

Le soin n'est pas leur seule spécialité

À l'occasion
des JO 2024 en France,
rencontre
avec des professionnels
du CHRU impliqués
dans le sport
de haut niveau.



Crédit photo : Fédération Française de Handball

Ahmed BELABBES *Infirmier tuteur - Arbitre élite de handball*

En handball, l'arbitrage fonctionne obligatoirement à deux. **J'ai toujours arbitré avec mon ami d'enfance**, on est vraiment soudés. Nos prestations sont toutes débriefées et évaluées : la moyenne annuelle de nos notes détermine le niveau des rencontres que nous pouvons arbitrer. Nous sommes au plus haut et on compte bien y rester ! Aujourd'hui, je n'arrive plus à regarder un match en tant que simple spectateur sans l'arbitrer, c'est plus fort que moi.

Nos binômes peuvent être 100 % masculins, féminins ou mixtes et nous arbitrons toutes et tous des matchs féminins et masculins. J'adapte ma façon d'arbitrer aux styles de jeu : par exemple, les handballeuses s'appuient davantage sur la vitesse et la technique, tandis que les handballeurs vont plus au contact.

L'arbitre doit **être ferme et juste tout en faisant preuve d'empathie**. Se retrouver face à des stars comme Nikola Karabatic, c'est très impressionnant, il faut vite oublier le fan en vous et revenir dans votre short d'arbitre. Savoir vendre ses décisions est une qualité essentielle pour un arbitre et beaucoup de choses y contribuent : la communication corporelle, l'attitude, les mots choisis... **L'ambiance est assez respectueuse, les contestations se font avec courtoisie**. Même s'il arrive de se faire

huer par cinq mille personnes ! Les premières fois, on a chaud, puis on apprend à faire totalement abstraction. Le niveau sonore souvent très élevé peut compliquer les échanges sur le terrain : on doit siffler fort, parler fort, l'oreillette qui me relie à mon binôme est donc indispensable.

C'est le plaisir que je ressens à chaque arbitrage qui me motive à continuer, pas notre indemnisation qui est loin d'être à la hauteur du temps investi. Nos déplacements se font dans toute la France et nous devons arriver dans la ville d'accueil au moins quatre heures avant le début du match. Durant les semaines qui précèdent, on étudie les équipes qui vont s'affronter en visionnant les vidéos de leurs derniers matchs. **En tant que sportifs de haut-niveau, nous bénéficions d'un suivi médical adapté**. Nous avons également un préparateur physique et un entraînement basé sur la course et le renforcement musculaire. Plusieurs fois par an, nous passons des tests physiques ainsi que des épreuves écrites sur le règlement et la gestion de situations de jeu.

Ma fonction d'arbitre et le sport en général, m'ont aidé à combattre ma timidité, à me faire comprendre sans froisser mon interlocuteur et

à être très carré. Ces compétences précieuses, je les mets à profit au CHRU de Nancy dans ma fonction d'infirmier tuteur au sein du pôle urgences réanimation médicale : j'accompagne les utilisateurs des dossiers patients informatisés, j'encadre les étudiants et je participe à l'accueil des nouveaux arrivants. La communication et ma bonne humeur sont mes plus grandes forces.

Stéphane, parathlète en saut en longueur et épreuves combinées (longueur, 100 mètres, lancer de javelot, lancer de disque, 1500 mètres) : champion de France de 1993 à 2011 - Europe 1999, 2001, 2003 et 2005 - Médaille or et argent à Atlanta (1996), Sydney (2000) et bronze à Pékin (2008), ainsi qu'un double titre et records mondiaux en longueur.



