

undefined - mercredi 26 août 2026

Actu locale | Vienne - Vallée du Rhône

LUZINAY

Les sportifs à l'honneur : Nathalie Choucha

Propos recueillis par Françoise Granjon



*Pour Nathalie Choucha, le rôle des Z'amies foot ne se limite pas au sport, mais favorise, aussi, le lien social.
Photo Françoise Granjon*

Cet été, *Le Dauphiné libéré* a souhaité mettre à l'honneur les sportifs de tous âges, issus de nos clubs locaux. Aujourd'hui, Nathalie Choucha, du club des Z'amies foot de Luzinay.

À quel âge avez-vous commencé le foot ?

« Je pratique le football depuis l'âge de 9 ans. J'ai démarré avec une équipe de garçons. À 16 ans, j'ai pu intégrer en sur-classement une équipe senior féminine. J'ai fait partie pendant de nombreuses années de l'équipe de détection Loire. De 20 à 55 ans j'ai évolué dans plusieurs clubs dont l'AS Roanne en première division régionale. »

Que représente le foot pour vous ?

« Le football est bien plus qu'un sport pour moi, c'est une passion qui m'accompagne depuis toujours. J'ai été attirée très jeune par l'esprit d'équipe, le plaisir de jouer ensemble et les

émotions que procure chaque match. Au fil des années, mon objectif n'a pas changé : continuer à prendre du plaisir et rester active. Le sport m'apporte beaucoup : il me permet de me sentir bien physiquement et mentalement, de garder confiance en moi et de rester dynamique. Le football fait partie de mon identité, il m'a construite et m'accompagne encore aujourd'hui. Le football fait partie de mon équilibre de vie, il me donne une vraie énergie au quotidien. »

Quelles sont vos motivations ?

« Ce qui me motive, c'est le collectif, les liens que l'on crée et le fait de se dépasser. Chaque entraînement, chaque match est un moment de partage et de satisfaction personnelle. »

Qu'est-ce que vous aimeriez transmettre ?

« J'aimerais donner cette envie aux plus jeunes mais surtout démontrer que l'on peut pratiquer à tout âge par l'intermédiaire de l'association les Z'amies foot de Luzinay. Le travail fourni par cette association est très important et elle propose des entraînements et des moments de jeu accessibles à tous les niveaux, dans une ambiance conviviale. Son rôle ne se limite pas au sport : elle favorise aussi le lien social, les échanges et le plaisir de se retrouver entre femmes partageant la même passion. C'est un espace où l'on peut rester active, prendre soin de sa santé et garder confiance en soi »