



Le Reflet



Arbitres de Foot
*Une passion à partager,
des personnes à respecter !*

www.unaf44.fr

n° 58
Novembre 2020

Edito

Ami.e.s unafistes, nous vous proposons en cette fin d'année si particulière, un nouveau numéro du Reflet en version exclusivement numérique, avec essentiellement des témoignages de certains d'entre vous. En effet, en cette disette d'actualité sportive et associative, nous avons dû nous adapter afin de garder le lien avec vous quoi qu'il en soit.

Je profite de cet éditto, suite aux élections qui se sont tenues en Octobre, pour remercier Michael Barrat de son dévouement toutes ces années passées en tant qu'élu de l'UNAF 44, et je suis très heureux d'accueillir Ilias (ci-dessous) au sein de l'équipe, qui travaillera pour vous ces prochaines années. Nous avons absolument besoin de renfort, aussi bien au niveau de l'UNAF 44 que dans les secteurs, alors si vous pensez avoir des compétences et un peu de temps à partager, il faut nous faire signe. Le moindre coup de main est un gain de temps pour les autres.

Enfin, dans ce contexte particulier, j'en profite également pour souhaiter la bienvenue aux 22 nouveaux arbitres qui se lancent dans l'aventure. Il nous faut absolument, par votre biais, les encourager à adhérer à l'UNAF44 pour que notre force collective persiste.

Gaël CHANTEUX,
Président UNAF44



Un arbitre confiné - Rachid

Bonjour à tous,

En ce qui me concerne, le confinement a été dur, car je travaille dans un lycée. Et ce qui me manque, c'est le sport, et d'être sur les terrains de football pour arbitrer. Mais malheureusement nous devons nous y faire, et surtout penser aux gens qui souffrent ou meurent du COVID. Et j'ajouterai évidemment une pensée aux agents des hôpitaux.

Merci à eux.
Rachid AYA



*Nous remercions les arbitres ayant joué le jeu de la contribution par eux même ou par la biais de l'interview ! Et à Michaël C. pour sa contribution en page 9 et 10.
Propos recueillis par l'équipe de rédaction : Alexandra P., Charlotte F. et Jérémie B.*

Sommaire :

- Bienvenue aux nouveaux P.2
- Offre Intersport P.2
- Arbitres confinés P.3 à 8
- Hommages P.9
- Humour et confinement P.10

Carnet Rose

Nos félicitations

à Coraline pour la naissance de la petite Joséphine

à Quentin pour la naissance du petit Gabriel

Adhésion

Il est toujours possible d'adhérer en [cliquant ici](#)

Comité de rédaction

Vous ! Vous êtes le comité de rédaction, nous ne pouvons écrire ce Reflet que par vos retours, et vos contributions. N'hésitez pas à nous fournir ou nous faire des remarques !

Situation Adhésions Saison 2020-2021

Nb d'adhérents au 28/11/2020

TOTAL 233

dont 7 féminines

AA* 128

JA* 39

EA* et SY* 66

*AA : Arbitres Adultes ; *JA : Jeunes Arbitres
*EA : Ex-arbitres ; *SY : Sympathisants

**Union Nationale des Arbitres de Football
de Loire Atlantique**

Siège Social :

14 rue du Leinster
44240 La Chapelle/Erdre

Bienvenue aux nouveaux arbitres

Malgré ce début de saison interrompu; 22 arbitres ont pu valider l'aspect théorique de leur formation initiale en arbitrage, reste l'aptitude sur le terrain. Il s'agit de 15 stagiaires mineurs et 7 majeurs, pour une moyenne d'âge de 19 ans. Nous les félicitons et leur souhaitons la bienvenue !

NOM PRENOM	CLUB	NOM PRENOM	CLUB
ANTUNES MENDES Raphaël	ASR Machecoul	RAUTURIER Simon	ES Vigneux de Bretagne
BAILLIACHE Maxime	FC Stéphanois	RIET Nolan	FC Sud Sèvre et Maine
BILY Armand	FC Estuaire Paimboeuf	RON SIN Steven	ASR Machecoul
BLET Keenan	St Philbert de Grand Lieu	ROUXEL Nathan	FC Sud Sèvre et Maine
COLLARD Amandine	ES Blain	BROCHARD Baptiste	La Mellinet
DELAUNAY Léo	SC nord atlantique	HALGAND Hermann	La Saint André
GANACHAUD Néo	FC de Retz	JEAN BAPTISTE Steeven	Abbaretz Saffré FC
GRANT Nathan	US Thouaré	LELAURE Damien	Réveil St Géréon
HELION Théo	Bouguenais Foot	MAHINDOU MOUTIMA Ange	Sautron AS
MATHURIN Melvynn	FC Grand Lieu	NDIAYE Almamy Famara	St Nazaire AF
MORIN Corentin	US Ste Luce	TESSIER Alex	ES Vallet



INTERSPORT
Le sport, la plus belle des rencontres

Offre UNAF – Intersport Maillots Saison 2020-2022

En partenariat avec Intersport, l'UNAF 44 vous propose pour les 2 saisons à venir, de bénéficier de **maillots à des prix très concurrentiels**.