Crédit photo : Fédération France Paralympique



Julien ADAMI

Logisticien aux urgences adultes et auparavant aide-soignant au sein du pôle digestif, Julien a porté la flamme olympique lors de son passage à Forbach le 27 juin 2024. « Une expérience incroyable qui restera gravée dans ma mémoire. J'ai été fier de représenter le CHRU de Nancy, les soignants et nos valeurs. » C'est grâce à sa femme qui voit passer l'appel en septembre dernier et qui gère le dossier de candidature, que le fan d'escalade également sapeur-pompier volontaire est retenu. « Enfant, j'avais déjà tenu une flamme à Nancy pour les jeux mondiaux des transplantés, c'était un très bon souvenir. »

Crédit photo : République Lorraine

Stéphane BOZOLLO Kinésithérapeute - Parathlète

Je me suis tout de suite reconnu dans les valeurs du sport : le respect, le travail, la persévérance, la performance récompensée, le partage d'émotions, l'esprit de compétition. Une victoire, c'est avant tout une fierté du travail accompli. Si vous êtes en quête de notoriété ou d'argent, l'athlétisme n'est pas pour vous ! C'est un sport amateur assez protégé de ces dérives ; pour gagner leur vie, la plupart des athlètes exercent un autre métier.

Je milite pour que les Olympiades s'ouvrent par les épreuves paralympiques. La flamme est un symbole très fort des jeux. Elle sera éteinte lors de la cérémonie de clôture puis rallumée dix-sept jours plus tard : ça enlève aux Jeux Paralympiques un peu de valeur symbolique. Ils restent malgré tout une excellente opportunité

pour **montrer aux personnes atteintes d'un handicap physique ou mental, dans le monde entier, que la performance sportive leur est accessible.** Ma déficience visuelle m'a amené en catégorie parathlétique. Les performances y sont souvent très proches de celles réalisées par les athlètes dits valides, certaines disciplines dont le saut en longueur pourraient fusionner.

J'ai arrêté ma carrière sportive en 2012 pour rejoindre le staff de la Fédération Française Handisport. **Quand en tant qu'athlète, vous avez tout gagné et que vous avez à votre actif plusieurs records, cette transition paraît naturelle, c'était le bon moment pour moi.** Je suis l'équipe de parathlétisme aux côtés de deux autres kinés. Aussi bien en stage comme

en Afrique du Sud en février dernier, qu'en compétition – les championnats du monde ont eu lieu au Japon cette année. Sans être indispensable, mon parcours sportif est un plus : je connais parfaitement le sport des athlètes que je soigne, leurs blessures, ça enrichit nos échanges. **Ces nouveaux débuts ont été un peu difficiles** car à l'époque, j'ai dû montrer à mes camarades toujours athlètes, que j'étais là pour eux, mais dans un tout autre registre.

En compétition, le rôle de kiné est très exigeant. Les épreuves sont étalées sur la journée et c'est à toute une équipe qu'on prodigue les soins et séances de récupération. **La performance réalisée par le sportif se construit avec un ensemble d'acteurs et chacun se doit d'être au top.** J'apprécie agir en coulisses et partager avec les sportifs des instants que le public ne pourra jamais vivre avec eux. Sous la tente, c'est un va-et-vient continu entre athlètes victorieux euphoriques, déçus de leur défaite et hyper concentrés avant leur épreuve. **Un véritable ascenseur émotionnel !** Je dois rester concentré et m'adapter à chaque situation individuelle.

Je suis kinésithérapeute depuis 2001. Au CHRU de Nancy, je partage mon activité entre le CUMSAPA* et les patients hospitalisés en chirurgie vasculaire, chirurgie cardiaque et hématologie. **Beaucoup de valeurs sportives sont transposables dans le monde de la santé :** pour que le soin se passe le mieux possible, le travail d'équipe, la rigueur, la coordination et la communication sont essentielles.

Membre du staff médical de l'équipe française parathlétique, le kinésithérapeute sera présent aux Jeux Paralympiques de Paris 2024.



