

LUZINAY

Z'Amies foot : « Nous construisons de la confiance en soi et du lien social »



Les Z'amie foot agissent en faveur du bien-être et du sport santé. L'association vient d'être récompensée par un trophée.

L'association de Luzinay, Les Z'amies foot, a été récompensée pour son engagement unique en faveur du bien-être par le football. Cette association témoigne de la capacité d'une structure associative à répondre concrètement aux enjeux actuels, notamment de la lutte contre la séentarité et l'isolement. Patricia Vitorelli, fondatrice du club, coach, ne cache pas sa fierté et revient sur cette distinction.

Pour quelles raisons, les Z'Amies Foot ont-elles été récompensées ?

« L'association a été mise à l'honneur, cette semaine par le CDOS de l'Isère (comité départemental et sportif) en recevant le prestigieux trophée dans la catégorie sport santé. Cette distinction vient saluer l'engagement de l'association à utiliser le football comme un outil puissant de promotion de la santé physique et mentale pour toutes ses adhérentes. La cérémonie s'est déroulée mardi 2 décembre à Montbonnot-Saint-Martin, en présence du président du CDOS Isère Jean-Michel Sola, de Martine Kholly vice-présidente du département

et de Didier Gautier, président du comité départemental du Dauphiné de la FSCF (Fédération sportive et culturelle de France). »

Que propose l'association ?

« Un football ouvert et bénéfique à ses adhérentes. Crée il y a ans deux ans et demi, l'association les Z'Amies Foot s'est toujours distinguée par son approche inclusive. Au-delà des compétitions classiques, elle a mis en place plusieurs initiatives dédiées au sport santé, notamment par des séances adaptées à l'âge et parfois à certaines pathologies. Des journées découvertes avec des sessions combinant ateliers ludiques de football, étirements, assouplissements, intervention sur les bienfaits du sport sur la santé d'une cardiologue licenciée au club et les précautions à prendre pour reprendre et pratiquer. Des tournois intergénérationnels, matchs amicaux favorisant le lien social et l'activité physique pour tous les âges. »

Qu'est-ce que représente ce trophée pour vous ?

« Ce prix est la reconnaissance d'une conviction profonde : que l'âge n'est pas une barrière, mais un nouveau départ. Notre association est née d'un constat simple, le sport et la santé sont des piliers essentiels pour le bien-être et l'épanouissement des femmes après 50 ans. Chaque jour, nous nous efforçons de créer un espace de confiance, de soutien et de dynamisme où nos adhérentes peuvent reprendre possession de leur corps, de leur énergie et de leur vie sociale. Nous ne faisons pas que du sport, nous construisons de la confiance en soi et du lien social ».