

imagine

www.imaginetonfutur.com > ton futur

4
MAI/JUIN 2006

Foot

Guy Roux rôle

Pratique

Tes vacances
en V.O.

Test

Pour quel sport
es-tu fait ?

People

Leur premier rêve,
premier boulot,
premier salaire



DOSSIER

Les métiers du sport

EXCLUSIF ! Hugo Lloris

Gardien de but de l'OGC Nice : le junior
de la Ligue 1 raconte son incroyable ascension



APPRENTISSAGE

**JEAN-LOUIS
BORLOO**

RÉPOND   NOS
QUESTIONS

page 5

ENFIN UNE BANQUE
QUI VOUS FAIT

VIBRER!

Découvrez vite
tous les avantages
de la nouvelle offre
NRJ mobile

dans les caisses de Crédit Mutuel
participant à l'opération.



le nouvel opérateur

Crédit Mutuel
LA banque à qui parler

© Imagine ton futur



Ils nous font rêver ! Tous ces champions que les médias mettent sur le devant de la scène nous font rêver. Ils sont doués, performants, pour eux tout semble tellement simple. Douleur physique ? Préparation mentale ? Capacité de

concentration ? Les heures d'entraînement qui s'enchaînent jour après jour... ne sont certainement pas au programme des médias. Mais qu'à cela ne tienne ! Comme dit Noah « le sport est avant tout un mode de vie. » Former une équipe, se concentrer, être rigoureux, vouloir gagner, être humble aussi... finalement ce sont des mots que de très nombreux pros utilisent quand ils nous racontent leur quotidien. Alors, plutôt que de rester spectateur devant ton ordinateur ou ta télé toute la journée, profite de ces deux mois pour oxygéner tes muscles, et si muscler ton corps te rebute... muscle ta tête en pratiquant une autre langue, en faisant du sudoku ou des mots croisés : bref, ne bronze pas idiot. Le temps passe si vite : comme cette année déjà envolée ?

Nathalie

imagine
- ton futur

Siège social
18, Bd Edgar Quinet 75014
Paris - Tel : 01 45 00 26 01.
Fax : 01 42 18 10 92 -
contact@imaginetonfutur.com

Directrice de la publication et de la rédaction :
Nathalie Vétrand

Rédactrice en chef :
Sophie Hagège

Responsable dossier :
Marc Aumont

Directeur Artistique :
Patrick Desquines

Ils ont collaboré à ce numéro : Catherine Attia-Canonne, Marie Descottes, Juliette Labarome, Marie Pavlenko.

Responsable Diffusion & Web : Natasha Oleksiak

Editeur : Imagine ton futur SARL au capital de 65 000 € - 127, bd Saint-Michel 75005 Paris
Principaux actionnaires : Nathalie Vétrand, Pierre Ferracci, Yves de Karatem
Photo de la couverture : Banana/Photonstop Détoné : Pascalito, En vignette : Nice Matin - DGC Nice
Illustrations : Pica/Errac
Régie Publicitaire : ProxiRégie Stéphane Bodier 47, avenue de l'Europe 92 400 Courbevoie Tel : 01 40 90 05 17 www.proxiregie.fr
Imprimeur : Quebecor France Tirage : 250 000 exemplaires
Dépôt légal à parution

4 actu/people

8 Ping-pong

Guy Roux, l'entraîneur de foot, râte, ce qui ravit Michel, prof d'EPS !

10 Ils se confient

Sonia Rolland (Léa Parker à la télé), Alexandre Astier (mister Kaamelott) et la bande de magiciens de Jugnot junior : confidences.

12 Ils cartonnent

Ce premier job qu'ils adorent, ils te l'expliquent et te le font partager.

4/5 Entre nous

L'apprentissage te concerne : Le ministre de l'emploi s'explique !

6 Tu connais ?

Pilote d'hélico, fondeur, homme sage-femme : des métiers singuliers auxquels tu n'avais pas pensé.

Les métiers autour du sport 14

Technicien acrobatique, coach sportif, manager de pilotes de course, vendeur d'articles de sport... : des métiers très différents, tous unis par la passion du sport !

22 "C'est un plaisir avant d'être un métier"

Hugo Lloris, le plus jeune footballeur en ligue 1 raconte tout (même son bac S !).

26 bons plans

26 C'est pratique

Comment choisir des vacances qui vont remonter ta moyenne en langue. Et aussi : nos trucs anti-trac avant le brevet.

27 Test

Individuel ou en équipe, combat ou ballon, outdoors ou non : pour quel sport es-tu fait ?

28 Cultissime

Bouquins, cd, dvd : ce qui reste quand on ne garde que le meilleur.

30 Les pros

Une dernière rigolade avant les vacances.



NUL N'ÉCHAPPE À LA MAGYK NOIRE

wiz
Albin Michel

LA PASSION DU JEU

Le SUDOKU est pour elle une véritable passion. Juliette Théry, 19 ans, est désormais la championne de France de ce jeu de logique. Le principe : remplir les cases, les lignes et colonnes avec des chiffres de 1 à 9, sans qu'aucun chiffre soit répété. Un jeu qui active sacrément les neurones et développe l'agilité cérébrale. Conseil de la championne : « *Ne pas mettre trop de suppositions dans les cases, sinon on s'y perd !* » Même les profs de maths plébiscitent ce jeu, ce qui n'est pas une raison pour en faire en classe...

Plus d'infos : www.sudokujeux.fr ■



© Eric Savel

ACTION CONTRE LA FAIM : COURIR PLUS VITE QUE LA MISÈRE



© Action contre la faim

Chaque année, ils sont un peu plus nombreux à faire cette course généreuse organisée par Action contre la Faim. Pas loin de 100 000 élèves ont pris le départ cette année dans toute la France, le 12 mai dernier.

Sponsorisés par leurs amis, parents ou par les commerçants, ils ont récolté plusieurs centaines de milliers d'euros, que l'organisation humanitaire utilisera dans l'un des pays (Mongolie, Afghanistan, Pakistan, Soudan...) où elle est présente, pour lutter contre la malnutrition, construire des puits, et former les habitants aux techniques de culture. Il se pourrait que, cette fois encore, quelques enfants parmi les donateurs soient invités à aller sur place pour comprendre le fonctionnement de cette chaîne de solidarité sans frontières !

Tu veux que ton collège participe à la prochaine course ? Appelle Action contre la Faim au 01.43.35.20.21 ou va sur www.actioncontrelafaim.org ■

"J'adore votre magazine très complet et je trouve intéressant de mettre les salaires car peu de magazines en parlent et c'est quand même important!"
de Clémence, 14 ans, 3^{ème}

"Moi j'adore et j'espère que vous continuerez à le diffuser dans tous les bahuts!! Ca serait cool qu'on puisse le recevoir chez soi!"
de Emma, 15 ans, 3^{ème}

COUP DE SIFFLET !

Arbitre à 14 ans ? C'est possible !

« La majorité des jeunes que j'entraîne rêvent de devenir footballeurs pro ! Mon rôle est de leur faire découvrir une autre facette du sport : l'arbitrage. Je leur apprend à respecter les règles. Lorsqu'ils arbitrent eux-mêmes des matches ou des compétitions, ils le font avec une dextérité incroyable et y prennent vraiment du plaisir », explique Christian Pornin, prof d'EPS au Collège Jean-Baptiste Clément dans les Hauts-de-Seine. Les Hauts-de-Seine ? Parlons-en justement ! Depuis 1992, ce Conseil Général, en partenariat avec l'UNSS (Union Nationale du Sport Scolaire) encourage les collégiens et les lycéens à se tourner vers ce métier jeune et dynamique. Depuis 1999, ce sont 700 jeunes qui sont formés à l'arbitrage chaque année et les plus habiles ont l'occasion d'officier lors de rencontres académiques. Une sacrée belle initiative à découvrir sur le site www.hauts-de-seine.net rubrique « Sport – L'aide au mouvement sportif. » ■



D.R.

L'apprentissage : pour avancer plus vite

Comment se former tout en gagnant sa vie, nouer des liens avec l'entreprise, et (dans la plupart des cas), trouver un boulot illico après sa formation ? Réponse de Jean-Louis Borloo : avec l'apprentissage, qu'il a dépoussiéré et rajeuni. Le ministre de l'emploi t'explique tout !

L'apprentissage, on n'entend parler que de ça, en ce moment ! Ce n'est pourtant pas nouveau ?

Aujourd'hui, avec toutes les améliorations qu'on apporte, l'apprentissage est devenu vraiment attrayant.

Par exemple, les apprentis peuvent recevoir une aide financière pour constituer leur petit équipement ou pour payer leurs transports. L'apprentissage, c'est donc un premier pas vers l'autonomie avec en prime une formation, un diplôme et une première expérience professionnelle.

C'est destiné à qui, exactement ?

La filière d'enseignement général classique n'est pas la seule capable de former les jeunes et leur donner un métier. L'apprentissage est aussi une voie de réussite, et une véritable chance pour ceux qui veulent avoir l'expérience de l'entreprise, apprendre un métier tout en continuant leurs études.

L'apprentissage a une mauvaise réputation, non ?

Pendant longtemps, on a associé l'apprentissage uniquement aux métiers manuels. Maintenant, on peut passer par l'apprentissage pour devenir informaticien, enseignant, infirmière, journaliste, aussi bien pour devenir pro dans l'hôtellerie, le BTP ou la logistique. Ça permet même d'obtenir un diplôme supérieur dans certaines grandes écoles comme l'ESSEC !

À quel âge ça démarre ?

Dès 14 ans, grâce à "La découverte des métiers". C'est une mesure très récente qui permet, quand on est encore au collège, de rallier un lycée pro ou un CFA (Centre de formation agréé). Si on a trouvé sa voie, l'année suivante, on entre en apprentissage pour de bon, avec tous les avantages qui s'y

rattachent : rémunération, aides aux repas et au transport, cotisations retraite etc. Avec en plus, la possibilité, jusqu'à 16 ans, de retourner à tout moment dans la filière d'enseignement général classique.

Dans quel genre d'entreprise on atterrit ?

Pour l'instant, la majorité des structures qui forment des apprentis sont de petite taille. Ce qui est très intéressant aujourd'hui, c'est que les grandes entreprises s'aperçoivent qu'elles ont aussi tout intérêt à former ceux dont elles auront besoin d'ici peu. En plus, toutes les entreprises y sont incitées sur le plan fiscal.

Qu'est-ce qu'on gagne ?

De la formation, de l'expérience beaucoup plus vite que les autres, tout d'abord : on est dès

le début en contact avec la réalité du monde du travail, on se rôde à l'entreprise, on apprend un métier, des choses concrètes. Ensuite, un salaire - pourcentage du SMIC - et une couverture sociale. Enfin, on a de grandes chances d'être embauché à la fin de sa formation. C'est le cas de huit apprentis sur dix, et c'est normal : l'entreprise comprend la plupart du temps qu'elle a tout intérêt à embaucher un jeune qu'elle a formé à ses méthodes de travail et qui est désormais opérationnel ! Alors, permettez-moi de vous donner un conseil pour préparer votre avenir : lors de vos choix d'orientation, pensez à l'apprentissage, je vous assure que c'est un choix qui vous fera prendre une longueur d'avance !

Plus d'infos :

www.apprentissage.gouv.fr

ou Info Emploi : 0 821 347 347
(0,12 € la mn).