Crédit photo : Fédération Française Handisport

*Centre universitaire de médecine du sport et activité physique adaptée



Credit photo : Let's go Metz

Lola PICARD

Infirmière puéricultrice - Athlète en saut en hauteur

J'ai commencé l'athlétisme à l'âge de six ans. Après avoir essayé plusieurs disciplines, j'ai commencé à performer dans le saut en hauteur. **J'avais les qualités physiques et j'ai trouvé l'activité ludique et agréable.** Le fait de sauter dans les airs pour atterrir sur un tapis fait écho aux joies simples de l'enfance. Et les entraînements sont rarement douloureux contrairement à d'autres activités de l'athlétisme. **Le saut reste toutefois très exigeant techniquement et physiquement,** avec notamment une grosse pression au niveau des chevilles lors de la course en virage qui précède le saut.

Un saut, c'est très bref. Mais un concours peut durer plusieurs heures, il faut donc rester concentrée et prête à enchaîner les sauts. Même si j'apprécie les quelques compétitions en équipe, j'aime surtout le côté individuel de ce sport : je maîtrise la pression que je me mets et ce que je dois mettre en place pour atteindre mes objectifs. À la fin, **que le résultat soit positif ou négatif, j'en suis la**

seule responsable et je trouve cela beaucoup plus simple à gérer.

Chaque compétition a une part d'aléatoire : la favorite peut louper ses sauts tandis que celle que personne n'attend fait un très bon parcours. C'est ce qui m'est arrivée en février dernier lors du championnat de France Élite hivernaux, j'y ai décroché la seconde place.

Mon record personnel est 1,86 m. Il y a une hauteur que je ne pourrai physiquement jamais dépasser bien entendu, mais je m'efforce de ne pas mettre de chiffre en tête. À mes débuts, à chaque hauteur franchie, je me disais *C'est bien, mais je ne vois pas comment je vais réussir à faire plus la prochaine fois.* **J'ai lutté contre cette pensée limitante car une barrière mentale que vous vous posez à vous-même, vous empêche de progresser.** Aujourd'hui, je m'entraîne aussi bien que possible et je vois ce que cela donne en compétition.

Après avoir obtenu mon diplôme d'État d'infirmière à Nancy en 2022, j'ai intégré la spécialisation en puériculture avant de rejoindre l'équipe de soins intensifs et de réanimation néonatale à la Maternité du CHRU de Nancy en octobre 2023. Depuis que j'ai des horaires de travail fixes et un planning défini, **j'organise mes entraînements sur mes jours de repos.** Durant mes études, c'était souvent en fin de journée alors que j'étais fatiguée physiquement et mentalement. Maintenant, je vais à mes séances en meilleure forme et même si globalement, je m'entraîne moins fréquemment que l'année dernière, je les trouve meilleures sur le plan qualitatif.

Le sport m'a aidée à trouver un certain équilibre de vie. Je ne me lancerai jamais dans une carrière totalement sportive car j'adore mon métier d'infirmière. Le travail me permet de relativiser en cas de mauvais résultats et avec l'athlétisme, je me défoule, je m'aère le corps et l'esprit et j'arrive plus sereine au travail.

Francis MOUGET Kinésithérapeute - Kayakiste

Cela fait plus de vingt ans que la pagaie ne me quitte plus. Grâce aux connaissances que j'ai acquises durant mon cursus en STAPS et mon métier de kiné, je gère moi-même ma préparation physique. La course à pied et la musculation sont la base de mon entraînement. J'y ajoute du vélo, de la natation et du ski de fond. Le canoë-kayak peut se faire à un, deux ou quatre. La pratique en équipe est très sympa, la synchronisation entre nous est super importante.

Avec ma préparatrice mentale qui est psychologue de formation, **j'ai appris à transformer mon stress en un stress positif et combatif** qui m'aide à trouver des forces supplémentaires durant les épreuves. Cet accompagnement m'a permis aussi de lever un blocage : je ne parvenais pas à augmenter ma vitesse maximale. Nos bateaux sont assez instables et vu que j'ai tendance à vouloir tout maîtriser, je gaspillais de l'énergie dans ma tentative

de contrôle total des mouvements du bateau. Dès que j'ai réussi à lâcher prise, j'ai progressé.