Afin d'anticiper d'éventuels problèmes de livraison / délais, nous avons acté une pré-commande **de plus de 400 maillots** !

Cette offre classique est complétée par la possibilité de commander un coupe-vent, une veste de survêtement, des dessous techniques ou des sacs, par exemple !

Il est possible de **commander en ligne**, et de récupérer les commandes dans les boutiques affiliées à savoir : Châteaubriant, Blain, Orvault et La Chapelle sur Erdre.

Si l'offre a connu quelques balbutiements à ces débuts, nous espérons sincèrement que les commandes et livraisons au cours de la saison s'effectueront dans des conditions idéales.

[Cliquez ici](#)



Un arbitre confiné – Noël

Bonjour,
Pour moi le 17 mars à 13h le confinement a démarré. J'ai la chance d'habiter dans une maison particulière avec du terrain car pour les gens en appartement et sans balcon pour prendre un peu d'air, cela n'a pas dû être facile. Et si en plus il y a des enfants en bas âge et du télétravail !



J'en ai profité pour faire des travaux chez moi qui étaient prévus, mais qui n'auraient sans doute pas été fait à ce moment-là, comme plusieurs d'entre vous, sans doute. J'ai pris le soin de faire 1h de marche par jour, de cuisiner, de faire des mots fléchés sudoku, et d'envoyer des énigmes à mes frères et sœurs quotidiennement, et me reposer.

Le 01 avril, j'ai repris le travail à Saint Nazaire à la Famat (aéronautique). On travaille en 3x8 et cela fait bizarre car sur 400 employés, nous étions seulement 20 à travailler pendant 1 mois environ. Ensuite le reste du personnel est revenu petit à petit. Quel silence, que ce soit au travail ou sur la route. La nature avait repris son territoire. Courant juillet, je suis allé faire le test, ne me sentant pas bien. Une semaine d'arrêt en attendant le résultat qui fut négatif.

Pour le foot, une fois sa pratique autorisée, j'ai trouvé que ce n'était plus du foot avec toutes les protections sanitaires à respecter. La convivialité et l'envie de venir au stade n'étaient plus là ! Si c'est pour aller au stade, se changer dehors, faire son match (à huis clos pour certains) et repartir aussitôt. Alors non, ce n'est plus un plaisir. Je pense que tout le monde est d'accord sur ce point de vue.

Pour le 2^{ème} confinement, je continue à travailler en ayant un peu de chômage partiel et en faisant ma marche d'1h quotidiennement. Je voudrais remercier tous les soignants et corps de métiers qui travaillent dans le risque et qui ne comptent pas leurs heures pour sauver des vies, et pour nous permettre d'avoir le nécessaire pour une vie normale.

Certains ont dû avoir un confinement plus compliqué que le mien et malheureusement subis des drames. Je leur envoie toute ma sympathie et j'espère vous revoir le plus vite possible et échanger de vive voix.

Que chacun soit responsable, protégeons nous et les autres, et nous réussirons à vaincre ce p..... de virus.
Gardons espoir.

Noël DURAND

Un arbitre confiné – Pierre-Alexandre

Salut à tous, vous nous avez demandé de faire un retour perso sur le ou les confinements, donc j'y vais de ma petite expérience notamment du premier, car le second ne fait que commencer et est quand même bien plus souple, d'où une impression d'être plus libre.

Le premier épisode a plutôt mal débuté avec le décès d'une personne que j'appréciais beaucoup en la personne de Christian, qui était un ami avec qui j'ai passé de très bons moments notamment lors de nombreux tournois dont on s'occupait ensemble. Je pense bien à lui et à toute sa famille.

D'un point de vue professionnel, j'ai la particularité de ne pas pouvoir télétravailler donc je n'ai pas vraiment vécu le confinement comme la plupart des gens. Le sentiment de pouvoir prendre l'air était appréciable dans un environnement très calme sur la route, mais tellement loin de ce qu'on vit habituellement. Notre organisation de travail a changé avec pas mal de souplesse demandée par le ministère de la santé dans ma profession (*ndlr: pharmacien*) et beaucoup plus de contact avec les médecins ce qui était plutôt très intéressant. Par contre, Nous pouvons déplorer un surplus d'informations, qui a été très perturbant (notamment sur les masques...).

