

– CHARLOTTE
MENIÈRE
ATHLÈTE

Monitrice de ski
et de snowboard
Elle a été sportive
de haut niveau en
natation en eau libre



La natation en eau libre est une discipline olympique depuis les Jeux de Pékin en 2008 qui se tient en milieu naturel. L'épreuve du 10 km est la seule à avoir intégré le programme olympique. 21 ans, blonde aux yeux verts, étudiante passionnée de sport en compétition, tout lui réussit ! Dotée de parents aimants, de vrais amis, d'une santé et d'un moral de fer... Où est le problème ? **Comment est-ce possible que Charlotte soit arrivée contre un mur qui a failli lui coûter la vie ?**

Absorbée par le sport de haut niveau et ses exigences, sa vie n'était qu'une course contre la montre... Un caractère de guerrière, une détermination sans faille... elle était en quête du Graal olympique ! Mais, soudain, c'est l'effondrement. Son corps lui dit : **STOP !** Incompréhension, frustration, rage... Pourquoi ne pas mettre fin à ses jours ? Elle y a pensé à plusieurs reprises. Quelque chose ou Quelqu'un l'a toujours retenu de commettre l'irréparable... Maladie de Lyme, dépression... La vie de Charlotte bascule imperceptiblement dans l'anorexie mentale, sa vie se transforme en **cauchemar** avec, en continu, une voix intérieure qui la harcèle jour et nuit, lui chuchotant encore et encore de perdre toujours plus de poids. Avec beaucoup d'authenticité et d'humilité, Charlotte nous décrit **son parcours** d'avant, pendant et après sa maladie. Maintenant, elle témoigne : « Oui, il est possible de guérir complètement de l'anorexie mentale ! » **Dans la tourmente, une lumière est venue éclairer son chemin.**

SPORT DE COMPÉTITION ET FOI EN DIEU, EST-CE COMPATIBLE ?

ÉDITO

Au travers de la lecture de La Parole, nous sommes encouragés à prendre soin de notre corps et à pratiquer une activité physique régulière. Jésus était un grand marcheur ! Même si notre corps va mourir, Dieu nous en confie la responsabilité durant le temps que nous sommes sur terre : « *Ou bien auriez-vous oublié que votre corps est le sanctuaire même du Saint-Esprit qui vous a été donné par Dieu et qui, maintenant, demeure en vous ? [...]* Car c'est à un grand

prix que vous avez été rachetés. Honorez donc Dieu et rendez-lui gloire par votre corps même, aussi bien que par votre esprit, car tous deux appartiennent à Dieu. »

(1 Corinthiens 6. 19-20)

Mais qu'en est-il du sport de compétition ?

Le sport et la foi sont compatibles à partir du moment où la foi ne vient pas instrumentaliser notre pratique sportive, c'est-à-dire où ma foi est en Dieu, elle cherche à l'honorer, à lui rendre gloire, et non pas à l'utiliser pour des fins de succès.

Charlotte a écrit un livre :
Dans le creux de la vague



« *Tous les athlètes qui participent à une compétition sportive s'imposent toutes sortes d'abstinences. Ils disciplinent leur vie dans tous les domaines pour remporter la victoire et recevoir une couronne, qui sera pourtant bien vite fanée, alors que nous, nous aspirons à une couronne qui ne se flétrira jamais. » (1 Corinthiens 9. 25)*

Dans le documentaire « Le poids de l'or », Michael Phelps (28 médailles olympiques dont 23 en or) témoigne : « On est des êtres humains comme les autres. Certes, j'ai gagné beaucoup de médailles. Ça ne change rien, je n'étais pas heureux de ma vie. Je me voyais seulement comme un nageur et non comme un être humain. Je n'avais aucun amour-propre, aucune confiance en moi. »

Vainqueurs ou pas, tous les athlètes tombent de très haut. Au départ, leur sport était une passion, cédant rapidement la place à la pression avec cette sensation de ne jamais en faire assez et de n'avoir de la valeur qu'au travers les performances produites. Plus de 80% des athlètes passent par une dépression post-olympique. Certains, plongés dans une douleur

insoutenable, commettront l'irréparable et ne reverront jamais la lumière.

