

Frederique Bangué interviendra, le 19 novembre aux entretiens de Valpré sur le thème le courage des femmes. Téo Jaffre

Les Entretiens de
valpré

Frédérique Bangué

Directrice de la publication du magazine Salto

Lyon (Rhône)
De notre correspondante régionale

« **M**aman, tu as gagné plein de médailles, alors moi aussi je voudrais en gagner ! ». Quand elle entend sa fille Victoria prononcer innocemment ces mots, au printemps 2017, Frédérique Bangué est désarçonnée : « Je n'avais aucune idée de ce que je devais lui répondre ! », confie celle qui est alors convaincue d'être « une mauvaise mère ». À l'origine d'une profonde remise en question, cet épisode est aussi le point de départ de l'aventure qu'elle porte aujourd'hui à bout de bras : son magazine *Salto*, un mensuel gratuit rempli de conseils éducatifs, psychologiques et scientifiques qui aident les parents à guider leurs enfants dans leur pratique sportive. Car cette expérience « merveilleuse pour certains, désastreuse pour d'autres », fut pour elle « l'école de la vie ».

Née à Lyon mais élevée à Annecy, Frédérique Bangué fut une enfant libre et curieuse mais peu sociable. « Je crois pouvoir dire que j'ai eu la chance de ne pas vivre la discrimination, mais j'avais du mal à me faire des amis ! », confie cette femme, devenue particulièrement souriante et loquace. La petite fille construit son monde entre les terrains de basket, les cours de tennis et les salles de danse, « où j'étais épanouie, même si je n'étais vraiment pas douée ! », lâche-t-elle en riant. À l'automne 1991, traînée par une copine qui l'abandonne au dernier moment, elle atterrit par hasard sur une piste d'athlétisme. Frédérique Bangué est toute seule, mais le physique est bon et le mental est prêt : « En quelques semaines, je me suis retrouvée aux championnats départementaux, puis régionaux, et enfin, nationaux. »



Âme sportive

Dix ans plus tard, l'adolescente est devenue une athlète internationale aux multiples titres, sélections et « succès », un mot qu'elle ne parvient à prononcer que depuis quelques mois. Cette période d'une « exigence extrême » a toujours été associée, en revanche, aux valeurs chères à son cœur : « le respect, la solidarité, la discipline et la persévérance ». Sa retraite anticipée à 25 ans ne l'empêche pas,

d'ailleurs, de se donner un nouvel objectif : excellente cliente au micro et devant la caméra des journalistes, elle a aussi parallèlement étudié la communication dans une école parisienne et enchaîné les stages dans le monde des médias, dont elle est « tombée amoureuse ». À force de toquer aux portes et de multiplier les appels, elle finira multicasquette - consultante, productrice, animatrice -

au sein de grands groupes comme Canal+ ou M6.

Après la naissance de sa fille, elle doit opter temporairement pour un travail alimentaire « passionnant mais peu pratique ». À presque 40 ans, en 2016, l'ancienne athlète devenue mère célibataire a « le sentiment de devoir tout recommencer ». Elle trouve finalement la force, auprès de deux associés, de porter un ambitieux projet qui réunit ses

Après une carrière d'athlète internationale et dix ans d'activité dans les médias, l'Annécienne a créé un magazine pour aider les parents à accompagner leurs enfants dans l'univers du sport.

passions et ses compétences. Récentement salué par la ministre des sports, *Salto magazine* tourne désormais grâce à une quarantaine de personnes - journalistes, graphistes, photographes, bénévoles ou prestataires - de quoi donner un nouveau sens à sa vie mais pas encore la gagner.

Pour cela, Frédérique Bangué donne des cours à Paris et des conférences un peu partout en France, notamment dans la région d'Annecy, « où je suis aussi conseillère municipale d'opposition ! », explique-t-elle entre deux tartines de confiture. Tout juste guérie d'un cancer du sein, elle additionne les séances de radiothérapie et récupère doucement : « Il m'est arrivé d'être au fond du trou, mais j'ai toujours su que j'en tirerais quelque chose de positif ! » Et elle vient justement de retrouver l'amour.

Chez elle, le courage est devenu un instinct de survie : « il faut dire que c'est assez naturel quand on évolue dans des milieux très très masculins », estime-t-elle. C'est d'ailleurs sur le thème du « courage des femmes » qu'elle interviendra, ce vendredi 19 novembre aux entretiens de Valpré, à Écully, près de Lyon (1).

« Quand on croit en Dieu, c'est plus simple ! », ajoute celle qui, adolescente, avait l'habitude de se rendre dans les lieux de culte et de brûler des cierges, « notamment pendant les compétitions », se souvient-elle avec tendresse. Elle fut baptisée à l'âge de 30 ans, à la suite d'un catéchuménat « passionnant ».

« Je crois qu'une partie de moi est entre mes mains et que l'autre ne l'est pas ! », explique Frédérique Bangué. Elle a récemment marché sur une partie du chemin de Compostelle et effectué une retraite silencieuse à l'abbaye de Tamié. Les médecins qui avaient tendance à la définir comme « agitée » la trouvent désormais apaisée. « Et comme *Salto* est un projet du cœur, il va toujours comme moi ! »
Eve Guyot

Ses inspirations. Nelson Mandela, Elon Musk, Jean-Jacques Goldman...

« J'ai toujours admiré les hommes et les femmes qui réussissent à rassembler autour de leur projet, malgré les obstacles, afin de faire bouger les choses ou d'en créer de nouvelles, pour la société, pour la culture, pour la science... Je pense naturellement à des personnes comme

Nelson Mandela, qui s'est hissé à la tête d'un pays où régnait l'apartheid, mais je peux aussi m'intéresser à des parcours comme celui d'Elon Musk et ses innovations technologiques qui fascinent le monde, ou encore celui de Jean-Jacques Goldman, dont les compositions ont

toujours emballé des millions de gens. Quand j'entreprends quelque chose, je m'efforce ainsi de puiser de l'inspiration et de l'énergie dans cette histoire, au passé comme au présent : à mes yeux, elle prouve que l'humanité a envie de survivre et cela donne foi en elle ! »

(1) L'édition 2021 des Entretiens de Valpré se déroulera les 19 et 20 novembre sur le thème « Le courage, ça s'attrape ? »
Rens. <https://www.entretiensdevalpre.org/>