D'un point de vue perso et sur mes jours de repos ou de congés, pas mal de petits bricolages (comme pas mal de monde, je crois), de la musique et pas mal de séries que j'ai pu découvrir ou poursuivre car on a quand même beaucoup plus de temps pour faire des choses qu'on ne fait pas habituellement. Prendre du recul sur le foot et sur l'arbitrage ne fait pas de mal non plus.

Bon courage à tous, prenez soin de vous et surtout respectez les consignes svp, pour le bien de tous !!!

Pierre-Alexandre El Kouri



*A gauche,
avant le confinement*

*A droite,
après le confinement
(mais non !
C'est bien lui,
mais il y a 10 ans !!)*



Un arbitre confiné – nouvel élu - Ilias

Ilias a rejoint cet automne le conseil d'administration de l'UNAF 44, alors nous sommes allés à sa rencontre pour faire sa connaissance !

Bonjour Ilias, peux-tu te présenter? Pour qui arbitres-tu ?

Je m'appelle **Ilias KHEDHRI**. J'ai **22ans** et j'arbitre pour le club du Nantes métropole futsal. Ça fait **3ans** que j'arbitre. J'ai commencé en u18B pendant 2 saisons et là, je suis en D4 seniors. Et ça se passe bien, j'appréhendais le passage de jeunes à seniors mais en D4 le jeu va moins vite, du coup cela me permet de progresser et de m'améliorer sur différents points/ détails que des observateurs pourraient me reprocher.

Que fais-tu à côté de l'arbitrage ?

Je suis étudiant en **BTS comptabilité gestion** et je suis également en CDI à mi-temps chez **Brico dépôt**. Je suis également arbitre bénévole futsal dans mon club, j'ai donc la chance d'arbitrer les seniors D1 (niveau fédéral). Cela me permet de détecter et observer les comportements des joueurs, ainsi que les fautes car ça joue vite et ça m'aide pour le foot à 11 par la suite.

Comment s'est passé ton 1er confinement ? Et ton ressenti sur cette saison écourtée ?

1er confinement difficile, parce que j'ai dû passer mes examens plus tard, donc avec un décalage. Au niveau de l'arbitrage, même si j'avais déjà été observé, je m'étais dit qu'il me restait 10 matchs à faire et faut être à fond. Et ce confinement m'a fait perdre la motivation car pendant 5 mois je n'ai pas pu arbitrer. Alors **quand il a fallu reprendre le 1er match en septembre, c'était difficile. J'ai dû réviser les lois !**

Ça été dur physiquement aussi, car les premiers mois, je prenais cela pour des vacances donc je n'ai rien fait. **Puis j'ai pensé au test physique de la nouvelle saison**. Je faisais donc 10km par séance, principalement en séance fractionnée. A côté je faisais aussi des échauffements types avec les coupelles pour m'améliorer et progresser.

2eme confinement, comment le vis-tu ?

Ça va pour l'instant, mais ça m'embête pour mon quota de matchs à faire pour la fin de saison, car je ne veux pas pénaliser mon club. Je n'ai pas pu arbitrer au début du championnat et là je ne sais pas comment on va reprendre. **J'ai aussi peur pour ma progression** car j'ai des objectifs, et monter en fin de saison en fait partie. Je suis « soulé » du confinement.

Petit conseil sur les activités physiques que tu fais pour rester au Top ?

Tout d'abord j'essaie d'avoir une bonne alimentation car ça a un réel impact sur le physique. Ensuite je fais un maximum de footing en fractionné, de la musculation, mais pas trop, au poids de corps pour avoir une certaine prestance sur mes matchs, pour mieux m'imposer physiquement auprès des joueurs pour qu'ils sachent que c'est moi le patron et que je suis le seul décisionnaire. Avoir une image d'un arbitre / referee sérieux, il ne doit pas y avoir de différence entre moi et un arbitre international, même si c'est de la D4.

Un petit mot de fin pour nos unafistes ?

Restez courageux, gardez le mental et soyez optimistes car la saison n'est pas terminée.

Savoir se créer une opportunité avec toutes les ressources que l'on a, car quand une porte se ferme devant nous, on peut en ouvrir une autre grâce à notre mental. Sans arbitres, il n'y a pas de sport !



Le confinement vu par nos jeunes

L'année 2020 fut donc marquée par la crise sanitaire dû au Covid. Avec ces deux confinements, il n'a pas été aisé de pratiquer notre sport et de créer des évènements pour la vie de notre association.

Poursuivons notre recueil d'expériences, en passant la parole à des jeunes qui ne se sont pas laisser abattre. Nous vous proposons le portrait croisé de deux jeunes arbitres. Ils vont se présenter, évoquer leur parcours et nous parler de leurs confinements. Alors bonne lecture et à eux la parole !