Derrière les paillettes que veulent nous faire voir les médias durant les Jeux Olympiques, s'interroge-t-on sur ce qui se trame derrière les médailles, derrière la gloire de l'homme qui ne dure qu'une fraction de seconde, s'interroge-t-on sur les motivations à pratiquer le sport de compétition et sur l'impact que celui-ci peut avoir sur la vie d'un athlète et son entourage ?

A la fin de son documentaire, où de nombreux athlètes témoignent de leur souffrance, Michael Phelps finit par dire : « *Qu'est ce qu'il faut de plus pour que ça change ? Que cinq autres athlètes se suicident ? Jusqu'où il va falloir aller pour que quelqu'un se lève et dise : il faut qu'on agisse, c'est important. »*

Aujourd'hui, c'est à nous que je pose la question, en tant que chrétiens, ne serait-ce pas à nous de nous lever, de passer à l'action et d'avoir un impact au sein du monde hostile qu'est le sport de compétition ?

SAMUEL RICHARD

JEUNE CHRÉTIEN ET SPORTIF DE HAUT NIVEAU



Salut Samuel, peux-tu te présenter et nous dire quel âge as-tu et quel sport pratiques-tu ?

Alors moi c'est Samuel Richard, j'ai 16 ans, j'habite à Voiron et je suis sportif de haut niveau en escalade.

Depuis quand tu pratiques ce sport ? Et en quoi consiste cette discipline ?

Je fais de l'escalade depuis que je suis tout petit, vers 2 ans à peu près. J'ai commencé la compétition quand j'avais 9 ans, mais ça fait seulement 3 ans que

j'en fais sérieusement. Je pratique principalement l'escalade de bloc.

Comment as-tu découvert ce sport ?

Mon père est moniteur d'escalade, il m'a donc initié au sport et j'y ai tout de suite pris goût.

Combien d'heures par semaine t'entraînes-tu ? Et combien de jours ?

Actuellement, je m'entraîne environ 5 jours par semaine, 2 fois par jour. Ce qui doit faire une moyenne d'environ 25h par semaine.

Il y a 3 disciplines en escalade sportive :

→ **La difficulté / voie :** le but c'est de monter le plus haut possible sur une voie difficile qui fait entre 16 m et 20 m de haut. C'est un effort d'endurance avec en général 35 à 45 mouvements.

→ **Le bloc :** le but est de monter le plus haut possible sur différents murs plus ou moins déversant, d'environ 4 m de haut au dessus de tapis. C'est un effort beaucoup moins long que la voie mais plus intense, avec maximum 8 à 10 mouvements.

→ **La vitesse :** l'objectif est de monter une voie facile de 15 m de haut le plus rapidement possible.



Quel est ton niveau de compétition ? (régional, départemental, national, mondial ...)

J'ai un niveau « international » en compétition jeunes et je suis dans le top 15 des meilleurs grimpeurs français, toute catégorie confondue.

Ton meilleur résultat ?

Mon meilleur résultat en compétition, c'est sûrement ma 6^{ème} place aux championnats du monde jeunes, accompagnée de près du titre de vice-champion d'Europe jeunes.

Où en es-tu dans tes études ?

Je suis en première STMG au CNED (enseignement à distance). C'est-à-dire que je fais tous mes cours sur mon ordi depuis chez moi.

Est-ce que tu trouves ça dur de concilier le sport et l'école ?

Étant au CNED, c'est beaucoup plus facile de concilier les deux car je peux moduler mon emploi du temps de cours en fonction de celui de grimpe. Mais il est vrai que s'investir à l'école quand tu t'investis beaucoup dans le sport, c'est compliqué.

Est-ce que tu arrives à trouver du temps pour être avec ta famille ?

Au vue du fait que je vis maintenant en appartement seul à voiron, c'est plus compliqué de passer du temps avec ma famille qui habite à Valence. Mais je reviens souvent les week-ends (toutes les 2/3 semaines donc c'est supportable).

As-tu des restrictions particulières ? Au niveau de l'alimentation ou autre ?

L'escalade étant un sport où l'on lutte contre la gravité, la gestion du poids est quand même importante. Après comme tout sportif, il est important de manger sainement, mais en escalade on essaie quand même un peu de baisser les quantités des repas à l'approche des compétitions. Après j'essaie aussi de limiter les sports accidentogène (ski, boxe, gymnastique...) afin de pas me blesser pour la saison.