Tout sport est fait de victoires et de défaites. Quand vous décrochez un titre, passé l'euphorie, vous rebaseculez facilement dans le rythme de l'entraînement. Mais une défaite, c'est toujours compliqué. La déception ressentie est à la hauteur de votre investissement tout au long de la saison. **Mais pour avancer, il faut savoir se remettre en question.** Je me laisse du temps pour digérer. Je préfère débriefer à froid ma course pour ensuite me fixer de nouveaux objectifs.

Au travail, **le sport m'a aidé à perfectionner mon sens de l'organisation et à diversifier les exercices que je propose aux patients.** Ma mentalité de sportif m'incite à ne pas reculer devant les obstacles ; j'essaie de transmettre cet état d'esprit aux patients qui doivent être

acteurs de leur rééducation. D'ailleurs quand ils me reconnaissent ou qu'on échange sur le kayak, les réactions sont contrastées. Pour les frileux de l'activité physique, c'est ouhlala, il va me tuer (rires) et ils sont vite rassurés par mon approche. Ou au contraire, ça les stimule et ils se sentent encore plus en sécurité.

Je partage mon activité entre le CUMSAPA et l'unité de réadaptation cardiaque. Depuis 2019, avec l'accord du CHRU de Nancy et du pôle rééducation, **je peux consacrer 50 % de mon temps de travail annuel à ma pratique sportive.** Le dispositif proposé par le Ministère des sports, l'Agence nationale du Sport, en lien avec la Maison régionale de la Performance et la Fédération Française de Canoë-Kayak, me permet d'organiser plus facilement mon activité hospitalière par rapport au calendrier annuel des compétitions.

4e au championnat du monde 2018, médaillé d'or à la coupe du monde 2020, Francis atteint la 5e place européenne en 2024 avant un possible nouveau titre national cette année.





Crédit photo : Magalie Dalle Vedove

Sébastien débute la pole sport en octobre 2021. Deux ans plus tard, il arrive premier aux championnats de France, d'Europe et du Monde, et décroche à nouveau le titre national en 2024.

Sébastien GERALDES BERNARDINO

Infirmier - Athlète de pole sport

Lorsque ma meilleure amie m'a parlé de pole dance, j'étais dubitatif. J'ai toujours été sportif : aviron, badminton, volleyball... J'ai donc été très surpris de constater que la pole sport [ndlr pole signifie barre verticale en anglais] était **une véritable discipline sportive, très proche de la gymnastique**. C'est un sport complet qui sollicite à la fois la souplesse, la fluidité et la force avec beaucoup de gainage et de renforcement musculaire. J'aime la rigueur des figures à réaliser, ainsi que la part de création artistique.

Le fait d'être en grande partie dénudé n'était pas évident au début mais c'est nécessaire pour que la peau accroche à la

barre. Au final, **ça m'a beaucoup aidé à m'accepter**. Les hommes sont encore peu nombreux dans les compétitions alors que depuis sept ans, la pole est reconnue par l'Association mondiale des fédérations internationales de sport et depuis deux ans par la Fédération Française de Danse.

Ma carrière d'infirmier a débuté en 2018, en soins continus et salle de surveillance post interventionnelle à la Maternité du CHRU de Nancy. Il y a quatre ans, j'ai rejoint la réanimation chirurgicale polyvalente à l'hôpital Central. **Je constate les bienfaits de la pole dans l'exercice quotidien de mon métier**. Elle m'a rendu beaucoup plus

souple, mon corps est moins coincé, j'ai beaucoup moins mal au dos, je me sens plus fluide, mes mouvements sont facilités. Lorsque je me penche ou que je m'accroupis, je me relève très facilement. Les collègues l'ont bien vu et sollicitent volontiers mon coup de main pour mobiliser un patient. Et en plus du physique, la pratique de la pole m'aide aussi à tenir sur le plan mental.

