secrétaire adjointe. Photo Le DL/Françoise Granjon

L'association "Les Z'Amies Foot", dont l'objectif est de développer la pratique du sport et du football, en particulier pour les femmes de plus de 50 ans, rentre dans le programme "Atoutform'" de la Fédération sportive et culturelle de France (FSCF).

Entretien croisé avec Pascaline Boulard, référente santé du comité départemental du Dauphiné de la FSCF, et Patricia Vittorelli, entraîneuse des Z'Amies Foot.

Pascaline Boulard, en quoi consiste le programme Atoutform' ?

« Atoutform' est un programme de santé publique. Il est prouvé qu'une pratique d'une activité physique adaptée et modérée participe à la préservation du capital santé, aide à lutter contre la sédentarité, le vieillissement et l'isolement. C'est en cherchant à concilier ces valeurs que la FSCF a conçu ce programme pour tous, inscrit dans le plan national "Sport, santé, bien-être". »

À qui s'adresse ce programme ?

« Atoutform' s'adresse tant aux personnes soucieuses de pratiquer des activités (sportives et culturelles) régulières, adaptées à leur capacité physique et leur rythme de vie, qu'aux personnes fragilisées par la maladie, le handicap ou l'âge. Les besoins de ces publics étant différents, Atoutform' se décline en trois thématiques : Atout +, Form + et Bouge +. »

Patricia Vittorelli, quelle est la première étape des Z'Amies Foot dans ce programme Atoutform' ?

« Après la certification par la FSCF, nous rentrerons dans la première étape d'Atoutform'. C'est une reconnaissance des actions menées pour la santé, avec la signature d'Atout +. Notre objectif et notre projet santé sont de développer la pratique du sport et du football, en particulier pour les femmes de plus de 50 ans, en six pôles : foot santé, foot plaisir, foot loisir, foot découverte, foot humanitaire et foot intégration. Il s'agit aussi de favoriser l'intégration de femmes âgées de toutes cultures et religions et donner la possibilité d'accéder à cette discipline ou à tout autre sport. Mettre le sport santé et ses bienfaits en avant est une évidence, c'est un bon moyen de penser à autre chose qu'à ses petits bobos. Ce n'est pas une surprise, le football, comme le sport en général, c'est bon à tout âge ! »