**L'apprentissage t'intéresse ?
Tu as jusqu'au 15 juin pour
poser tes questions à
Jean-Louis Borloo sur
www.imagine-ton-futur.com**

Pilote d'hélicoptère Flirter avec les nuages

Ils sont actuellement 1 918 (et 130 de plus chaque année), toutes armes confondues (terre, air, mer) à flirter avec les nuages. Mais attention, ce métier ne s'improvise pas ! Loin des jeux vidéo où tu peux renouveler ta performance indéfiniment, dans la vraie vie, la moindre erreur peut coûter très cher : l'équipage, en cas de panne grave, ne peut s'éjecter de l'appareil à cause des rotors. De plus, le pilotage repose sur trois commandes ultra-sensibles, responsables de la prise d'altitude, de la direction et de la stabilité de l'appareil, lequel peut rester sur un point fixe, à la différence de l'avion. Bref, un vrai challenge où coordination, précision ainsi qu'un fervent esprit d'équipe sont indispensables ! Car en cabine,



© Imagine ton futur

Le lieutenant Laëtitia Deljarrit, 25 ans, fait partie de l'escadron hélicoptère de la base de Vélizy-Villacoublay, en région parisienne, depuis 7 mois.

le pilote est accompagné d'un co-pilote et de deux tireurs d'élite pour les missions de surveillance du territoire, ou d'un médecin et d'un treuilliste pour les sauvetages. Autant dire que la discipline et les obligations (astreintes, disponibilité permanente) ne laissent pas de place aux états d'âme ! ■

Parcours : Deux voies possibles : après un bac général ou technologique, on peut passer des épreuves (physiques, psychotechniques, ...) pour intégrer l'armée de l'air. Après Maths Sup et Spé, on peut passer le concours de l'École de l'air (Salon de Provence)

pour faire carrière dans l'armée. Formation en 2 ans à Dax et Toulouse.

Plus d'infos : dans les **Bureau Air Information de ta région. Liste disponible sur www.recrutement.air.defense.gouv.fr ou au 0810.715.715.**

Drôles de métiers !!!



© Albert Vo Van Tao
Arnaud Suard, maître archetier. Meilleur Ouvrier de France.

Archetier(e)

Il fabrique les archets avec lesquels on fait sonner les instruments à cordes (violin, contrebasse, violoncelle...). Il utilise le plus souvent une baguette de pernambouc (un bois très solide), sur laquelle il

tend des crins de cheval enduits de résine, pour une meilleure adhérence. C'est un métier minutieux (un archet demande jusqu'à 80 heures de boulot !) dont chaque opération est délicate. Normal : cet objet sylphide doit devenir le prolongement du bras du musicien !

Plus d'infos : Institut technologique européen des métiers de la musique - 02.43.39.39.00 - www.itemm.fr

Marqueteur(se)

La marqueterie, c'est la partie la plus délicate, la plus virtuose de l'ébénisterie. Il s'agit de dessiner puis d'incruster des motifs, réalisés en assemblant de fines lamelles de bois ordinaire, précieux ou exotique, mais aussi de l'écaillé, de la nacre ou de la corne. Le marqueteur décore ainsi des meubles, des cadres, des tableaux. Ce peut être de la rénovation, de la copie d'ancien, ou encore de la création contemporaine, en collaboration avec un designer. Un métier qui lie avec grâce présent et passé !

Plus d'infos : Union nationale de l'artisanat des métiers de l'ameublement - Tél. : 01.53.98.78.00 - www.unama.org



Réalisation de Etienne Saillard.

© Etienne Saillard

Technicien-qualité fondeur Son arme, c'est son œil !

Sans cesse entre son bureau et les fours, le technicien fondeur est le chef d'orchestre de la construction automobile, aéronautique, d'armement, etc. Les fondeurs coulent les pièces dans des moules spéciaux et les font cuire dans des fours géants. De ces pièces, Mickaël contrôle visuellement et techniquement l'épaisseur, la dimension et la qualité des matériaux (acier, aluminium, cuivre). Son arme : l'œil nu sur

la chaîne de montage mais, au besoin, le microscope dans son bureau ! Certaines pièces essentielles dans le produit final peuvent être soumises à des tests de conformité tous les quarts d'heure. Exemple : en une seule journée, 12 000 pièces appartenant au système de freinage auto peuvent être produites et vérifiées à intervalles réguliers. La plupart des fonderies ne ferment jamais, il faut s'attendre à travailler 12 heures d'affilée pendant deux



D.R.

Mickaël Cordier, 26 ans, passionné de fonderie, a passé un BEP, un Bac pro et un BTS en alternance.

jours - week-end ou semaine - et être de repos les jours suivants ! ■

Plus d'infos : Union des industries et métiers de la

métallurgie : www.uimm.fr
Viens poser tes questions à Mickaël sur notre site www.imagine-ton-futur.com, rubrique « Ils te racontent - Leur vie de jeunes pros ».



ailleurs

Le Top 8 des métiers au Québec

Le Québec est un pays très francophone qui a la cote chez nous : en 1998, seuls 998 étudiants français s'inscrivaient en fac là-bas, contre déjà 4700 en 2001 ! Il faut dire que cette partie du Canada a des atouts formidables : paysages splendides, gentillesse des habitants, facilité pour se loger... Voici le top 8 des pros les plus recherchés d'ici 2008.

- Aide infirmier
- Infirmier auxiliaire
- Opérateur de machine de procédés industriels
- Ingénieur civil
- Pharmacien
- Médecin généraliste
- Directeur des soins de santé
- Directeur des services de génie

Source : www.figaroetudiant.com

Les maïeuticiens ou hommes sages-femmes

Le plus beau métier du monde ?



© Imagine ton futur

N'allez surtout pas les appeler "sages-hommes" ! La sage-femme est celle qui a la connaissance de la femme, donc masculiniser le mot n'aurait aucun sens !

À ce jour, en France, on compte 161 hommes sages-femmes pour environ 17 000 consœurs ! Renverser la tendance ? Pourquoi pas : les besoins en recrutement augmentent avec le nombre de naissances qui est passé de 761 464 pendant l'année 2003 à 807 400 l'an dernier. Actuellement, 80% de la

profession exerce son métier dans des établissements publics ou privés, 12 % en libéral, 3 % dans les services de Protection Maternelle et Infantile et les autres enseignent dans des écoles de

formation au métier de sage-femme ou les dirigeant. Mais les suivants vont devoir retrousser leurs manches : depuis 2002, les étudiants doivent, avant leurs 4 années d'école publique, valider une première année de médecine, où la sélection est féroce. Dur, dur, mais que ne ferait-on pas pour accéder à l'un des plus beaux métiers du monde ?!

Plus d'infos : Conseil national de l'ordre des sages-femmes : www.ordre-sages-femmes.fr

1982

c'est la date à laquelle les hommes ont enfin pu accéder au métier de sage-femme. Il était temps : la profession date de l'Antiquité !

Tu connais un prof passionné et passionnant ? Donne-nous vite ses coordonnées et dis-lui de nous contacter sur www.imaginetonfutur.com



Jette-toi à l'eau

Tu es comme un poisson dans l'eau et tu te verrais en maître-nageur ? Le parcours est long mais ne demande aucun diplôme scolaire. Vise d'abord l'AFPS (Attestation de Formation aux Premiers Secours), que tu peux obtenir lors de stages accessibles à tous. A compléter par l'Attestation de Formation aux Premiers Secours avec Matériel lors d'un autre stage accessible grâce à la FFSS (Fédération française de sauvetage et de secourisme). Une fois ces deux sésames en poche, cap sur le Brevet National de Sauvetage et Sécurité aquatique. En un an, au sein d'un CREPS par exemple, tu suivras un programme intensif : plongeon, apnée, secourisme et réglementation... Attention, ces formations sont payantes.

Plus d'infos : www.ffss-national.org

IMAGINE TON FUTUR : *Que pensez-vous du sport tel qu'il est pratiqué au collège ?*

Guy Roux : En 6^{ème}, il y a 4 heures d'EPS, c'est déjà pas mal. Dommage que dès la 5^{ème}, on restreigne à 3 heures ! Mon rêve serait que l'on s'aligne sur l'Allemagne, la Grande-Bretagne ou la Yougoslavie. Là-bas, les journées sont divisées en deux : cours scolaires le matin, sport l'après-midi.

Michel Fouquet : C'est vrai que 4 heures en 6^{ème}, c'est bien, et qu'il en faudrait 4, voire 5, pour les autres classes de collège aussi. Cela dit, l'organisation à l'étranger n'est pas aussi exemplaire que ça : en Allemagne, on est revenu à la journée scolaire complète, car beaucoup d'élèves étaient livrés à eux-mêmes l'après-midi.

Imaginez que vous êtes nommé ministre de l'Education nationale : quelles mesures prenez-vous en priorité ?

G.R. : Moi ministre ? Je serais viré au bout d'une semaine, parce que je demanderais des activités sportives tous les jours, la mise en place de moyens de transport vers les piscines, la construction de salles de sport partout où elles manquent...

M.F. : Nous, les profs, on voudrait non seulement 4 heures pour tous au collège, mais aussi 3 heures (et non 2) au lycée, on aimerait que soit doublée la subvention au sport scolaire (UNSS) qui permet d'aller au stade le mercredi. Et un vrai plan national de créa-

« Si j'étais ministre, j'exigerais tellement de moyens pour le sport, que je serais viré au bout d'une semaine ! »



Guy Roux

« Les profs d'EPS font de grandes choses dans des espaces réduits, horribles ! »

tion d'équipements sportifs, avec les collectivités territoriales. Et aussi un gymnase pour mon collège !

Evidemment, ça coûterait cher...

G.R. : Il faudrait un effort comme celui qu'on fait en temps de guerre. Par exemple, on a supprimé le service militaire. Moi, j'aurais affecté ces crédits-là à la création des installations nécessaires. Dans le foot, il faut reconnaître qu'on est privilégié : on génère des fonds, alors ça nous permet d'avoir de vrais moyens...

M.F. : Investir dans l'EPS serait très rentable en termes de "santé publique" au sens large. A la piscine, par exemple, je vois de plus en plus d'élèves en surpoids dès la 6^{ème}. Vu le temps qu'ils avouent passer sur leur console ou devant la télé, ce n'est pas surprenant.

G.R. : Ce n'est pas qu'une question d'argent. Il faudrait que les Français exigent plus de sport, pour que les politiques se bougent ! Parce que le foot sur console de jeu, ce n'est pas le foot...

M.F. : Quand on discute avec les parents, ils sont tous - ou presque - d'accord pour que le sport prenne plus d'importance à l'école, parce qu'ils nous font a priori confiance. Mais si on leur demande de donner la priorité soit aux maths soit au sport, c'est autre chose... Il faut les comprendre ! Le problème est qu'on ne



D.R.

L'EPS au collège, t'en penses quoi ?

Benjamin, 15 ans, 3^{ème}

Je trouve ça super. Evidemment, si on avait une heure de plus, ce serait mieux, mais je suis dans une cité scolaire où on a plein de terrains (foot, volley, basket), donc je me plains pas. Moi j'adore le sport, mais j'ai des copains qui détestent ça : quand le prof est absent, ils sont super-contents.

Il était drôlement content, notre prof de collège (qui est aussi entraîneur de foot chez les 13 et 15 ans), d'échanger avec Guy Roux sur l'EPS ! Il faut dire que notre râleur national de l'AJ Auxerre ne mâche pas ses mots, et ça fait du bien.

