

FEVRIER 2026

Mobilisation le samedi 21 mars



La Commission Citoyenneté lance une mobilisation collective destinée à soutenir une école togolaise à travers une action sportive et éducative.

Objectif : collecter du matériel sportif (ballons, plots, chasubles, maillots, shorts, chaussures) ainsi que des fournitures scolaires (cahiers, stylos, kits essentiels) afin d'accompagner les jeunes élèves dans leur quotidien.

Modalité : récupération du matériel directement sur les plateaux jeunes (U6 à U11) à votre demande et sur tout le territoire par les représentants du District.

Afin de nous organiser, merci de revenir vers nous via l'adresse mail :

SECRETARIAT@meurtheetmoselle.fff.fr

Chaque club est invité à participer à cette action solidaire en organisant une collecte interne et en sensibilisant ses licenciés aux valeurs d'entraide et d'ouverture.

☛ Une opportunité concrète d'inscrire le football au service de la solidarité internationale et de donner une dimension éducative forte à l'engagement des clubs.

Mobilisation le samedi 21 mars

Dans le cadre de leur engagement au sein du Programme Éducatif Fédéral (PEF), plusieurs volontaires en service civique ont récemment participé à une action solidaire auprès des bénévoles des Resto Club. Cette initiative illustre pleinement la dimension citoyenne portée par le football et la volonté de sensibiliser les jeunes aux valeurs d'engagement et de solidarité.

Organisée par Olivier Lefebvre pour le District de Meurthe-et-Moselle de Football, cette rencontre a réuni Bilal IPEK et Cyprien CHENEST ESTIENNE (FC Lunéville), Valentine KOCH (District de Meurthe-et-Moselle de Football) et Ava HUSSON (ACBD Blainville Damelevières).

Accueillis chaleureusement par l'équipe de bénévoles, les volontaires ont pu découvrir le fonctionnement de la structure, les actions menées au quotidien et l'investissement constant nécessaire pour répondre aux besoins des bénéficiaires. Les échanges ont mis en lumière des valeurs fondamentales : entraide, respect, écoute et responsabilité.

Parmi les bénévoles, Laurence s'est particulièrement distinguée par son énergie et sa capacité à transmettre le sens de son engagement. Son témoignage, empreint de sincérité, a permis aux jeunes de mesurer concrètement l'importance du bénévolat dans le maintien du lien social. Cette immersion a constitué un temps fort du parcours des services civiques engagés dans le PEF. Au-delà de la découverte, elle a permis une prise de conscience réelle de l'impact de l'action solidaire sur le terrain.

Comme l'a confié l'un des volontaires à l'issue de la visite :

« Ça m'a mis une claque. »

Une phrase simple, mais révélatrice de l'intensité de cette expérience et de la portée éducative de l'engagement citoyen porté par le football



L'action coup de coeur du mois

Thématique : Engagement citoyen

Dans le cadre du Programme Éducatif Fédéral, le Val de l'Orne Football Club a organisé une maraude solidaire dans les rues de Metz avec 10 jeunes U10 à U13.

Accompagnés de parents volontaires, les enfants sont allés à la rencontre des personnes en situation de grande précarité afin de distribuer brioches des rois, boissons et friandises pour chiens. Au fil des échanges, ils ont pris le temps de dialoguer, de tendre la main et d'apporter un moment de chaleur humaine dans une période marquée par les fêtes de fin d'année.

Inscrite dans la thématique « Engagement citoyen », cette action a permis aux jeunes de vivre concrètement les valeurs de solidarité, de respect et de partage. Une démarche simple, directe et profondément éducative, qui donne tout son sens à l'engagement d'un club au-delà du terrain.



Petits conseils pour une bonne reprise

Afin de retrouver les terrains dans les meilleures conditions et de limiter le risque de blessure

Reprise progressive

Après plusieurs semaines de repos, le corps a besoin de temps pour se réadapter à l'effort. Éviter les efforts intenses dès le début.

Hydratation, Alimentation

Boire régulièrement de l'eau, même en hiver. Adopter une alimentation équilibrer pour recharger les réserves d'énergie. Reprendre un rythme de sommeil régulier.

Matériel vérifié

Veillez à avoir une tenue d'entraînement et des chaussures adaptées et en bon état pour pratiquer.

Un conseil primordial : **s'écouter**. Restez attentif à vos sensations. Prenez le temps de bien vous échauffer et de récupérer après l'effort. N'hésitez pas à prévenir votre éducateur en cas de gêne. L'objectif est simple : reprendre collectivement, en toute sérénité, et retrouver durablement le plaisir du jeu.