Un arbitre confiné - Benjamin

« Je m'appelle Benjamin Prud'homme, j'ai 18 ans et je suis en L1 STAPS à Nantes. J'arbitre depuis 5 saisons, 2 saisons en Ligue et j'arbitre actuellement en U17 Nation puisque je suis Candidat à la fédération cette année.

Je suis devenu arbitre puisque je me blessais souvent en tant que joueur.

Lors d'un stage de vacances dans mon club, j'ai pris le sifflet et cela m'a bien plu et j'ai passé la formation un ou deux mois après.

A court terme, je souhaite atteindre la fédération en jeune dès cette année pour ne pas perdre de temps, et à long terme atteindre cette même fédération en seniors. Je ne me fixe pas de limite d'objectifs, je donne le maximum chaque saison et je verrai bien le moment venu...

Le premier confinement m'a permis de bien réviser le concours de la fédération puisqu'il a été décalé de presque trois mois (du 30-31 mai au 19-20 septembre), il m'a aussi permis d'avoir mon bac sans le passer... Donc au final, ce premier confinement a plutôt été positif.

Le deuxième est plus compliqué, reprendre le foot et le rythme d'aller chaque week-end arbitrer en plus dans un nouveau niveau, puis au final tout arrêter encore une fois, laisse un peu un goût d'amer. J'ai quand même eu le temps d'être observer une fois par la fédération, certains n'ont pas eu cette sécurité, au cas-où... Donc oui, ce deuxième confinement est plus dur, dans le sens où nous ne savons pas trop combien de temps il peut durer...

Je pense que pour maintenir la forme, il faut voir après ce confinement. Il ne sera pas éternel et une fois que l'on va reprendre les matchs, il va falloir être en forme. Il faut aussi penser aux bons moments et au plaisir que l'on va avoir de retrouver les terrains, en tout cas, pour moi ce qui me motive, c'est de voir au-delà de ce confinement.

Bon courage à tous, prenez soin de vous et de votre famille, »

Benjamin Prud'homme



Un arbitre confiné - Jocelyn

« Bonjour je m'appelle Jocelyn Paulhiac. J'ai 23 ans et je suis paysagiste.

Depuis tout petit je suis dans le monde du football, j'ai commencé à jouer très jeune en tant que gardien de but. Et avec un père et une sœur arbitre cela m'a paru naturel de me tourner vers l'arbitrage lorsque j'ai eu l'âge de passer l'examen.

A l'époque, j'étais très timide et cela m'a permis de prendre confiance en moi et de m'affirmer.

A 18 ans, mon club m'a proposé de devenir éducateur, ce que j'ai accepté. J'ai pris en charge une équipe de u15. Puis, j'ai eu envie de voir plus grand et de partir dans un club avec plus de moyens (niveau complexe et nombre d'équipes). Je suis donc depuis 3 saisons dans le club de l'US Beaufort.

Là on m'a proposé de nouvelles missions, être responsable plateaux et référent arbitre

Depuis 2 ans, je suis aussi joueur en loisir. J'ai donc une vue d'ensemble.

Concernant l'arbitrage, je suis actuellement arbitre en D2 seniors, mon objectif est de monter en ligue.

....

Un arbitre confiné – Jocelyn (suite)

Pour ma part, le premier confinement a été compliqué. J'ai été en arrêt de travail pendant 5 semaines. J'ai dû m'improviser cuisinier, maître d'école, peintre, menuisier..... (Mon amie a trois enfants). Dans tout ça, j'en ai oublié le côté sportif et j'ai pris 10 kilos. Heureusement, j'ai suivi une très grosse prépa physique de juillet à août, ce qui m'a permis de me remettre rapidement dans le bain. J'ai arbitré 15 matches amicaux de seniors R2 à D3.

Pour le deuxième confinement, ce n'est pas du tout pareil car les enfants sont à l'école et moi je travaille. Ainsi ce n'est pas très différent de ma vie de tous les jours pour la semaine. En revanche, le weekend plus de foot et plus de sortie en famille. Mais pour ce deuxième confinement je fais attention au côté sportif. Tous les matins, je me lève à 4h30, je fais 45 minutes de sport (pompe, abdos, squat, et soulever de poids) ce qui me permet de garder une forme musculaire. Je cours aussi deux fois dans le weekend end pour garder un peu de cardio. J'espère que la saison va vite reprendre, car j'ai hâte de retourner sur les terrains et qui sait peut être monter en D1.



Si j'avais un petit message à passer, c'est courage à vous tous. Nous vivons des moments compliqués, mais n'oubliez pas, l'UNAF n'est pas qu'une assurance, c'est aussi une famille. »

Jocelyn Paulhiac

Un arbitre confiné – Etienne

Bonjour Etienne, que fais-tu dans la vie ? tu as quel âge, tu arbitres à quel niveau ?