« En 30 ans, je n'ai jamais enseigné dans de bonnes conditions. »



Michel Fouquet

devrait pas avoir à choisir l'un ou l'autre. Pour avoir une formation complète, une vie équilibrée, les enfants et les ados ont droit au jeu, à l'activité, au sport.

Qu'est-ce qui, selon vous, donne à un enfant l'étoffe d'un sportif professionnel ?

G.R. : On sélectionne à 14 ans ceux qui ont une habileté physique, et aussi un sens du jeu collectif, une compréhension du groupe.

M.F. : Pour nous, ce qui est souhaitable, c'est une formation équilibrée entre l'école et un club. Pas de spécialisation trop précoce, pas de surentraînement, pas de pression excessive, mais un bon équilibre entre études et sport.

A quoi sert le sport, dans le parcours d'un élève ?

G.R. : Il sert à la construction et au bonheur d'un homme ! Il donne une bonne utilisation de son corps, une meilleure gestuelle. Pour la santé

aussi, c'est important : il aide au développement cardio-pulmonaire et musculaire. En plus, une heure de sport, ça active la circulation, y compris celle du cerveau. Après ça, on est meilleur en maths !

M.F. : L'individu est un tout, et non l'addition d'un esprit et d'un corps. Le sport donne un équilibre de vie, de santé, de développement. Et puis je trouve que l'un des devoirs de l'école est de former des sportifs "citoyens", c'est-à-dire intelligents et lucides par rapport aux dérives du sport et de la société.

Que pensez-vous du rôle des professeurs d'EPS ?

G.R. : Je les trouve admirables, parce qu'ils arrivent à faire de grandes choses dans des espaces réduits, goudronnés, horribles ! Mon vœu est qu'ils continuent à donner de la joie aux élèves, comme celle que nos profs nous donnaient dans notre cour d'école minuscule, et en pente !

M.F. : Merci pour cette image positive ! Moi, en 30 ans de carrière, je n'ai jamais eu de bonnes conditions d'enseignement. C'est difficile de faire aimer le sport avec trente élèves dans un gymnase de 10 x 20 mètres !

C'est dommage parce que nous avons la chance d'enseigner une discipline aimée des jeunes. Et que nous avons un rôle important à jouer dans leur réussite !

Martialement votre

Les arts martiaux figurent parmi les sports qui ont la plus grosse cote, et le nombre d'adeptes ne cesse d'exploser depuis les années 90. Ils sont aujourd'hui 200 000 à pratiquer de la boxe à l'autre boxe thai !

Un homme de terrain



D.R.

Un homme de terrain

Homme d'un seul sport, d'un seul club (l'AJ Auxerre), d'une seule parole, mais personnage à facettes, Guy Roux déballe tout : ses origines modestes, sa gloire, ses méthodes pour former les plus grands joueurs, sa "radinerie", ses rapports avec la presse. Cinquante ans passés à jouer, gueuler et rire, ça valait bien un bouquin. "Entre nous", 19 €, éd. Plon.

Retrouve toute l'information sportive sur www.lequipe.fr

1^{er} site d'information sportive*

L'EQUIPE.FR

* Source Nielsen NetRatings - février 2006.

Sonia Rolland

« Je suis une vraie autodidacte ! »



© Pascalito

Tu le savais ?

Le papa de Sonia est français et sa maman est une Tutsi, peuple victime du génocide rwandais de 1994 qui a fait plus d'un million d'orphelins. Le but de l'association de Sonia est de leur offrir un centre d'accueil à Kigali, avec accès à l'école. Côté pro, Sonia a déjà tourné 50 épisodes de « *Lea Parker* » et une troisième saison est en réflexion. Et elle sera au cinéma dans « *C'est beau une ville la nuit* », le film de Richard Borhinger.

Plus d'infos : www.soniarollandpourlesenfants.com

Comment voyais-tu ton avenir quand tu étais ado ?

J'habitais une cité à Cluny, en Bourgogne, et je n'avais pas beaucoup de rêves. Je pensais faire des études de communication, histoire de faire quelque chose. En fait, j'ai toujours voulu être comédienne mais j'étais à mille lieux de penser que c'était réalisable.

Ton premier job ?

J'avais 15 ans, j'étais femme de chambre dans un hôtel pour touristes à Cluny. J'ai appris à faire un lit au carré pour 1 000 francs (environ 150 €) par mois à

mi-temps, ce qui faisait de moi une milliardaire !

Aujourd'hui quand tu ne tournes pas, de quoi sont faites tes journées ?

Je me plonge à fond dans mon association "Sonia Rolland pour les enfants" dont je suis la présidente : il faut en faire la promotion, trouver des subventions, rencontrer les architectes... Sinon, je lis et j'écris beaucoup. Des pensées et mes mémoires. Je n'ai que 25 ans, mais j'ai déjà une sacrée vie derrière moi et je ne veux rien oublier. A 17 ans et demi, j'ai été élue Miss Bourgogne – il y avait 5 000 francs à gagner ! – puis Miss France deux mois plus tard, donc j'ai zappé le lycée. Je suis une vraie autodidacte, et je me dis que c'est du gâchis car j'avais des capacités...

Arthur Jugnot et sa bande

« Magique ! »

Arthur, quand tu étais ado, tu te voyais travailler dans quoi ?

Arthur Jugnot : J'étais attiré par le milieu artistique, mais je n'avais aucune idée précise. J'ai fait pas mal de boulots, de la régie de spectacle à marchand de poulets sur les marchés ! Acteur c'est super, ça permet de faire plein de métiers différents. En ce moment, j'apprends le piano pour un rôle. Dernièrement, j'ai fait un stage dans une caserne de pompiers pour un autre film.

La magie, ça vous a pris quand, messieurs ?

Sébastien Moissière : Tout petit, dès la première boîte « *Mako magie* » ! Ma grand-mère marionnettiste m'a beaucoup encouragé dans cette voie.

Jean-Luc Bertrand : Pour mes 5 ans, mon père avait embauché un magicien et dès ce moment j'ai été accro. Mais c'est un métier qui demande énormément de pratique, alors parallèlement j'ai fait des études de gestion.

Julien Labigne : Pareil pour moi, et de fil en aiguille, je suis devenu magicien pro !

Et si tu ne pouvais plus être sur scène, que ferais-tu ?

Arthur : Je crois que j'irais voir un peu partout, je suis un curieux avant tout et les rencontres sont déterminantes. Je peux suivre un copain dans son job s'il m'embarque en m'en parlant.

Jean-Luc : Et il apprend vite ! On lui a montré des tours de magie qu'il a reproduits en moins de deux . Au bout d'une heure, il subtilisait sa première montre !

Tu le savais ?

« *Magicien(s) tout est écrit* » est une comédie bourrée de magie, mise en scène par Arthur Jugnot avec Sébastien Moissière, Julien Labigne et Jean-Luc Bertrand, en tournée après plusieurs mois au Splendid, à Paris. Arthur Jugnot sera sur tous les fronts cet été : sur scène dans la pièce « *La sœur de Jerry King* » présentée à Avignon, et sur le petit écran dans « *Laura* », la première saga estivale de M6 avec Delphine Chanéac, Christophe Malavoy, Sophie Duez...



Tu le savais ?

Alexandre Astier en roi Arthur et toute la tribu de Kaamelott, livre III (à Kaamelott city on ne dit pas « saison » mais « livre » !), c'est sur M6 à 7h40 et 8h40 ainsi qu'à 20h40. Le samedi, rattrapage à 18h20 avec les 5 épisodes de la semaine. Changement de décor pour Alexandre qui, depuis le 10 mai, est un mari super macho, planté devant le foot dans « Comme t'y es belle », le film de Liza Azuelos avec Michèle Laroque, Aure Atika, Marthe Villalonga...

Alexandre Astier

« Je continue mes études »

Jeune collégien, comment tu voyais ton avenir ?

En compositeur de musique ! Ma mère m'a obligé à faire de la musique dès 6 ans. Le solfège c'était carrément ingrat, jusqu'à ce que j'aie le déclic et que la musique devienne une seconde langue. Au conservatoire, je faisais moitié travail scolaire et moitié musique. J'ai commencé à composer à 10 ans et demi, et à 22 ans, je pondais ma première pièce. Tout ça grâce au jazz qui, avec son système d'impro, m'avait dérouillé l'esprit.

Et si demain tout s'arrêtait, as-tu un plan B ?

En fait, je continue les études – même si je n'ai pas beaucoup de temps - avec un prof de maths particulier, qui me permet de comprendre et d'avancer, pour compléter ce que je n'ai pas appris avec mon bac F11 (bac « technicien de musique »). Aujourd'hui j'écris des scénarios, je compose, je joue, je dirige d'autres acteurs. Je suis une sorte de chef d'orchestre. C'est important de raconter des histoires, fausses bien sûr, en voyageant au-delà de l'anecdote... Les gens voudront toujours des histoires, alors je ne vois pas l'utilité d'un reclassement !



D.R.

MÉDIA/SPECTACLE

Tout orchestrer

Réaliser une émission de radio, c'est stressant ! Mais il y a une réelle satisfaction à tout orchestrer : jongler avec les micros des animateurs et des invités, lancer les publicités, la musique ou les informations à la seconde près. Deux heures avant, on prépare tout, et quand ça démarre, on n'a pas une seconde pour réfléchir à autre chose ! Ma première émission ? C'était à 9 ans avec mon père et des copains. On s'est amusé à appeler des gens au téléphone. Avec nos voix d'enfants, notre institut nous a reconnus tout de suite ! Aujourd'hui, je suis un passionné. J'aime les côtés techniques et humains du métier, car la radio, à l'inverse de la télé, reste proche de ses auditeurs. On commence avec le SMIC mais si on est motivé, on peut évoluer jusqu'au poste de directeur de radio !

Parcours : Bac STI (Sciences et techniques de l'ingénieur), 2 ans au Studio Ecole de France, à Boulogne.
Plus d'infos : www.studioecoledefrance.com

Arnaud

29 ans, technicien réalisateur radio

BATIMENT/TRAVAUX PUBLICS

La compétence et le respect

En 3^{ème}, j'ai fait mon stage dans un bureau d'étude spécialisé en bâtiment. Je me suis aperçue que le secteur me plaisait mais que mon truc, c'était plutôt de travailler dehors ! Aujourd'hui, je supervise des travaux de construction de routes, de trottoirs et de réseaux d'assainissement. Pour réaliser les plans d'architecte qu'on me donne chez Colas, je manage une équipe de 3 à 10 ouvriers maçons, conducteurs d'engin ou chauffeurs de camion. De la commande des matières premières aux compte-rendus de chantier pour mon chef, le conducteur de chantier, je m'occupe de tout ! Je suis la seule femme mais les hommes me respectent. D'ailleurs, je fais souvent appel à leurs connaissances : quand on débute, c'est précieux ! Heureusement l'ambiance est bonne dans l'équipe. Car le management c'est passionnant, mais c'est quand même ce qu'il y a de plus dur dans ce métier !

Parcours : Brevet de technicien encadrement de chantier, BTS Travaux publics pendant 2 ans.
Plus d'infos : FNTP (Fédération nationale des travaux publics): www.fntp.fr



D.R.

D.R.

Delphine

25 ans, chef de chantier

D'autres questions ? Ils te répondent en direct sur www.imaginetonfutur.com



D.R.