Et pour ce qui est de ta foi et ta relation avec Dieu, comment cela se passe-t-il ? Quelle place Dieu a-t-il dans ta vie d'un jeune sportif et chrétien ?

Dieu a la place N°1 dans ma vie, et je pense que, sportif ou non, ça devrait l'être pour tous les chrétiens. C'est ma priorité, et je sais que ce tout ce que Dieu fait c'est pour notre bien alors j'ai une totale confiance en lui. Je lui remets tout, que ce soit mon niveau en compé-

titution, ou bien la gestion de mes blessures, mon cursus scolaire, mes projets... et je sais qu'il saura m'orienter à la place qu'il a prévu pour moi (que ce soit dans le sport de haut niveau ou non).

J'ai lu plusieurs choses à ton sujet : « extraterrestre anthropomorphe, le talent n'a pas d'âge, le jeune phénomène qui vient de mettre son nom dans le grand tableau de la performance, des cotations, des records et des chiffres en général, qui est ce jeune qui grimpe du 8C bloc à 15 ans ? Etc... »

Ressens-tu une pression de la part de tes parents ou de la part des autres adultes ?

Alors pour le coup, je ne ressens vraiment aucune pression des personnes autour de moi. La seule personne qui me

met un peu la pression c'est moi, et c'est une pression positive qui me tire vers le haut donc ça va.

Quel est ton plus grand rêve sportif ?

Mon plus grand rêve sportif, c'est de devenir champion olympique en 2028. Si Dieu me le permet :)

**DIEU A LA PLACE N°1
DANS MA VIE, ET JE
PENSE QUE, SPORTIF
OU NON, ÇA DEVRAIT
L'ÊTRE POUR TOUS LES
CHRÉTIENS.**



Bonjour à tous

2024, est une année spéciale, en particulier pour les sportifs, avec les jeux Olympiques qui se tiendront à Paris cet été !

2024, une année spéciale pour l'Église aussi ? La perspective de ces jeux olympiques en France n'est-elle pas une opportunité à saisir pour l'annonce de l'Évangile ?



POUR VOUS Y AIDER, NOUS AVONS LA JOIE DE VOUS ANNONCER L'ARRIVÉE DU TOUT NOUVEAU KIT DE L'AAE : "UNE JOURNÉE SPORTIVE"

Préparé par la Commission Évangélisation de l'AAE, ce kit vous propose tout un programme et les outils pratiques pour organiser toute une journée de sport pour les enfants de 6 à 11 ans.

A travers trois temps d'enseignements bibliques, vous pourrez leur faire découvrir le moyen de réussir la course de la vie en suivant le meilleur coach qui soit : Jésus !



UNE JOURNÉE SPORTIVE

Le sport prend une place importante dans notre société et les événements sportifs attirent l'attention des foules : le sport est fédérateur !

A l'occasion des Jeux 2024, nous vous proposons d'organiser une journée sportive : **invitez les enfants de l'Église, leurs voisins, leurs cousins et leurs amis,** pour vivre ensemble une journée pleine de sports et d'émotions. Vous aurez ainsi l'occasion de leur parler de Jésus, le seul qui puisse leur faire connaître la vraie victoire : une vie éternelle avec Dieu !

Une cérémonie de remise de médailles en fin de journée sera l'occasion de faire plus ample connaissance avec les parents et de leur présenter ce qui aura été vu pendant la journée.

Vous trouverez dans le kit **des conseils et de nombreuses ressources** pour organiser une journée sportive pour des enfants de 6 à 11 ans :

De nombreuses ressources complémentaires importantes sont fournies en téléchargement :

- les invitations à compléter
- le programme au format WORD
- les explications et les tableaux des résultats des épreuves sportives
- les aides visuelles du temps d'informations sur les jeux olympiques et des temps d'enseignements bibliques (PDF et Powerpoint)
- une vidéo
- l'aide visuelle et la bande-son de l'hymne de la journée
- un passeport à remplir pour se souvenir de tout ce qui a été vu dans la journée...