Je m'appelle Etienne MONNEYRON. J'ai 17 ans. C'est ma 5ème saison. J'ai commencé à arbitrer à l'âge de 13ans sur des petits terrains avec des u13. Et depuis septembre, je suis dans le groupe de la formation JAL.

Au niveau études, je suis en section sportive au lycée à Laval. L'arbitrage est dans mon quotidien depuis 5ans et en formation plus poussée depuis 3ans. Cette saison j'arbitre au centre en u18-u19 Région.

Comment s'est passé ton 1er confinement ?

Bien. Par rapport à l'arbitrage, j'étais en attente de semelles orthopédiques, du coup niveau physique, j'ai totalement lâché prise. Je n'ai repris la course que mi-juillet après une coupure de 5mois. Ça a été dur.

Après niveau arbitrage, on a eu un suivi de la CDA pour la formation candidat ligue. Mais c'était plus compliqué de rester motivé.

En quoi c'était compliqué de rester motivé ? A cause de la saison écourtée ou parce que tu étais moins prêt physiquement ?

Un peu à cause de ma condition physique. Mais au début du confinement, ça allait. Puis il y a eu les vacances de Pâques et après le retour fût très dur, c'était le moment de trop, trop de distance. J'ai essayé de rester assidu en cours et pour la formation. J'ai continué le travail théorique mais j'ai complètement lâché le physique.

Au niveau de ton école, tu continuais la section arbitrage pendant le confinement ?

Non. Ce qui n'était pas plus mal avec ma blessure. (suite en page suivante)

Un arbitre confiné – Etienne (suite)

Quel est ton objectif cette saison ?

J'aimerais bien être candidat JAF cette saison à la théorie. On a actuellement fait un questionnaire, et ça n'a rien à voir avec ce que l'on a pu faire auparavant. On est toujours en attente des résultats. On verra si j'ai le niveau, si je ne suis pas présenté ça sera sans regret car je suis déjà content de faire partie de cette formation.

2eme confinement, ton ressenti ?

Il est différent du 1er car il arrive en début d'année (scolaire et saison foot) et ce qui est plus dur c'est de se dire que l'on va devoir retourner en cours et reprendre également la saison. Au 1er confinement on savait que la saison était terminée. Je serai content quand on pourra retourner sur les terrains.

Que fais-tu comme activité pour rester au top pendant ce 2eme confinement ?

Je fais des exercices d'assouplissements et d'étirements avec kiné et ostéo. Je m'accorde une demi-heure tous les 2 jours. Je vais reprendre ensuite par des footings plus longs pour commencer chez moi. En section à l'école, on travaille en ce moment la théorie. Les week-ends, je commence à me forcer à aller courir, j'essaie de rester actif physiquement par rapport au 1er confinement.

Est-ce que tu as un petit mot pour les unafistes ?

Préparez vous bien pour le retour sur les terrains.

Etienne Monneyron



Garage
Gouillandeau Didier
5 bis, rue Hélène Boucher
44115 HAUTE GOULAINÉ

PRECISIUM

Tél. : 02 40 06 19 77
Fax : 02 40 06 02 79
E-mail : ggegouillandeau@wanadoo.fr

Jordan MASSON
Courtier en Financement

FINANCE INVEST
Courtage en Financement

Mobile : 07 55 59 34 96
Tél. : 02 52 59 47 41
Adresse : 15bis rue des Encloses - 44690 LA HAIE-FOUASSIÈRE
Email : jmasson@cj-financeinvest.com
Orias : N°18006173

ESPACE ONGLES

90, route de Clisson
02.40.71.84.08
LION D'OR

90, route de Clisson
02.40.34.40.01
ST-SEBASTIEN

11, av de la martellière
02.40.33.26.52

INTER COIFFURE

Unafiste

HYPER U

Vallet 02 40 36 33 44

COURSES **U**.com

Maison
rangeul

24 Rue Alexis Lacroix, 44170 703-M
02 40 79 43 22

Restaurant Les Maraichers

33 Rue Jean Moulin - 44980 Sainte-Luce-sur-Loire
lesmaraichers@orange.fr 02 40 25 88 04
<https://restaurantlesmaraichers.eatbu.com>

RISTORANTE
DELARTE

Restaurant italien pizzeria Saint-Nazaire - Trignac
ZAC de Grandchamps, 1 Rue Barbara 44570 TRIGNAC France

A.C.S.A.H. sarl

DAUVET Eric
06 71 04 02 45

ambiance conseil et stratégie
en aménagement de l'habitat

CLOISON SECHE - ELECTRICITE
RENOVATION D'INTERIEUR - AMENAGEMENT DE COMBLES

a.c.s.a.h.sarl@club-internet.fr
LES ROCHETTES - 44130 Blain

LA BOUCHERIE
RESTAURANT

Ouvert
7/7

www.la-boucherie.fr

ZAC des Grandchamps 44570 TRIGNAC – Tel : 02 28 54 08 30
Dimanche au jeudi : 12h à 14h30 -19h à 22h30
Vendredi et samedi : 12h à 14h30 -19h à minuit