SERVICES

Un vrai rapport humain

Je travaillais avec une dame qui avait ouvert sa boutique de vêtements à l'âge de 85 ans ! Elle avait une énergie incroyable, ça a été une jolie rencontre. Quand elle a dû s'arrêter, je me suis occupée d'elle, ce qui m'a donné l'expérience des personnes âgées. Ca m'a permis, à sa disparition, de postuler à la Fondation Roguet et d'en faire mon métier. Je ne fais jamais attention à leurs maladies ou handicaps. Ce qui m'intéresse, c'est le rapport humain que l'on tisse à travers des activités comme le théâtre, le taï chi, les percussions ou une simple ballade au marché. Leur besoin de contact est immense : en février, on a fêté le Carnaval avec les enfants du personnel, on sentait une relation très naturelle se nouer entre eux et les petits. C'était formidable !

Parcours : Bac STT (Sciences techniques du tertiaire), maîtrise d'information et communication.

Plus d'infos : www.personnes-agees.gouv.fr

Audren

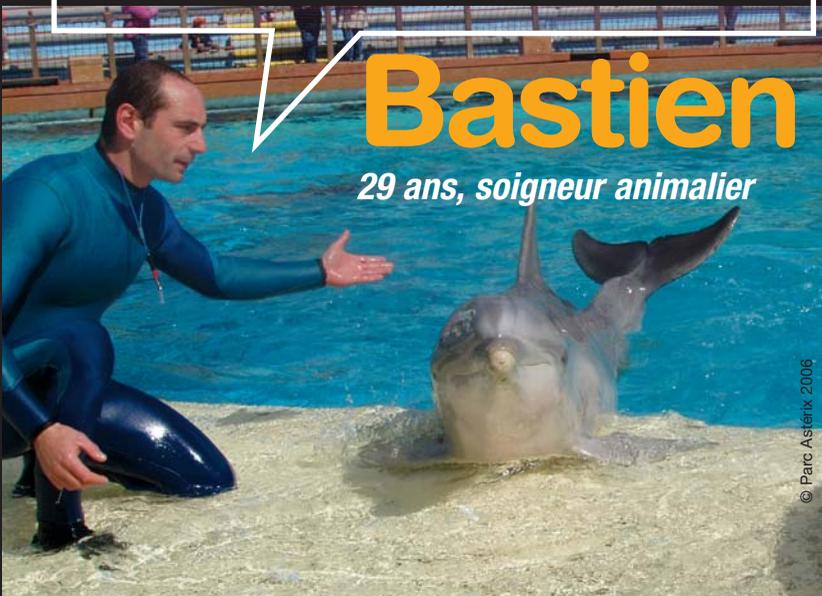
29 ans, animatrice
en maison de retraite

ANIMAUX

Jouer pour apprendre

Les dauphins sont des animaux hyper-curieux qui ont un besoin permanent d'échanger, d'apprendre. Il faut sans arrêt leur proposer des jeux, des apprentissages de nouveaux comportements, et surtout être attentif, patient et très à l'aise dans l'eau. Au parc Astérix où je travaille en CDI, on a onze dauphins de 2 à 30 ans et plus. Les bébés me tirent souvent par les pieds pour aller chercher un objet de spectacle, ils veulent imiter leurs aînés, c'est parfois très étonnant ! Mais le contact avec l'animal n'est que la partie visible de mon boulot. L'essentiel consiste à contrôler la qualité de l'eau et à entretenir la structure dans laquelle ils vivent. D'où l'utilité de faire comme moi des stages chez Suez Lyonnaise des eaux.

Parcours : Bac STAE (Sciences et technologies de l'agronomie et de l'environnement), BTS traitement de l'eau (bac +2), 6 mois au centre de formation soigneur animalier « La Charmelière » à Carquefou.



Bastien

29 ans, soigneur animalier

© Parc Astérix 2006



D.R.

Caroline

27 ans,
conseiller financier

BANQUE

Une femme en or

À la Caisse d'Épargne où je travaille, je suis responsable de 600 clients avec qui je suis en contact régulier pour les conseiller ou les fidéliser. Aucune de mes journées n'est semblable : certains clients ont de l'argent à placer, d'autres sont dans des situations délicates qu'il faut débloquer, il y a ceux qui veulent un prêt immobilier, une assurance-vie ou un crédit-conso. Avec chacun, il faut être à l'écoute. Internet leur permet maintenant de suivre leur compte à distance, ce qui me dégage du temps pour m'occuper de mes dossiers. À terme, j'aimerais décrocher un poste de chef d'agence pour manager une équipe.

Parcours : Bac ES, Deug de droit, IUT technique de commercialisation de 2 ans en alternance chez Cetelem.



**Le sport-passion est
au cœur de nombreux
métiers :**

- > Pisteur-secouriste
- > Technicien acrobatique
- > Manager de pilotes auto
- > Masseur-kinésithérapeute
- > Coach santé
- > Conseiller technique
- > Vendeur d'articles de sport

C'est fou !!!

au



© Nice Matin - OGC Nice



Témoignage

A 19 ans, **Hugo Lloris** est déjà gardien de but en Ligue 1. Il raconte sa vie, son bac S, ses joies de pro du foot. **p. 22**

D.R.



En coulisses

Certains chercheurs du **CEA** travaillent à améliorer les performances des athlètes. Découvre les... **p. 24**

Les métiers tour du sport

Passionné(e) de handball, de danse ou de judo, tu te verrais bien faire de ta passion ton futur job, mais tu ne te sens pas la carrure d'un athlète de haut niveau ? Arrête de te prendre la tête et prépare-toi à plonger au cœur d'un secteur professionnel en plein essor...



Interview de Christophe Chenut, Directeur Général de L'Equipe par Marc Aumont.

Il est des secteurs professionnels qui fascinent autant qu'ils repoussent tant on se dit que nos chances d'y réussir sont quasi-nulles. Le sport est de ceux-là. Et pourtant... Pas besoin de devenir le meilleur

buteur de la Ligue 1 pour faire de sa passion son métier ! En deux décennies, le sport a envahi presque tous les secteurs professionnels. Il est devenu un grand spectacle avec le développement des médias - et je sais de quoi je parle - un business gigantesque avec l'avènement des grandes marques de sportswear, et une thérapie de plus en plus recommandée par le corps médical. La bonne nouvelle c'est que sur sa route, le sport a généré tout un tas de nouveaux métiers dont tu ne soupçonnerais même pas l'existence ! Du prof d'EPS, au technicien acrobatique, en passant

par l'ingénieur textile, le coach santé, l'organisateur d'événement sportif et le vendeur spécialisé, bosser dans le secteur sportif est désormais un rêve à portée de main ! Tous ces métiers sont pour toi autant de chances d'exercer une profession en lien direct avec la discipline qui te passionne ! Et pas question de pousser tes études jusqu'à bac + 5 pour y parvenir ! Du CAP au DESS, le sport permet aujourd'hui à chacun de réaliser ses rêves (professionnels) en accord avec son niveau et ses ambitions... À toi de jouer si tu veux entrer dans le match. ! ■

© L'ÉQUIPE

Le sport, l'atout métiers

Il n'y a pas que dans les stades et les gymnases, que l'on peut exercer sa passion quand on est mordu de sport. Premier domaine où l'activité sportive prime : la protection, le secours. Pompier, secouriste, pisteur, fusilier marin ou nageur de combat, l'essentiel c'est une excellente condition physique. Car sans des muscles d'acier et un souffle d'enfer, impos-

sible d'espérer escalader une paroi de 50 mètres ou marcher 2 jours dans un environnement hostile ! Mais pas besoin pour autant de devenir un super-héros dans son sport favori... Témoins les peintres de haut-vol et autres voltigeurs de l'éponge, qui passent leurs journées à escalader les plus hauts buildings ! Quant aux

branchés plongée sous-marine, ils ont intérêt à aller voir du côté de métiers comme soudeur ou mécano en eaux profondes pour une compagnie de télécoms ou un groupe pétrolier. Tu as l'amour du sport mais pas l'âme d'un compétiteur ? Ne baisse pas les bras : un grand nombre de métiers permettent de conjuguer passion et raison !



Comment ?

Etre excellent skieur, après de préférence un cursus en Staps (Sciences et technologies des activités physiques et sportives). Brevet d'état de guide en haute ou moyenne montagne indispensable.

Combien ?

Un pisteur gagne environ 1500 € par mois.
Plus d'infos : Les formations pisteurs : www.metiersmontagne.org.



Pisteur-secouriste

Vincent, 32 ans, est l'un de ceux qui te permettent de t'éclater sur les pentes de ski en toute sécurité. Etre comme lui pisteur-secouriste à Val d'Isère, est un job multiple qui requiert avant tout une solide condition physique. « On passe beaucoup de temps sur les pistes à les baliser, déclencher des avalanches, ouvrir et fermer le domaine chaque jour... ». Contrairement au moniteur de ski, le pisteur-secouriste n'est pas un travailleur saisonnier ! Car quand il ne sillonne pas les pistes, Vincent est de garde avec toute l'équipe de secours, toute l'année ! « En pleine saison, on peut réaliser 40 à 50 interventions par jour. » Une grosse responsabilité pour ce skieur émérite qui, en matière de secours aux personnes, en connaît un rayon. « On a les mêmes diplômes que les pompiers », explique-t-il. Et presque le même emploi du temps... « Il y a deux équipes pour assurer une permanence alternée, mais chacun doit quand même être toujours prêt ! ».

Telex

Le savais-tu ?

Une demi-heure de marche à 7 ou 8 km/h en terrain plat, 3 fois par semaine, améliore les performances de la pompe cardiaque de 12 % !



Les sections qui ont tout bon

L'ancienne filière "sport études" s'appelle maintenant "section sportive scolaire", mais elle te permet toujours de pratiquer ton sport favori dans plus de 40 disciplines à raison de 4 à 8 heures par semaine, en plus des cours. Tu peux rallier l'une des 2 300 sections ouvertes en France de la 6^{ème} à la terminale, à condition d'avoir un niveau scolaire correct et surtout une super-motivation ! Si ton sport n'est pas représenté dans ton académie, une simple dérogation, et tu pars étudier ta discipline là où elle est enseignée !
Plus d'infos : rendez-vous dans le CIO le plus proche de chez toi, liste sur www.education.gouv.fr/orient/listcio.htm

Non à la clope !

Entre 12 et 24 ans, les sportifs licenciés sont trois fois moins nombreux à fumer que les non-sportifs. Leur consommation de tabac est également deux fois moins importante.





© Skyscraper

Comment ?

Il faut ne pas avoir le vertige (ça tombe sous le sens), avoir une vraie expérience d'escalade, et une formation cordiste CQP1 (Certificat de qualification professionnelle). Pas de limite d'âge, mais super-forme physique indispensable !

Combien ?

Un débutant peut gagner 1 500 € brut, et "grimper" à 2 600 net en une quinzaine d'années.

Plus d'infos : www.cfpth.com (site du Centre de formation professionnelle aux travaux en hauteur).

Club Med : des jobs musclés !

« Nous cherchons des gens très dynamiques, qui n'ont pas peur de prendre la parole ou les commandes d'une activité. Les langues étrangères sont un atout considérable ! », explique Leslie Delamarre, du recrutement Club Med. Plongée, golf, ski, le Club emploie des pros dans chaque discipline. En plus des 100 moniteurs titulaires du Brevet d'état (B.E) embauchés chaque année (tous sports confondus), le Club recrute 400 animateurs ayant un monitorat national, l'expérience d'un sport ou un niveau de pratique minimal, mais pas encore le B.E, pour partir enseigner dans des

villages à l'étranger : l'occasion de voyager, en attendant de passer le fameux B.E qui, seul, permet de travailler en France. Etre G.O, c'est généralement enchaîner 3 ou 4 saisons d'environ six mois chacune, espacées de quelques semaines. On passe de la Méditerranée en été aux Caraïbes - ou à la montagne - en hiver, toujours dans des décors de rêve. C'est beau, c'est diversifié, c'est plein de rencontres... mais c'est du boulot !