NB : Ce kit propose un programme pour toute une journée de club, mobilisant toute une équipe pour préparer et assurer les différentes activités. Mais le programme peut être partagé pour être enseigné en trois fois et des alternatives sont proposées pour l'organiser avec une plus petite équipe dans un espace limité.

Carole Placide

**LA VRAIE VICTOIRE :
UNE VIE ÉTERNELLE
AVEC DIEU !**

LE PROGRAMME

trois enseignements bibliques pour découvrir comment gagner la course de la vie :

- Commencer la course avec Jésus (les anneaux de l'Évangile)
- Continuer la course (malgré les difficultés)
- Gagner la course !
- Des aides visuelles en couleur
- L'invitation à photocopier
- Des activités d'accueil : pompons, drapeaux...
- Des informations sur les jeux olympiques
- Des conseils pour organiser trois temps d'épreuves sportives (relais, sports individuels, sports collectifs)
- Des conseils pour une cérémonie d'ouverture et de clôture de la journée.

TÉMOIGNAGES

INTERVIEWS PAR
FELLY YOKA

INTERVIEW

CHARLOTTE MENIÈRE

Qui es-tu Charlotte ?

Je suis fille de Dieu, choisie, aimée et conçue pour un but ! Pour ce qui est de mon activité, avant, je faisais de la natation en eau libre en compétition jusqu'à ce que ma carrière prenne brutalement fin suite à un surentraînement. Désormais, mon cœur est de rapprocher chaque personne du cœur du Père au travers de l'encouragement, du sport et de la créativité.

Comment as-tu rencontré le Christ ?

J'ai rencontré Jésus dans le train ! Avant ce jour, je n'avais jamais mis les pieds dans une église, ni vraiment entendu parler de qui est Dieu. Un jour, après un surentraînement, de la dépression, la maladie de Lyme et plus de deux ans d'anorexie mentale, je suis tombée sur un feuillet de « la bonne semence » dans le train. Dieu s'est révélé à moi, les écailles de mes yeux sont tombées, en fait la solution à tous mes soucis, c'était Lui ! Je l'ai entendu me dire : « Je t'ai sauvée, je t'ai guérie. » Mon cœur a explosé de joie et ma vie a changé radicalement.

Quelle place un sportif de haut niveau peut-il accorder à Dieu dans sa carrière et dans sa vie de tous les jours ?

S'il le veut, il peut lui accorder la première place, et c'est la meilleure chose à faire ! Quel est notre objectif en tant que sportif chrétien ? Gagner ou être un témoin de qui est Christ peu importe si je monte sur la première marche du podium ou pas. Plus nous passons du temps avec Dieu, plus il nous transforme de l'intérieur, plus nous



pouvons être des vecteurs utilisés par Lui pour amener du changement (de par nos comportements et nos actes) dans ce monde hostile qu'est le sport de haut niveau.

Quels conseils donnerais-tu aux parents chrétiens en lien avec la pratique sportive de leurs enfants (compétition et entraînement) ?

De veiller à ce qu'un équilibre demeure dans la vie de leur enfant. Si la vie de ce dernier tourne qu'autour du sport, et qu'il n'y a plus de place ni pour Dieu, ni pour du temps en famille ou avec des amis, cela peut devenir dangereux. Ce n'est pas le sport qui doit définir leur identité. Je conseillerais d'instaurer des temps avec d'autres activités et des moments de qualité, en leur rappelant qu'en tant que parents, nous les aimons quelque soit leur performance, qu'ils n'ont pas besoin de faire le meilleur chrono de la planète pour être aimé.

Si tu étais chrétienne quand tu étais enfant, pré ado ou ado, comment aurais-tu concilié la foi et le sport ?

Si j'avais été chrétienne en tant qu'ado, je ne pense pas que je me serai orientée vers le sport de haut niveau, car avec le recul, je vois que ce n'était pas mon

appel. Mais si j'avais dû concilier foi et sport de compétition à cet âge là, j'aurais aimé être ancrée dans mon identité, passer du temps à lire la Parole de Dieu, à communier avec Lui, afin d'être une lumière dans le monde du sport, d'amener le pardon, la bienveillance, la justice, l'amour pour son prochain, le respect... Je me serais greffée à une Église locale et me serais entourée de personnes enracinées dans la foi en Jésus, j'aurais également contacté Joël Thibault par exemple (aumônier du sport) afin d'avoir du soutien et un vis-à-vis sur mon comportement et mes motivations, afin de rester sur le bon chemin et ne pas me tromper d'objectif.