Priminvest
Terrains à bâtir

CREATEUR DE TERRAINS A BATIR

- Terrains à bâtir, aménageur foncier implanté sur le Bassin Nazairien et sur la Presqu'île Guérandaise, vous propose des terrains à bâtir libres de constructeur sur l'ensemble de la Loire Atlantique. Priminvest - Terrains à bâtir, véritable société locale, vous accompagne dans votre acquisition. NOTRE ENGAGEMENT, VOTRE SATISFACTION !
39 Route de Fondeline, 44600 Saint-Nazaire
02 40 60 07 07



Comment s'est passé votre premier confinement ?

Paul (Terminal STMG à Saint Gildas des bois) : Ça été, car j'arrivais à m'occuper avec les cours, qui étaient tous à distance. En fait nous en avons moins, mais plus de travaux à rendre. Et je faisais du sport, j'allais jusqu'au terrain de foot au début, puis ils l'ont balisé donc interdit... alors je me suis contenté de footings. Je suis simplement repassé 2 jours au lycée pour dire au revoir !



Gurvan (Terminal STMG à Bréquigny en section arbitrage) : Pour moi je n'avais que 1 ou 2 matières en visio, le reste c'était surtout des travaux à rendre. Pour le sport, j'ai pu profiter d'un programme de la ligue de Bretagne (mon lycée en dépend), et tous les jours avec des copains de la section du lycée (handball surtout), on faisait des visios pour le renforcement musculaire.



Quel a été l'impact sur l'arbitrage ?

Gurvan : Je devais passer l'examen JAL, mais il a été décalé à ce début de saison en Septembre. J'ai été reçu, donc je vais pouvoir préparer le JAF, mais probablement par la section du lycée.



Paul : Cela a été plus compliqué, car j'ai été blessé pendant la période des tests physiques, et je devais aussi passer l'examen JAL, je n'ai donc pas pu être pris. Mais je suis de nouveau dans le groupe de formation JAL, donc j'attends la nouvelle date pour l'examen JAL de cette année. Et je fais le nécessaire pour me muscler au niveau du dos qui me posait soucis.

Et alors ce second confinement, comment il est vécu ?



Paul : C'est différent car cette fois-ci nous sommes en présentiel tout le temps (mon lycée accueille environ 450 élèves), donc c'est plus sympa car nous voyons du monde. En parallèle, je travaille le physique et la théorie. Et je n'attends que cela, que le football et l'arbitrage reprennent !!



Gurvan : De mon côté, le lycée est grand (3500 élèves) donc j'y vais une semaine sur deux. Pendant la semaine à la maison, c'est quand même bien chargé en devoirs. Quand je suis au lycée par contre, j'en profite, car avec la section j'ai 3 séances physiques par semaine et 1 séance de 2h sur la théorie, généralement avec le CTRA de Bretagne Erwan Finjean.

Je suis comme Paul, cela me manque, mais surtout la compétition, car j'ai la chance de pouvoir m'entraîner.

Paul Rollais et Gurvan Cabas

Renaud
les pépinières

Une palette d'idées pour votre jardin!

RD 149, Lieu-dit "La Moitouse" 44120 VERTOU
Conseil & Contact : **02.28.00.12.40**

LORENZO COUVERTURE

SEBILOT Laurent
767 allée le moulin du beauchais
56350 RIEUX
06 38 27 21 54
laurent.sebilot@gmail.com

couverture pour la rénovation, du neuf
ramonage
démoussage

L'ESCAPADE

Bar - PMU
Brasserie
Restaurant

02 40 79 63 06

5 place de l'église - 44630 PLESSE - lescapade-plesse@orange.fr
SIRET 487 594 632 0019

BAR CONCERT À SAINT-NAZAIRE

L'APPART

BAR & ESPACE CULTUREL

Saint-Nazaire vit aussi la nuit ! On aime l'Appart pour boire un verre entre amis, écouter un concert ou tout simplement faire des rencontres. Habib derrière le bar est chaleureux et accueillant, tout comme les nombreux habitués toujours prêts à refaire le monde. Ouvert jusqu'à très tard !