Plus d'infos : www.clubmed-jobs.com



© Club Med

Technicien acrobatique

Si Spiderman existe, il s'appelle Aniceto Ferreira et exerce l'honorable profession de technicien acrobatique en région parisienne pour la société Skyscraper. « On est des spécialistes du nettoyage, on assure l'entretien de bâtiments inaccessibles aux techniques habituelles. » En clair, Aniceto passe ses journées suspendu à une corde, à nettoyer des buildings. « Moi qui suis passionné d'escalade, ce job me permet de pratiquer ma passion et de m'entretenir physiquement. » Car n'est pas "cordiste" qui veut : le métier est tellement épuisant, que la loi empêche Aniceto de travailler plus de 6 heures par jour ! A son palmarès, la Grande Arche de La Défense et plusieurs autres grands bâtiments de la capitale, où il avoue s'être "fait peur" plusieurs fois. Les risques de chute ? « On double les sécurités par une corde de vie qui nous assure en cas de pépin. » Mieux vaut avoir (aussi) le cœur bien accroché...

En découvrant le métier de développeur, ils ont validé leur B2i... et ils ont tout gagné !!!

Pourquoi ? Comment ? sur www.passinformatique.com et sur www.onisep.fr/concours2006/concoursB2i/inscription.htm





D.R.

Le sport, un bonheur à transmettre

Quand on est branché sport, l'enseignement est un débouché royal. Donner confiance, communiquer la gagne, susciter chez l'autre des ressources qu'il ne soupçonnait même pas : il y a pire, comme genre de métiers ! On compte plus de 360 entraîneurs nationaux et 1 250 directeurs techniques ! Des postes prestigieux qui permettent parfois de côtoyer les stars. Mais enseigner le sport, ce peut être aussi devenir prof d'EPS dans l'Édu-

cation nationale. Ils sont actuellement près de 155 000 dans le secondaire ! Hélas, les candidats sont de plus en plus nombreux, et le nombre de diplômés ces dernières années ayant été calculé trop large, en 2005 les admis sont passés de 800 à 400. Ce qui ne t'empêche pas de tenter ta chance. A défaut, si l'enseignement est vraiment ton truc, tu pourras sûrement trouver ta place parmi les 7 600 jeunes employés par les clubs et assos pour encadrer des activités sportives !

Manager de pilotes

Philippe exerce un métier de rêve et il le sait. Il est manager de pilotes en Formule 3, l'une des catégories qui conduit à la Formule 1. « *On est là pour que les pilotes soient au maximum de leurs possibilités sur la piste* », explique-t-il. Un vrai job de passionné. « *Je suis au bord de la piste quand les pilotes roulent. On analyse les informations transmises par les ordinateurs de bord, et je donne mes conseils...* » Mais il faut plus que de la technique pour permettre à un pilote d'encaisser la pression. « *On doit les connaître tous à fond, savoir ce dont chacun a besoin pour se sentir bien... On parle beaucoup, c'est primordial.* » Philippe n'hésite pas à taper dans un ballon avec celui qui a besoin de se détendre... ou encourager un autre à faire la sieste ! « *Je n'ai pas d'horaires, mais impossible de se plaindre quand on travaille dans un univers tellement magique !* ».

Comment ?

Pas de diplôme, vive la pratique ! Impératif, donc, de connaître à fond le milieu de la course auto et d'avoir été pilote soi-même... Ce milieu est très fermé, mais qui sait...

Combien ?

Dans les 3 000 € net. Pas de limite, en revanche, pour les managers en F1.

Plus d'infos : www.auto-sport.com/ecole_pilotage.html

Comment ?

Concours de professorat de sport du Ministère de la jeunesse et des sports (à la différence du métier d'entraîneur, qui demande un Brevet d'état), via une éventuelle prépa, comme celle de l'Insep. Et avoir un excellent niveau dans la discipline choisie.

Combien ?

En tant que fonctionnaire, un conseiller débute à 1 500 € net, puis jusqu'à 2 500 €.

Plus d'infos : www.insep.fr

Conseiller(ère) technique

Le conseiller technique a trois missions possibles : entraîner les joueurs, former les entraîneurs et faire rayonner la discipline en région. Irène est conseillère technique en basket, employée par le Ministère de la Jeunesse et des Sports dans la région Champagne-Ardenne. Une à deux fois par jour, cinq jours par semaine, Irène coach l'équipe féminine espoir, c'est-à-dire les futures stars du basket de sa région ! Elle participe aussi à la détection de nouveaux talents en assistant aux matches de minimes, et forme les futurs entraîneurs. Lourde responsabilité quand on n'a que 25 ans... Résultat : pour réussir à tout mener de front, Irène-la-rigoureuse flirte souvent avec les 70 heures par semaine. « *Parfois on travaille le soir et même le week-end !* », admet-elle. La passion a ses raisons...

D.R.





Comment ?

La profession se structure peu à peu, et l'Insep a mis en place une formation accessible aux détenteurs d'un Brevet d'état, ayant suivi un cursus en Staps (Sciences et techniques des activités physiques et sportives).

Combien ?

Un débutant gagne environ 1 200 € net.

Plus d'infos : www.athle.com/asp.net/main.news

Les métiers du sport sont faits pour toi...

➔ Si tu es passionné.

Comme la musique et les métiers artistiques, travailler dans le milieu du sport est avant tout une question de passion à laquelle on consacre l'essentiel de sa vie. Réfléchis donc bien avant de t'engager dans cette voie.

➔ Si tu as le sens du contact.

Mais si tu es du genre Playstation en solo plutôt que sport d'équipe, laisse tomber. Parce que les métiers de coach, vendeur spécialisé ou entraîneur ont tous une part de relationnel très importante !

➔ Si tu es humble.

Mais si tu as du mal à te remettre en question et à suivre les conseils que l'on te donne, cet univers n'est peut-être pas fait pour toi. En sport, il faut savoir accepter la défaite et passer à autre chose.

➔ Si tu es à l'écoute des autres.

Mais si tu ne supports pas de perdre une compétition, ou si tu te prends pour Zidane à chaque but que tu marques, il va falloir redescendre sur Terre ! Le sport, c'est avant tout une affaire de collectif !

➔ Si tu n'as pas peur de beaucoup travailler.

Mais si tu regardes ta montre sans arrêt en cours ou si tu rechignes à en faire un peu plus pour améliorer ta moyenne en maths, il va falloir t'y faire : bosser dans le milieu du sport, c'est souvent oublier les horaires... et s'en fiche !

➔ Si tu aimes te dépasser.

Mais si pour toi, performance rime avec somnolence, change de voie !!! Le sport, c'est une question d'entraînement et de mental. Il faut être motivé pour gagner !

➔ Coach santé

Laurent fait partie d'une nouvelle génération de pros, le coach santé. Dans son club d'athlétisme à Metz, il a créé des séances axées sur la remise en forme et le bien-être.

« Chacun vient avec un objectif. À moi de personnaliser son entraînement pour lui permettre d'atteindre son but ! ». Des entreprises qui envoient leurs équipes se relaxer entre midi et deux, aux femmes qui viennent pour leur ligne, en passant par les seniors soucieux de leur santé, Laurent accueille tous les publics ! « On travaille en gymnase, sur piste ou dans la nature... on fait du stretching, du running (*), des étirements, comme les athlètes ! Parfois, une simple balade en forêt suffit à tout le monde ». Un public très hétérogène aux disponibilités très variées. « Je bosse souvent à l'heure du déj, le mercredi et le week-end ! ». La profession est en pleine évolution puisqu'à terme, les coaches santé devraient proposer des séances personnalisées sur prescription médicale, pour lutter contre l'obésité ou les problèmes cardio-vasculaires.

(*) Course à pied

Si tu faisais un métier dans le sport, ce serait ... ?



Guillaume, 3ème, 14 ans

« Escrimeur ! Je fais de l'escrime depuis que j'ai 8 ans, j'adore ça, je trouve que c'est un sport élégant. En fait, je veux devenir designer, mais je me verrais bien faire les J.O. juste une fois, avant de me mettre à travailler ! »



Appoline, 3ème, 15 ans

« Je fais du handball. Bien sûr que si je pouvais être pro, ça me tenterait. Mais c'est plutôt un loisir, qui me permet de m'exprimer, de me détendre, parfois de sortir ma rage. Les sports collectifs, ça apporte plus : on grandit avec l'équipe, on apprend à plusieurs. »



Le sport, un secteur en pleine santé

Cardiologues, rhumatologues, rééducateurs... En France, plus de 6 000 médecins du sport veillent sur la santé des athlètes, aussi bien que sur celle des amateurs qui pratiquent leur discipline favorite au sein de clubs. Toute une armée de blouses blanches qui bosse dans les hôpitaux, les fédérations, les clubs mais aussi (ce sont les plus nombreux) en cabinet

privé. La bonne nouvelle, dans ce secteur, vient de l'explosion de la remise en forme : plus de 5 000 centres en tout, qui exigent désormais de vrais pros armés d'un Brevet d'état (B.E.) Remise en forme pour encadrer leurs activités sportives. Résultat : on estime actuellement à 4 500 le besoin en profs B.E de judo, danse, gym etc. !

Comment ?

Après un bac S, formation sur concours (3 ans). Ensuite, à toi de te trouver une spécialité sur le terrain. Jean-François, lui, avait fait son stage à Clairefontaine.

Combien ?

Dans une structure comme la Fédération de football, un kiné gagne en moyenne 3 fois moins qu'en libéral, soit environ 1 700 € net.

Plus d'infos : www.metier-sport.com/metiers_guide



D.R.

Masseur-kinésithérapeute

Pour un passionné de foot, le poste de Jean-François c'est que du bonheur : il est kiné à Clairefontaine, le centre d'entraînement de l'équipe de France ! Ce qui ne veut pas dire qu'il passe son temps à masser Zidane ou Thierry Henry. « Je m'occupe beaucoup des jeunes en formation sport-études au centre, et des sportifs de toutes les disciplines envoyés par les fédés. » Entre la table de massage et le terrain d'exercice, Jean-François s'investit à fond. « On a plus de temps pour suivre nos patients qu'en cabinet. Ici, on prolonge nos séances par des exercices sur le terrain, on travaille sur la longueur. » Un fonctionnement qui permet aussi de tisser des liens avec les sportifs. « J'ai travaillé avec Sylvain Wiltord à une période où il avait des soucis de santé qui le fragilisaient. Le dialogue est un facteur important de guérison, et pour moi, ça a été un moment fort qui m'a marqué. » De quoi faire oublier à Jean-François un emploi du temps élastique, calé sur les compétitions et les échéances sportives...

ailleurs Kelly Slater l'invincible surfeur



Il est la preuve vivante que le sport conserve ! Surfeur mythique des années 90, Kelly Slater montrait que l'on pouvait repousser les limites du corps, en réalisant des figures inédites sur des vagues toujours plus grosses. A son palmarès, 32 victoires dans des compétitions comptant pour le

Championnat du monde et 6 titres de Champion du monde ! En 2000, Kelly prend sa retraite... mais en 2004, sous la pression des autres surfeurs et des sponsors, l'Américain annonce son retour sur le circuit. Il a alors 32 ans et n'a pas touché à la compét' depuis 4 ans ! Et c'est la consécration : en remportant pour la septième fois le Championnat du monde, il devient le surfeur le plus titré de tous les temps... à un âge où les autres ont depuis longtemps lâché la planche pour la chaise longue.