JE L'AI ENTENDU ME DIRE :
« JE T'AI SAUVÉE,
JE T'AI QUÉRIE. »

ÉLINE GRABER

Quel sport pratiques-tu ?

Je pratique du foot en équipe féminine depuis deux ans en U13. J'occupe le poste de défenseuse. Je m'entraîne deux fois par semaine pendant 1 heure et demi et je joue des matchs tous les samedis.



Qu'est-ce que tu aimes dans ce sport ?

Tout me plaît, l'esprit d'équipe, le fait d'apprendre à perdre mais aussi savourer les victoires. Dans ce sport j'aime aussi la compétition entre les équipes et devoir se donner à fond dans ces duels. J'aime aussi la pression de se consacrer à 100% pour faire gagner son équipe malgré les difficultés.

Quand et comment as-tu rencontré Jésus ?

Ma mère et mon père sont nés dans une famille chrétienne et m'ont parlé de Jésus depuis ma naissance. J'ai rencontré Jésus grâce à eux lorsque j'étais petite. Tous mes dimanches je les passe à l'église. Depuis que je connais Jésus, je grandis avec lui.



Comment ta foi se manifeste-t-elle dans ton sport ?

Quand je suis sur le terrain et qu'il y a une embrouille, on peut se faire insulter ou autre chose... Pendant ces moments, je me rappelle que j'ai Dieu et que j'ai pas besoin de me soucier de ce que mes adversaires me disent parce que Dieu me protège et sait quand je dois agir. Ma foi se manifeste aussi quand on perd : certes j'ai du mal à accepter la défaite mais je trouve parfois les bons mots à dire à mon équipe et ces mots, c'est Dieu qui me les donne. Il écoute aussi mes prières que je fais en match et m'aide à les réaliser.

MOT DE LA DIRECTRICE

2024, une année spéciale pour l'église ? La perspective de ces jeux olympiques en France est-elle une opportunité à saisir pour l'annonce de l'Évangile ?



Nous sommes conscients que bien des batailles se gagnent à genoux alors merci de prier :

- Le **kit « Journée sportive »** vient de sortir. Que de nombreuses autres Églises puissent se servir de cet outil pour organiser une telle journée.
- **130 000 packs « spécial JO »** avec l'Évangile de Luc et un « parcours découverte » pour les enfants ont été demandés et seront imprimés, livrés et distribués de main à main. Prions pour les équipes qui vont en faire la distribution



dans les mois qui viennent et pendant les JO à Paris. Prions pour que cela arrive dans les mains d'adultes et d'enfants en recherche.

- Nous aimerions encourager les enfants chrétiens à témoigner de leur foi au travers d'un outil très simple : **le bracelet de l'Évangile**. Cela pourra aussi servir pour de la distribution à des enfants et pour remettre aux enfants qui participeront à une journée sportive. Prions pour le financement de ce projet qui coûtera 3000 euros.

- Un projet d'accueil de jeunes irlandais chrétiens à Paris pendant les jeux olympiques est en cours. Cela nous **enthousiasme**, mais c'est aussi un **grand défi d'organisation**. Nous avons besoin de sagesse, de zèle et de foi pour envisager ce projet.

CORINNE RUHLAND



AEE

ASSOCIATION
EVANGILE & ENFANCE

SOUTENIR LE TRAVAIL PARMIS LES ENFANTS

Soutenir l'œuvre de l'AEE c'est **participer au développement des activités**, à la qualité de **nos publications** et également au **soutien des collaborateurs**.

Le salaire qu'ils reçoivent provient des libéralités des chrétiens.

Merci d'être ainsi partenaires avec nous dans l'œuvre que Dieu nous a confiée.

Vous pouvez :

→ faire un **don en ligne** par CB ou Stripe sur **ae-media.com**

→ envoyer un **chèque** à :

AEE – 45 rue George Sand, 91320 Wissous

→ ou encore effectuer un **virement bancaire** (veuillez nous demander un RIB).