182 rue de Fernichet 44600 Saint-Nazaire

Le Trou du Fût

bar à vin
bistrot gourmand

7/7 . 17H A 1H

TERRASSE CHAUFFÉE ET FUMEUR,
SALLE DE L'ETAGE AU CALME,
RETRANSMISSION SPORTIVE
OU AUTRE... (4 écrans) *Fruit maison*
SALLE DE RÉUNION,
POSSIBILITÉ D'OUVERTURE LE MIDI SUR
RÉSERVATION,
CONCERT. *wifi*

19 rue du 28 février 1943 . 44600 Saint Nazaire
tel 02 40 22 21 88 www.letroudufut.fr

Optic 2000

Une nouvelle vision de la vie

OLIVIER GUILLAUME
Opticien Diplômé

51, avenue de la République
44600 SAINT NAZAIRE
Tél : 02 40 22 50 23
Fax : 02 40 22 04 50
Email : optic2000saintnazaire@gmail.com

GUILAUME OPTIQUE SARL au capital de 15245 Euros
RCS VILLE SAINT NAZAIRE TVA intra-communautaire : F

Royal Service

Saint-Nazaire

31 Allée des Myosotis



Que retiendrons-nous dans 10, 20 ou 30 ans de cette année 2020? Personnellement, professionnellement, économiquement, socialement ou sportivement... Alors qu'elle aurait dû marquer nos souvenirs, d'exploits et de médailles olympiques, de scènes de liesse des supporters d'un pays européen suite à la victoire de leur équipe nationale au championnat d'Europe et de biens d'autres souvenirs personnels, comme des fêtes de mariage grandioses et inoubliables ou de rassemblements amicaux et associatifs tous aussi mémorables.

C'est au final, un certain Sars-Cov2, retors car invisible et insaisissable, et bien plus petit qu'un grain de sable, qui a grippé toute la mécanique mondiale. De Wuhan à Bergame, de Liverpool à New-York, de Sao Paulo à Téhéran, mais aussi de Trifouilly-les-Oies à Pétaouchnok. Partout, il restera ce souvenir inattendu et impérissable de l'année 2020. Au point de presque en éclipser le déroulement et le dénouement épique de l'élection présidentielle des États-désunis, euh... États-Unis. Enfin, on ne sait plus trop!

Ce virus au-delà de nous priver de ces potentiels bons souvenirs, aura malheureusement aussi entacher la mémoire de certains d'entre nous de souvenirs beaucoup plus douloureux, frappés qu'ils furent par la disparition d'un proche. Vous n'êtes pas s'en savoir que l'UNAF 44, de son côté aura comme mauvais souvenir de 2020, d'avoir vu quatre de ses plus fidèles adhérents disparaître. Impossible de ne pas les saluer et de leur rendre hommage dans ce reflet, tant l'arbitrage et l'UNAF auront été des marqueurs importants dans leur vie. Mais également dans la vie d'autres arbitres qui ont eu la chance de croiser leur chemin. A eux quatre, c'est plus de 150 ans d'adhésion à notre association qui nous contemplant. De la 1ère adhésion de Maurice Briand en 1965, en passant par celle de Richard Nowak en 1971, de Jacques Carcaud en 1985, jusqu'à celle de Christian Mahé en 2000.



Maurice Briand



Richard Nowak



Jacques Carcaud



Christian Mahé

Si leurs noms sont peut-être inconnus des plus jeunes d'entre vous, c'est loin d'être le cas pour beaucoup d'autres, un peu plus âgés, et plus spécialement dans les secteurs du Parnasse et de Saint-Nazaire, mais pas seulement.

Que de matchs sifflet en bouche ou drapeau en main pour ces hommes en noir, que de souvenirs et d'anecdotes accumulés au fil de ces rencontres et déplacements, que de banquets et de réunions de secteurs pour eux quatre, de réunions du conseil d'administration pour Maurice et Christian, de réunions de CDA pour Richard et Christian, de sorties et randonnées Unaf pour tous les 4 avec leur épouse, de congrès de l'UNAF pour Maurice et Josette, le dernier auquel ils ont participé étant celui en Corse en 2016, que de thés dansants, de galette des rois et de matchs de gala du secteur Saint-Nazaire pour Jacques et Maurice. D'observations pour Maurice, Richard et Christian. Et certains d'entre nous n'oublierons pas certaines observations mémorables de Richard. Pensez donc avec cette taille et cette voix, peu d'arbitres essayaient d'émettre un son de cloche différent de l'observateur, contrôleur disait-on à l'époque. Et ceux qui s'y sont essayés, s'en souviennent encore. N'est-ce pas Mika Dupé ;-). D'autres n'oublient pas non plus que Richard était un formateur hors pair, là aussi une autre époque où l'écrit était force de loi pour passer l'examen d'arbitre. Et il valait mieux connaître les lois du jeu sur le bout des doigts et savoir rédiger un rapport de carton jaune (Oui, oui de carton jaune, les jeunes!) ou d'exclusion en bonne et due forme. Si on ne voulait pas recevoir une petite remarque bien sentie le vendredi suivant quand il rendait les copies. Un peu stressant sur le coup, mais au combien formateur. Je suis persuadé, que certains d'entre nous continuent à rédiger leurs rapports de la même façon qu'ils ont appris à le faire sous la houlette ou la baguette bienveillante du « grand Richard ». Et en quelques mots bien placés, il pouvait également mettre un coup de sifflet final à une discussion qui s'éternisait en réunion de secteur. Et tout le monde comprenait le message, loin d'être subliminal.