Telex

Un diplôme en plus

Un diplôme spécialisé pour devenir animateur sportif au sein d'un club, d'une association ou d'une entreprise : le BPJEPS.

Il s'agit d'une formation de 600 heures, si tu as le BAFA, dans la spécialité de ton choix (activités nautiques, golf, sport auto ou encore activités physiques pour tous).

Plus d'infos : www.jeunesse-sports.gouv.fr/formations



Le sport, créateur de métiers

C'est grâce à eux que tu peux voir ton équipe préférée jouer à la télé, porter le maillot de ton joueur favori ou assister aux exhibitions des plus grands skateurs mondiaux ! Eux ? Ce sont les nouveaux professionnels du sport-business. Avec le développement des médias et la transformation du sport de haut niveau en spectacle mondial, une nouvelle économie est apparue. En France, elle représentait 1,7 % du PIB (pro-

duit intérieur brut) en 2000, contre 0,5 % il y a 20 ans ! Or, nouvelle économie signifie nouveaux métiers ! Que tu sois fan de foot, de tennis, de skate, de basket ou de natation, sache que tu peux exercer dans un domaine qui te fait vibrer, sans nécessairement être un athlète de compétition. Journalisme, commerce, communication, droit ou industrie textile, autant de secteurs et de métiers dont ta passion est le moteur !



© imagine ton futur

Comment ?

Pas besoin de qualification particulière, mais de la passion et une bonne connaissance de sa discipline. Les postes de chef de rayon vont aux détenteurs d'un BTS Action commerciale (bac + 2).

Combien ?

Environ 1 500 € brut avec les primes de vente.

Plus d'infos :

www.leguideedesmetiers.letudiant.fr

Vendeur d'articles de plein air

Yannig a réussi à conjuguer sa passion pour le vélo et son job : à 25 ans, il est vendeur spécialisé en cycles chez Décathlon. « *Je conseille beaucoup les sportifs qui viennent acheter du matériel.* » Du VTT au vélo de course en passant par tous les articles spécialisés, Yannig en connaît un rayon ! « *Acheter un vélo est souvent un gros investissement, alors il faut bien comprendre les besoins de chacun pour conseiller efficacement !* ». Un métier où il faut être disponible, aimer le contact et être polyvalent, car Yannig assume aussi toutes les tâches liées à une activité commerciale : mise en rayon, gestion des stocks, commandes aux fournisseurs etc. « *Je suis même chargé du service après-vente et des petites réparations !* ».

Chef de projet événementiel

Transformer le stade de France en un gigantesque parc d'attractions d'hiver et d'été, voilà la job de Christophe Polo. Véritable chef d'orchestre à la recherche de partenaires qui financeront l'événement, Christophe conçoit l'évènement et coordonne aussi tous les services comme la régie, la billetterie, la promotion ... Pour la Plage qui a lieu en juillet, il fait venir 5 000 tonnes de sable. Pour te donner une idée, 120 semi-remorques se relaient pour décharger ce sable en un temps record. « *Ce qui me motive c'est d'imaginer des projets spectaculaires, en partant d'un espace qui à l'origine n'est pas conçu pour ça !* » Rester zen est heureusement une de ses grandes qualités, car gérer les imprévus est une constante dans ce métier. La « *Plage* » terminée Christophe planchera sur toutes les conditions techniques à réunir pour installer une piste de ski cet hiver. C'est ça qui l'éclate ! Eh bien, il ne risque pas de s'ennuyer.



© Stade de France

Comment ?

Bac ES, puis IUP Info-Com à l'université, à compléter d'un Master Projets événementiels. Un conseil : choisis ton stage de Master dans le milieu sportif où tu veux bosser ensuite.

Combien ?

Les salaires sont très variables d'une entreprise à l'autre. Mais un responsable communication gagne entre 1500 et 2500 € brut. Dans les plus grandes entreprises (plus de 500 salariés), de 2 000 à 4 700 € brut.

Plus d'infos : www.cidj.com

Hugo Lloris, à 19 ans, il joue déjà en Ligue 1, au terme d'un sans-faute.

“C'est un plaisir avant d'être un métier”



Combien de joueurs deviennent professionnels en Ligue 1 chaque année ? Chaque club en prend très peu : un par année de naissance, parfois moins que ça. A l'OGC Nice, ils ont même dû aller chercher un milieu de terrain brésilien, l'année dernière.

Le foot, j'imagine que ça t'a pris tout petit ? J'ai toujours été attiré par le ballon. J'ai commencé vers 8 ans dans un club de quartier, à Nice où j'habite. Deux ans plus tard, Dominique Baratelli, qui était entraîneur des pros à l'époque, m'a demandé de venir à l'OGC Nice.

A quel moment es-tu devenu gardien de but ? J'ai jonglé entre le poste d'attaquant et celui de gardien jusqu'à 10 ans. Ensuite, l'entraîneur a jugé que j'étais mieux en gardien. **Tu es un des rares joueurs pros à avoir suivi des études au lycée jusqu'au bac. Pas trop dur de tout concilier ?** Moi, je trouvais que c'était l'idéal : je sortais du lycée stressé, comme tout le monde, et j'allais me défouler à l'entraînement !

Au lycée, comment ça se passait ? Je n'étais pas un élève brillant, plutôt moyen. Je me consacrais surtout aux matières principales, j'avoue que je bâclais un peu le reste. Ma moyenne tournait autour de 12 ou 13. Je travaillais le soir, jusqu'à 23 H 30, après le foot.

Pour une section S, c'est bien ! Et le bac ? J'ai eu 14 en maths (j'aime bien les maths), 12 en physique, 13 en SVT, mais seulement 10 en histoire, 9 en philo, et 8 en anglais.

Pendant ces années-là, le foot était une obsession ? Ca n'a jamais été mon but principal, de devenir pro.

Le foot était une passion, mais pour mes parents, il n'était pas question de sacrifier mes études pour ça. D'ailleurs, ma mère aurait voulu que je continue après le bac.

A quel moment les choses sont-elles devenues sérieuses ? En 2004, quand mon club m'a envoyé quelques jours à Clairefontaine (le centre d'entraînement de l'équipe de France de foot). J'ai été pris en mains par l'entraîneur Jean Gallice. C'est un type très sympa avec qui on peut rigoler, mais dès qu'il est sur le terrain, ce n'est plus le même : il n'y a plus que la technique qui compte !

Tu as tout de suite été retenu ? Dans un premier temps, on m'a gardé à l'essai, et on m'a fait jouer un match France-Allemagne qui a compté comme sélection officielle. Je suis donc entré dans l'équipe de France des moins de 18 ans.

Parle-nous de ta vie actuelle. Tout ton temps est pris par le foot ? Non, on a plutôt une belle vie : il n'y a qu'un entraînement par jour, le matin. L'après-midi on est libre. Bien sûr, il faut être sérieux, bien manger, bien dormir.

Tu dors combien d'heures par nuit ? En général 9 heures, plus une sieste d'une heure l'après-midi.

Tu vis avec d'autres joueurs ? Non, j'ai mon appartement, avec ma copine qui est étudiante en psycho.

Finalement, ce n'est pas si dur que ça ! C'est sûr que pendant la formation, il faut faire des sacrifices. Les seuls moments où on peut sortir, ce sont les soirs d'après-match. Ceux qui font les deux, ratent en général leur entrée dans le professionnalisme. Moi, je suis un garçon posé, je

me suis habitué aux contraintes. On a beau être doué, il faut un travail quotidien, parce que tous les jours, il faut confirmer.

Quelles sont les meilleurs côtés de cette vie-là ? D'abord, on vit de notre passion, on a des liens d'amitié dans l'équipe. On rigole ensemble, on est très solidaire, c'est une ambiance très amicale, très homogène. Et on gagne bien sa vie, même si à mon âge, ce n'est pas le plus important.

Comment tu vois la suite de ta carrière ? J'aimerais jouer dans des clubs prestigieux, des championnats étrangers, des trophées que tout le monde ne joue pas. Mais une carrière dans le foot, ça s'arrête à 35 ans, parfois moins !

Et ensuite ? Je ne sais pas. En général, soit on devient entraîneur ou formateur en club, soit on quitte carrément le milieu. Pour l'instant, j'ai vraiment envie de réussir dans le foot en tant que joueur. C'est un plaisir avant d'être un métier.

Aujourd'hui, tes parents sont fiers de toi ? Ma mère n'aime toujours pas le foot, d'autant que mon petit frère de 11 ans commence à s'y mettre lui aussi ! Mais elle s'y est faite. Mon père tenait absolument à ce que j'aie mon bac, mais maintenant, il me soutient à fond. ■

“Mes parents ne m'auraient jamais laissé jouer au foot si je n'avais pas eu mon bac.”

Ses titres de gloire

- Membre de l'équipe pro de l'OGC Nice
- Champion de France 2004 des - de 18 ans
- Champion d'Europe des - de 19 ans
- A déjà joué cinq matches en Ligue 1
- Finaliste de la Coupe de la Ligue en avril dernier au Stade de France

L'équipe de France Espoirs lui tend les bras...



© Nice Matin - OGC Nice

Un métier très convoité

Etre footballeur, c'est le top. Mais journaliste sportif, c'est carrément pas mal non plus...



D.R.

Comment ?

Il existe 12 formations reconnues par la profession, à partir de bac + 3 ou 4. Une licence d'histoire, d'économie, ou de lettres est un atout pour les concours d'entrée.

Combien ?

C'est très variable selon le statut du journaliste, le type de presse. Les pigistes sont rémunérés à l'article et les tarifs varient du simple au double selon les journaux, leur tirage, leur budget... Idem pour les salariés en CDI.

Le plus beau métier du monde quand on est dingue de foot, c'est journaliste sportif à l'Équipe ! Mais il va falloir patienter un peu parce que la place est déjà prise par Vincent Duluc ! « Il faut être à la fois passionné de foot et de journalisme ! Moi, ce que j'aime aussi dans ce métier, c'est la liberté ! ». Parfois, Vincent part trois jours à Lyon suivre l'Olympique lyonnais, chargé par sa rédaction de rapporter une interview et un compte-rendu du match. « Je vais à l'entraînement le matin, je prends rendez-vous avec les joueurs, et j'assiste aux matches ». A partir du coup de sifflet, il a 20 minutes pour rédiger et envoyer son article depuis la tribune. « Il faut savoir écrire vite ! ». Un rythme de folie qui lui fait passer plus de 20 jours par mois en déplacement !

En décortiquant le métier de **webmaster**, ils ont validé leur B2i... et ils ont tout gagné !!!

Pourquoi ? Comment ? sur www.passinformatique.com et sur www.onisep.fr/concours2006/concoursB2i/inscription.htm





Travailler avec l'industrie, c'est du sport !

Au CEA, les défis on adore ça ! Quand une équipe nationale ou un industriel demande de l'aide, on retousse ses manches et on vole à son secours !

Bobsleigh : sur glace, Christophe Valignat est "monsieur plus vite"

Le bobsleigh, tu connais, bien sûr. Mais tu ne sais pas forcément que le secret de ce sport olympique tient au film d'eau très fin que crée, sur la glace, le passage du patin en une fraction de seconde, et qui lui donne une glisse parfaite. Les patins doivent donc être fabriqués dans un matériau capable de chauffer la glace et produire ce film d'eau plus vite que ceux des concurrents. Chaque équipe a son secret de fabrication : en compétition, les "bobeurs" dorment même avec leurs patins sous l'oreiller !

