



## La pratique Plaisir – Santé - Bien-être de la FFHB

### • UN ENJEU DE SANTE PUBLIQUE

La Fédération Française de Handball s'est résolument engagée dans la mise en œuvre d'un plan Handball et santé s'articulant autour de 3 axes :

- **Développer la pratique du handball comme facteur de santé publique**
- **Promouvoir la pratique du Handball comme facteur de santé publique**
- **Être reconnu comme acteur de santé publique**

HANDFIT est, de ce fait, une offre de **pratique « Plaisir - Santé »** qui constitue une étape importante de cet engagement et **la prise en compte des préconisations du Plan National de Prévention par l'Activité Physique ou Sportive et du Plan National Nutrition Santé 2011 – 2015.**

Ainsi la FFHB, forte de ses 2400 structures souhaite, par cette offre de pratique, prendre pleinement sa place comme acteur contribuant à améliorer la santé des populations, à prévenir les facteurs de risque et repousser les manifestations du vieillissement.

HANDFIT a pour l'heure vocation à accueillir des publics dans une optique de prévention dite « primaire » mais se destine, à termes, en appui de la **structuration progressive d'un réseau de structures de clubs « partenaires santé »** et **d'intervenants professionnels formés**, à s'engager dans l'accueil de public dans un cadre de prévention « **secondaire** » et « **tertiaire** ».

### • LA REPONSE A DES BESOINS

HANDFIT propose, donc, avant tout **une logique d'activité à dominante psycho-sociale** où l'on vient pratiquer une activité physique, en groupe, avec le souhait de son bien-être, de sa santé mais dans une optique interrelationnelle de partage, d'échanges et de convivialité. **La recherche du plaisir dans une constante dynamique de groupe est un élément essentiel d'HANDFIT.** En ce sens, HANDFIT est une pratique collective au service de la santé de l'individu

### • UN VECTEUR DE DEVELOPPEMENT

La pratique HANDFIT doit permettre à la FFHB, de proposer à **des publics nouveaux**, une possibilité de pratique répondant à **des besoins jusque-là non couverts.** Il s'agit là de fidéliser une **population dès 30 ans** et ce, sans limite particulière d'âge ouvrant ainsi des champs de collaboration avec des structures d'accueil pour personnes âgées. Par ailleurs, l'élargissement progressif de la pratique dans une optique de prévention secondaire doit permettre l'accueil de publics plus jeunes inscrits dans des programmes de lutte contre l'obésité ou de traitement du diabète.

En outre HANDFIT sera **une possibilité offerte aux parents, conjoints et plus largement familles** des personnes déjà adhérentes d'intégrer le club et aux licenciés eux-mêmes de compléter leur pratique.

Enfin, HANDFIT du fait de son concept, a vocation à **se rapprocher du monde de l'entreprise** en y proposant une pratique permettant de contribuer à limiter la fatigue, le stress et l'absentéisme au travail.