Pas besoin d'être jeune ou musclé pour s'y mettre car au départ, on apprend les figures de base au sol et petit à petit, on progresse à son rythme. J'ai commencé à initier quelques collègues et elles sont bien parties pour se lancer à leur tour !

L'hôpital
en baskets

Lionel (à gauche) aux côtés des autres arbitres français à l'European Youth Olympic Festival 2023 à Maribor, Slovénie.



Lionel CROCI

Cadre kiné

Arbitre international en gymnastique

Le combo compétition internationale + JO + France est incroyable, **je ne verrai ça qu'une seule fois dans ma vie d'arbitre**. Je suis ravi de faire partie des officiels techniques nationaux des Jeux Olympiques de Paris 2024 pour la gymnastique artistique masculine. Après avoir pratiqué en tant que gymnaste et entraîneur, j'évolue depuis vingt-cinq ans dans l'arbitrage national et je m'implique dans la formation des juges nationaux. J'ai obtenu en 2017 la certification internationale.

Pour les six agrès de la discipline - sol, arçons, anneaux, saut, barres parallèles et barre fixe - les mouvements libres sont réalisés dans un temps donné. Des juges en notent le niveau de difficulté – autrement dit la **prise de risque** – tandis que d'autres en évaluent l'exécution – la **dimension artistique**. Chacun fixe sa note sans se concerter et le juge superviseur donne son approbation pour délivrer la note finale

la plus juste possible. Au poste de juge-arbitre, **j'apprécie la possibilité de faire de la pédagogie**, indiquer les pistes d'amélioration au regard de certaines erreurs observées, je prends ainsi part à l'amélioration de la performance du gymnaste.

Seuls les entraîneurs peuvent contester les notes attribuées aux gymnastes. Je débute ces JO au poste des requêtes, l'une des missions connexes assurées par des juges dédiés. Je devrai m'assurer que la réclamation est conforme avant de la transmettre au jury pour un traitement immédiat. **Il est donc impératif d'être tout le temps en alerte et de maîtriser l'anglais.**

Mon expérience dans ce sport et en qualité de masseur-kinésithérapeute a énormément renforcé **ma capacité à analyser visuellement un mouvement, à le décomposer**. En compétition, l'objectif est d'évaluer la

performance du gymnaste. À l'hôpital, c'est repérer les difficultés d'un patient et l'accompagner dans son apprentissage pour une meilleure santé. **Mon expérience de cadre hospitalier au CHRU de Nancy et celle de juge-arbitre se nourrissent l'une l'autre.**

L'arbitrage implique beaucoup de déplacements et de temps mais ce n'est rien comparé à l'immense plaisir que me procure ma passion. Dans le même temps, je prends soin à équilibrer mes prises de congés par rapport aux besoins du service et des collègues cadres.

Yann SCHRUB

Interne en médecine générale de l'Université de Lorraine, Yann s'est qualifié pour les JO de Paris 2024 aux 5 000 et 10 000 mètres. L'année avait démarré fort avec une 2^e place européenne aux 5 000 mètres et une 1^{re} place française. C'est l'aboutissement des deux années de césure sollicitées à sa faculté après avoir décroché en 2022 la 3^e place du podium européen. L'athlète a découvert la course au collège, il apprécie tout de suite « la sensation de tout lâcher qui répond à mon besoin de me défouler, de me vider la tête. »

Malgré les exigences de sa préparation sportive, Yann a fait le choix de poursuivre son travail de thèse consacrée à l'anémie ferriprive chez les coureurs. Thèse brillamment soutenue en mars 2024, sous la direction des Prs Antoine Kimmoun et Mathias Poussel du CHRU de Nancy.

« À l'automne, j'entamerai ma neuvième année à la faculté, avec en tête une année de plus pour la spécialisation en médecine du sport. Je continuerai aussi l'athlétisme pour finir en beauté, je l'espère, aux Jeux Olympiques 2028 de Los Angeles. »