Sa mission : Un an et demi avant les J.O. de Salt Lake City de 2002, la Fédération française des Sports de glace et le Ministère de la jeunesse et des sports ont demandé à Christophe de tenter d'améliorer les performances du bobsleigh français.

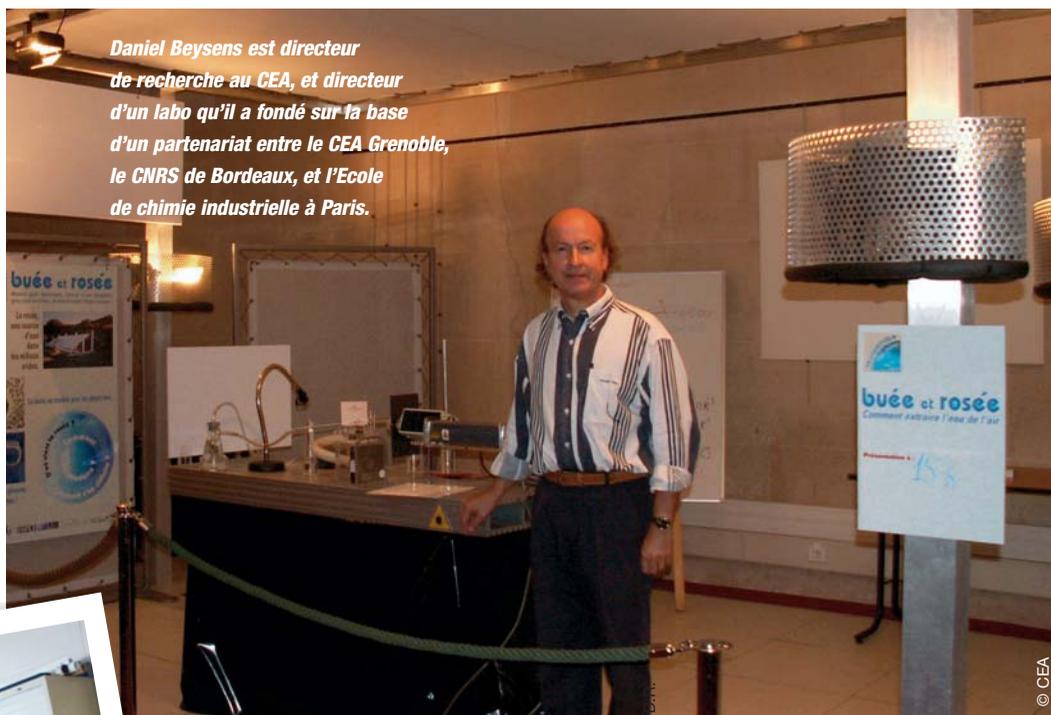
Comment il a procédé : Le règlement du bobsleigh interdit tout revêtement sur les patins. Dur pour Christophe, dont la spécialité est justement de trouver des revêtements (titane, etc) pour optimiser les performances d'une lame de rasoir, d'un ski ou d'un verre de lunettes ! Il a donc dû se contenter d'a-

jouter quelque chose dans le métal au moment de la fabrication, mais quoi ? Secret défense, impossible de le faire parler !

Ce qu'il a obtenu : Une place de 5^{ème} et une autre de 10^{ème} pour l'équipe de France à Salt Lake City. « On pouvait faire mieux, mais on a manqué de temps, rôle-t-il. Il aurait fallu aussi bosser sur le châssis du bob, sa suspension, son aérodynamisme ! » Au CEA de Grenoble, Christophe est maintenant passé à autre chose. Mais ne s'avoue pas vaincu : il songe à s'y remettre, à titre personnel. ■

Sa formation : Bac F10 (mécanique), BTS de micro-technique, option mécanique de précision (bac + 2).

Daniel Beysens est directeur de recherche au CEA, et directeur d'un labo qu'il a fondé sur la base d'un partenariat entre le CEA Grenoble, le CNRS de Bordeaux, et l'Ecole de chimie industrielle à Paris.



Christophe Valignat et son patin de bobsleigh, fabriqué dans un alliage de métaux top secret !

Tu veux en savoir plus ?

La collaboration entre recherche et industrie du sport avance dans beaucoup de directions passionnantes. Parmi elles, les capteurs de mouvements et « textile intelligent », un tissage bourré de technologie qui, taillé en vêtement, permet d'enregistrer le mouvement du sportif... et de faire bien d'autres choses encore ! Pour tout savoir sur le travail de Dominique David, docteur ingénieur électronicien au CEA, rendez-vous sur www.imagine-ton-futur.com

Natation : sous l'eau, Daniel Beysens tâche d'y voir clair

Dans le domaine de l'eau, la spécialité de Daniel Beysens, c'est la "transition de phases". Traduction : Daniel étudie la façon dont l'eau s'évapore, ou inversement comment la vapeur se condense pour redonner de l'eau. Ça n'a l'air de rien, mais prends l'exemple de tes lunettes de piscine : quand tu nages, au bout d'un moment, tu t'aperçois que de la buée apparaît. Gênant pour tes performances !

Sa mission : Decathlon qui, à travers sa filiale Tribord, fabrique de nombreuses lunettes sous-marines, voulait améliorer l'efficacité de ses différents traitements anti-buée. L'industriel a donc demandé à Daniel Beysens de les tester.

Comment il a procédé : Sous microscope, Daniel a reproduit les conditions sous-marines : 100 % d'humidité à l'extérieur, et de l'air à 30° côté intérieur. En faisant doucement descendre cette température, il a réussi à mettre en évidence à quel moment exactement la buée se forme.

Ses conclusions : Quand le verre a été traité avec un revêtement hydrophile (qui aime l'eau), la buée apparaît très vite, mais sous forme d'un film assez peu gênant pour voir sous l'eau. Par contre, s'il est traité en version hydrophobe (qui repousse l'eau), la buée apparaît plus tard, mais sous forme de gouttes rondes. Et là, on n'y voit goutte ! A Decathlon, maintenant, d'affiner ses techniques de traitement du verre ! ■

Sa formation : Bac S, maths sup et spé, Ecole supérieure d'optique, DEA d'optique quantique, thèse de doctorat-ingénieur au CEA sur la diffusion de la lumière.

Daniel Beysens travaille aussi sur l'utilisation de la buée sous forme de rosée comme eau potable dans les pays désertiques. Sur ces expériences passionnantes qui pourraient bien éclairer l'avenir, il a écrit "A la poursuite des fontaines aériennes", un livre façon roman d'aventures, à chercher sur www.book-e-book.com ou www.amazon.fr

• Pas ordinaire : le "village" linguistique

Potasser sa LV1 sans passer la frontière ? No problem, dans un centre conçu comme un jeu de simulation, avec des monos de langue anglaise ou espagnole (mais parlant français). Impec pour un premier séjour. **Cours + activités.**

Environ 1000 € les 15 jours.

• Classique : en famille

Plein air, multimédia, théâtre... des tonnes d'activités, un hébergement familial excellent pour échanger vraiment. Super, si on parle la langue un minimum et si 'on s'intègre facilement. Timides, s'abstenir ! **Cours + activités.**

De 850 à 1 800 € les 2 à 3 semaines en Europe selon les activités.

• Liberté (surveillée !) : le collège international

La vie de campus avec des jeunes du monde entier : l'université comme si tu y étais !



Vacances en V.O.

Des vacances fun, mais qui boostent ta moyenne en langue, ça te dit ?

Voici quatre formules "spécial collègue" pour choisir selon ton niveau, tes goûts et ton budget.



par Juliette Labaronne

Idéal si tu veux combiner la liberté et les contacts. **Logement collectif + cours + activités.**
De 1300 à 2500 € les 15 jours, sans le voyage.

• Nature et aventure : le summer camp

Laisse tomber les salles de classe : le summer camp, c'est la vie au grand air pour apprendre à parler, pas à gratter du papier ! Précaution : vérifier qu'il n'y a pas trop de francophones dans le groupe.

Prix selon activités et destinations. ■

Pour t'orienter parmi les nombreuses formules, contacte l'UNOSEL au 0820.20.20.36. Pour les aides financières, voir la CAF (caisse d'allocations familiales qui donne des "bons vacances") et la mairie. **Plus de détails sur le site www.imaginetonfutur.com**

➔ Trucs anti-trac pour cartonner au Brevet (ou dans toute autre situation stressante)

Hyper-efficaces, voici trois techniques de gestion du stress utilisées par les sportifs pour éviter de craquer le jour J. A suivre quelques minutes par jour en commençant un mois avant.

J - 30 :

Découvre les bases

Technique n°1 : la relaxation minute
Assis(e) (comme le jour J), place tes coudes côte-à-côte sur ton bureau. Pose le menton sur tes poignets joints. Détends les muscles du cou puis du corps et laisse-toi tomber "comme dans un puit" dans un demi-sommeil, en respirant profondément (voir plus bas).
Durée : 1 à 2 mn

Technique n°2 : la respiration profonde

Assis(e), décontracté(e), jambes et bras décroisés, prends doucement une bouffée d'air, puis bloque un instant ta respiration. Souffle doucement puis reste en expiration quelques secondes.
A répéter 3 à 5 fois, en suivant le rythme de ta respiration.

J - 7 : Booste ta motivation et ta confiance

Technique n°3 : la pensée positive

Avant de t'endormir, les yeux fermés, visualise-toi le jour de l'examen, mais sans penser à un sujet précis : tout se passe nickel, tu remplis ta copie sans difficulté... Visualise ensuite l'examinateur corrigeant ta copie : il est satisfait de ton travail.

J-1 : Détends-toi

Le soir, mets un double réveil à sonner, prépare ton sac, mange plutôt

léger. Trois conseils pour te détendre : prends un bain chaud, écoute de la musique calme, et bois une tisane relaxante.

Le jour J : Ça baigne !

Avant d'entrer en salle d'examen, étire-toi discrètement : croise les mains sur la nuque, puis tire les coudes vers l'arrière. Pendant l'épreuve, en cas de "trou noir", applique les techniques 1 et 2. Essaie aussi les

contractions statiques : assis(e), contracte à fond l'une après l'autre différentes parties de ton corps (poings, fessiers...), le temps d'une respiration. Relâche : une sensation de détente intense t'envahit, et c'est reparti !

Merci à Bruno Comby, auteur de "Réussir ses examens" et "Stress-control", disponibles en librairie et sur www.comby.org

Pour quel sport es-tu fait(e) ?



par Marie Pavlenko



1 Un paysage que tu afficherais volontiers dans ta chambre :

- A Une colonie de manchots sur un iceberg immaculé.
- B Un sommet de l'Himalaya.
- C Une vue aérienne de l'Amazonie.

2 Quelle est la devise du sport idéal :

- A Poilade et transpiration.
- B Rigueur et concentration.
- C Espace et respiration.

3 Dans la rue, un Martien t'aborde. Il te propose de faire un tour dans sa soucoupe volante :

- A « Super idée. T'as des potes, en plus ? J'arrive ! ».
- B « Je réfléchis d'abord ».
- C « On va où ? ».

4 Le père Noël doit être un :

Pas facile de choisir une activité sportive sur mesure. A vue de nez, tu es plutôt danse de salon ou tae kwon do ? Pour découvrir le sport qui collerait pile-poil à ta personnalité, suis le guide.

