

# 3. Les bienfaits du football



## Constat :

Outre les bienfaits sur la santé, le football est une véritable école de rigueur et de discipline qui réunit de nombreux ingrédients permettant aux jeunes de s'épanouir.



## Enjeux :

- Faire prendre conscience aux enfants et aux parents des bienfaits du football sur la santé :
  - santé physique,
  - santé psychologique,
  - santé sociale.



## Propositions de messages clés :

« Jouer au football, c'est avant tout se faire plaisir. »

Moment conseillé pour faire passer ce message ► de façon régulière

« L'entraînement vous fait progresser et vous maintient en bonne santé ! »

Moment conseillé pour faire passer ce message ► à l'entraînement

« Grâce au football, vous faites partie d'une équipe, d'un groupe où tout le monde s'entraide. »

Moment conseillé pour faire passer ce message ► avant un match



## Fiche de référence :

- Ce que le football m'apporte !  
**Recommandation** ► distribuer cette fiche aux licenciés, aux parents ainsi qu'aux éducateurs.