



ZOOM SUR LES JEUNES BÉNÉVOLES

ufolep 44
TOUS LES SPORTS AUTREMENT

DU RÉSEAU



Louise (18 ans), Candice et Lénie (15 ans) sont engagées au cœur du club de gymnastique rythmique GR ALC Chateaubriant, où elles sont gymnastes et entraîneuses. Par leur engagement, elles incarnent pleinement les valeurs portées par l'UFOLEP.

Quelles sont vos principales missions ?

Louise, Candice et Lénie : En tant qu'entraîneuses, nous assurons la gestion de nos équipes, préparons et participons aux entraînements. Nous sommes également présentes et en suivi de nos équipes pendant les compétitions. Nous sommes référentes de nos équipes et également présentes au gala, aux spectacles et à tous les événements phares de nos équipes.

Qu'est-ce qui vous a donné envie de devenir bénévole ?

Louise, Candice et Lénie : Nous souhaitons devenir bénévoles pour en apprendre davantage. En apprendre sur nous, sur ce que nous étions capables de faire et d'accomplir. On souhaitait aussi transmettre ce que nous connaissions aux plus jeunes. Le club est à taille humaine, il y a vraiment un esprit d'entraide entre chaque entraîneuse et gymnaste. On veut participer et aider à la vie du club.

Que reprenez-vous de votre bénévolat ?

Louise, Candice et Lénie : Le fait de travailler avec des jeunes, c'est intéressant, ça nous apprend à être plus pédagogues, à échanger avec

les jeunes ou les parents. Cette expérience, nous donne aussi des responsabilités. On apprend à gérer une équipe, à s'organiser, à prévoir les entraînements à l'avance. On réfléchit sur comment faire progresser les jeunes...

Des moments marquants dont vous êtes fières ?

Louise, Candice et Lénie : Ce que nous aimons surtout, c'est d'accompagner les jeunes en compétitions. On sent qu'elles ont un bon stress, elles sont tellement différentes que pendant l'entraînement, leur personnalité est différente et c'est vraiment intéressant. Ce qui nous a étonné aussi, c'est de voir que les jeunes sont vraiment admiratives des entraîneuses. Elles pensent que ce que nous faisons est la meilleure des façons. Alors qu'on a juste toutes des niveaux différents.

Comment créez-vous un lien de confiance ?

Louise, Candice et Lénie : Déjà entre elles, les jeunes se connaissent bien, c'est une petite ville, elles vont toutes à l'école ensemble. Après, nous organisons des jeux de cohésion ou des petits jeux au début des saisons.

Le plus compliqué, c'est lorsque des conflits de l'école viennent au club. Dans ces moments-là, on essaie de comprendre le conflit et de le régler avec des mots simples et souvent, ça se passe bien. La confiance aussi elle se fait souvent plus naturellement, car nous avons un écart d'âge avec les jeunes, elles ont souvent 4-5 ans de moins que nous.

Que diriez-vous pour donner envie de rejoindre l'UFOLEP ?

Louise, Candice et Lénie : Déjà, si on s'engage, on pense qu'il faut aimer la gymnastique rythmique. Il faut être passionné pour garder la motivation de cet engagement. Concernant, notre club, affilié à l'UFOLEP44, tout le monde se connaît, c'est un environnement convivial. C'est vraiment comme une petite famille, on se connaît tous, depuis très longtemps donc forcément nous sommes attachées à notre club.

Une anecdote à nous partager ?

Louise, Candice et Lénie : On passe souvent de bons moments sympas. En tant que gymnaste, on garde toujours en tête les compétitions où on gagne forcément. Il y a beaucoup d'émotions et on voit chacune nos entraîneuses fières de nous.