- A Bon vivant, vu la taille de sa bedaine.
- B Cultivé : avec toutes les bicoques qu'il visite, ça lui en fait, des expériences...
- C Ancien prof de géo : sinon, comment il ferait pour ne pas se paumer, avec son traîneau ?

5 Tu discutes tranquillou avec des potes. L'un d'eux sort un ballon de son sac.

- A Tu proposes immédiatement une partie de foot (ou de volley).
- B Tu attrapes l'objet et le fais tourner machinalement pendant que tu continues de causer.

C Tu remarques qu'il rebondit mieux sur les troncs d'arbre que sur la pelouse.

6 Tu t'apprêtes à déguster une mangue. Tu y découvres un asticot.

- A Beurk, si ça se trouve, il n'est pas tout seul.
- B Il a bien dû en dévorer la moitié, le bougre !
- C Eh ben, il en a fait du chemin, celui-là !

7 Si les animaux incarnaient un sport, tu serais :

- A Un dauphin.
- B Un ours.
- C Un aigle.

Réponse

Tu es fait pour le grand air : Tu es une majorité de C : Le sport est une formidable voie d'évasion. L'occasion rêvée de t'extirper du quotidien, de te froter à des univers inconnus. Rien de plus adapté que les sports nature. Tu y puises le goût de l'effort mais aussi des expériences inédites. Ton credo : se dépasser, certes, mais avec le dépassement en prime. Pour toi : escalade, équitation, rafting, tir à l'arc, avirons, accro-branches, etc.

Rien de mieux que de l'individuel intérieurisé : Tu es une majorité de B : Même si la sensation est confuse, tu as besoin d'intimité. Le sport peut donc être un moyen efficace de te poser. Une parenthèse pendant laquelle tu te centres et découvres de nouvelles sensations. Tu fais plus ample connaissance avec ton corps, apprends à cerner les limites. Bref, l'activité sportive t'aide à mieux te connaître. Pour toi : aikido, kung fu, judo, yoga, tai chi, etc.

Il te faut du collectif fun : Tu aimes te défouler en t'amusant. L'esprit de groupe est primordial. Le sport est un moyen à part entière de lier connaissance et d'agrandir ton cercle d'amis. Tu t'investis à fond, participes aux événements extras (soirées, tombola) et ne déranges pas l'ambiance confédérées des vestiaires. Tu associes sport et joyeuse récréation. Pour toi : basket, volley, hand, foot, etc.

Livres



RESPECT

Olivia, de religion juive et Kenza, de religion musulmane, n'ont qu'une idée en tête : faire taire les critiques et les jugements erronés sur leurs cultures respectives. C'est en retraçant toutes deux leur parcours depuis leur naissance, qu'elles découvrent combien elles sont peu différentes l'une de l'autre. A travers un long dialogue plein de sagesse et d'espoir, les deux femmes exposent leur vision du conflit israélo-palestinien et invitent au respect de chacun.

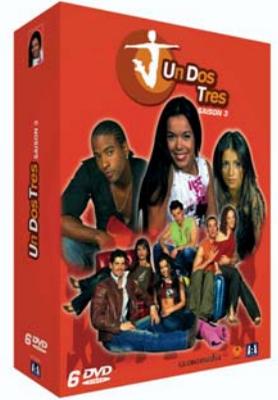
« 2 femmes en colère », d'Olivia Cattan et Kenza Braïga, 16 €, éd. Ramsay.

DVD

TOUS EN SCÈNE !

- L'Ecole Supérieure des Arts Scéniques de Madrid,
- inventée pour les besoins de la série, aurait tout intérêt à devenir réelle, vu l'efficacité de ses professeurs, aussi passionnés que leurs propres élèves ! De la danse moderne ou classique à l'art dramatique en passant par le chant, tout l'univers du spectacle y est représenté !
- Pour cette troisième saison, les élèves transpirent et redoublent d'efforts pour atteindre leur but suprême : réussir leurs examens de fin d'année et vivre de leur passion !

« Un, dos, tres », 29,99 €, éd. M6 Vidéo.



Télé



SORCIERS À SUCCÈS

Plus de 10 ans de succès pour ton émission scientifique préférée (et apparemment préférée aussi des adultes !), « C'est pas sorcier ». Un sacré record ! Dix ans, ça signifie 320 sujets abordés, 2 240 maquettes réalisées, plus de 1 000 pros interviewés et surtout, surtout, 240 000 kms parcourus pour Jamy, Fred et Sabine à bord du célèbre camion-laboratoire ! La bonne nouvelle : si tu as raté les épisodes précédents, trois sessions de rattrapage sont possibles avec les nouveaux DVD : « Attention, planète fragile », « La Conquête des mers » et « Volcans, séismes et tout le tremblement ». « C'est pas sorcier ! » sur France 3, du lundi au vendredi à 17h30, le samedi à 11h10 et le dimanche à 10h40.

© Didier Triquet

Jeux

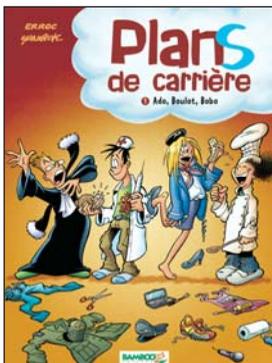
LA TÊTE ET LES JAMBES

Gestionnaire d'un club de foot professionnel : voilà un métier qui en jette ! Sega te propose d'emmener ton équipe préférée au sommet du football mondial en faisant vivre à tes joueurs un entraînement 100% crevant mais 200% efficace, et en leur prodiguant les meilleurs conseils tactiques. Mais la stratégie n'est pas la seule chose à maîtriser. Etre manager, c'est aussi gérer les relations avec la presse et négocier les contrats. Un vrai métier, passionnant mais pas simple...

« Football Manager Handheld », 49,90 €, éd. Sega France.



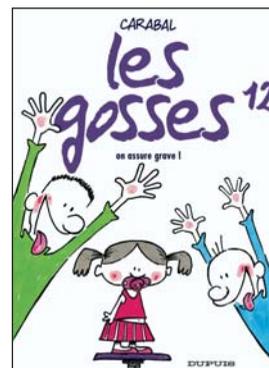
B.D.



« MOI, PLUS TARD JE SÉRAI... »

Il n'y a pas qu'à « Imagine ton futur » que l'on t'aide à trouver ta voie. Chez Bamboo (l'éditeur de la BD « Les Profs ») aussi, on se mobilise ! Quatre ados en mal d'inspiration prennent la parole et s'imaginent tour à tour avocat, politicien, artiste peintre, mannequin, kiné, hôte de l'air, etc. Leur imagination débordante fait sourire, mais mine de rien, elle donne aussi des idées...

« Plans de Carrière », Tome 1 : « Ado, boulot, bobo », 9,45 €, éd. Bamboo.



ENFER ET RIGOLADE

Même s'ils sont carrément infernaux, voilà des gosses qu'on prendrait bien chez soi (un jour, pas plus), histoire de rigoler un brin !

Cyril et Romain enchaînent les bêtises et les répliques tordantes, donnent le mauvais exemple à leur petite sœur Lola, pour bien montrer à leurs parents que, même s'ils regardent encore Petit Ours Brun, ils sont grands ! C'est drôle et ça peut rappeler des souvenirs à certains !

« Les Gosses – On assure grave » de Carabal, 8,50 €, éd. Dupuis.

**À GAGNER : 60 PLACES
POUR LE FUTUROSCOPE !**
Les 60 premiers* à nous retourner l'enquête
gagneront deux entrées gratuites
pour une journée au Futuroscope et
la dernière-née de ses attractions :
"Danse avec les robots".

PRENDS LA PAROLE !

sur www.imaginetonfutur.com

Notre objectif : adapter le magazine
et le site à tes attentes et à tes préoccupations !

Alors fonce sur www.imaginetonfutur.com,
rubrique « *Ton avis nous intéresse* » pour répondre
directement en ligne à l'enquête.

Date limite de retour : 30 juin 2006.

Invitation valable du jusqu'au 31/12/06 (* Date de réponse faisant foi)

FUTUROSCOPE

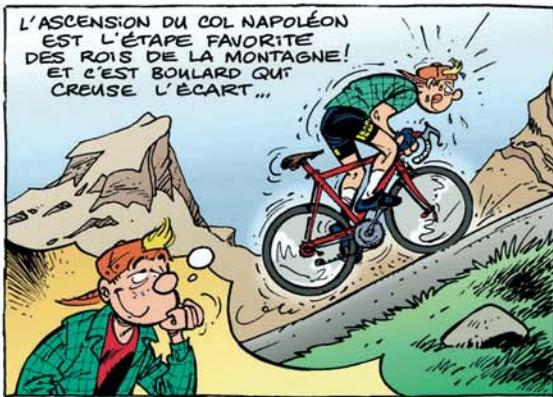
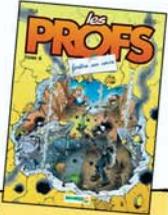


Nouvelle attraction
créée par Kamel Ouali

danse avec les robots

les PROFS

8 TOMES DISPONIBLES



Les Profs © Bamboo Edition - Pica & Erroc - www.bamboo.fr

PICA & ERROC

Donnez de l'élan à vos projets



Vous avez entre 11 et 30 ans ?

Vous voulez vous engager dans un projet associatif,
réaliser un projet culturel, sportif ou de solidarité ?

Lancez-vous avec Envie d'agir !

Pour en savoir plus : www.enviedagir.fr



en partenariat avec

DU 1^{ER} AU 30 JUIN

LE MOIS GAGNANT PEUGEOT

Des Nouveautés Impressionnantes

Des Offres Hallucinantes*



Grand Jeu** : gagnez



5 scooters
d'une valeur commerciale de 1799€

10 XBOX 360
d'une valeur commerciale de 399€

100 lecteurs MP3
d'une valeur commerciale de 30€

Précipitez-vous en concession !

PHOTOS: PEUGEOT/AGET. Photos non contractuelles.

* Offres non cumulables avec d'autres offres, réservées aux particuliers chez les membres du réseau Peugeot Motocycles participants.
** Jeu gratuit sans obligation d'achat valable du 01/06/06 au 30/06/06 inclus, ouvert à toute personne résidant en France métropolitaine, Corse comprise, âgée de plus de 14 ans. Un seul prix par foyer (même nom, même adresse). Le règlement complet de jeu disponible dans toutes les concessions Peugeot Motocycles participant à l'opération, est déposé chez Maître Geyelin, Huissier de Justice à Orléans (45) et est adressé à titre gratuit à toute personne qui en fait la demande à l'adresse suivante : **Jeu Peugeot-IP-45 944 Orléans Cedex 9** (timbre remboursé sur demande jointe à l'envoi-base 20g tarif lent en vigueur). Présentation des lots à gagner dans l'ensemble du réseau Peugeot Motocycles participant : - **au grattage**, 5 scooters Blaster RS12 50 cm³ d'une valeur commerciale unitaire de 1799 € (hors frais d'assurance - à la charge des gagnants); - **au tirage** (le tirage au sort aura lieu le 17/07/06 en présence de Maître Geyelin), 10 consoles de jeu Xbox 360 Premium d'une valeur commerciale unitaire de 399 € et 100 lecteurs MP3 d'une valeur commerciale unitaire de 30 €.

www.peugeot-motocycles.fr

Offre uniquement valable en France Métropolitaine



PEUGEOT