Tous les quatre, en continuant à adhérer à l'Unaf quand bien même leur carrière d'arbitre était terminée, marquèrent, au-delà du seul attachement amical à notre association, leur fidélité aux valeurs qu'elle représentait à leurs yeux. Et que les responsables actuels s'attachent à faire perdurer. En s'inspirant de l'énergie déployée par leurs prédécesseurs pour les porter au pinacle, les défendre et les faire grandir.

Merci messieurs, pour tout ce que vous avez apporté à l'arbitrage départemental et régional, à l'UNAF et aux arbitres que vous avez formé(e)s, accompagné(e)s, observé(e)s, mais aussi ceux et celles avec qui vous avez échangé(e)s, chanté(e)s, trinqué(e)s, festoyé(e)s, rigolé(e)s et qui composent notre grande famille de l'arbitrage.

La chauve-souris et le pangolin

Dame Chauve-souris dans sa grotte suspendue
Cachait en son sein un virus.
Sieur Pangolin, pholidope malotru
Lui tint à peu près ce laïus :

Eh! bonjour, dame chauve-souris
Que vous êtes jolie ! Que vos cris sont si doux !
Sans mentir, si votre ramage
se rapporte à votre pelage,
Vous êtes le Phénix des hôtes de ces grottes



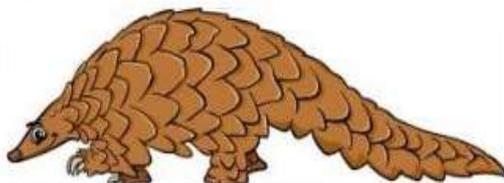
À ces mots, la belle fort flattée mais pas sottte ;
Pivote son arrière train et laisse tomber sa crotte
L'obséqueux naïf et un peu myope
Glisse à tort, l'étron entre ses quenottes

La chiroptère de s'exclamer alors : Mon bon Monsieur,
Apprenez que tout flatteur
Ne vit pas toujours aux dépens de celui qui l'écoute.
Cette leçon vaut bien une pandémie, sans doute.
Sieur pangolin, honteux et confus,
Pesta, mais un peu tard, qu'on ne l'y prendrait plus.



Le pangolin et le braconnier

Sieur Pangolin sur un arbre perché,
Cachait sous écailles un virus
Vil braconnier, par le gain alléché,
Lui tint à peu près ce laïus :



Eh ! bonjour, sieur Pangolin !
Que vous êtes joli ! Que vous me semblez beau.
Sans mentir, si votre fine chaire
Se rapporte à votre paraître,
Vous êtes le phénix des hôtes de ces bois.

A ces mots, le pholidope ne se sent pas de joie,
Il ouvre ses écailles, vacille, le voilà, proie.
Lui qui se voyait des forêts, roi,
Bascule en met préféré du chinois.

Le braconnier s'en saisit et dit : Mon bon Monsieur,
Apprenez que tout flatteur,
Vit aux dépens de celui qui l'écoute.
De cette leçon vous sortirez bouilli, sans doute.
Sieur pangolin, tout nu et écaillé,
Préviint, mais un peu tard, qu'il était vérolé.



Quand on est con...finé, On est con...finé

Quand on nous a dit
C'était un mardi
Rapp'lez-vous
De rester chez nous
On s'est r'trouvé tous
Comme des con...finés
Quand au bout de quinze jours
On a rempilé
Merd', fait chier
Là, grands et petits
On s'est dit, tant pis
Tous des con...finés



Vous, les forçats plein de courage
J'vous adresse à tous un message

Le temps ne fait rien à l'affaire
Quand on est con...finé,
On est con...finé
Qu'on ait 20 ans, qu'on soit grand-père
Quand on est con...finé,
On est con...finé
Entre nous, plus de controverses
Confiné avec ou sans dent
Jeune confiné d'la semaine dernière
Vieux confiné d'puis longtemps
Jeune confiné d'la semaine dernière
Vieux confiné d'puis longtemps

Aux récalcitrants
Ces cons innocents
Ces jeunes con... finés
Qui ne le nient pas
Prennent la flicaille
Pour des con... finés
Aux vieux demeurés
Ces cons usagés
Ces vieux con... finés
Pour qui, oui ça presse
Prennent la jeunesse
Pour des con... finés
Méditez, l'impartial message
De ces forçats plein de courage

Refrain...