

# JOURNAL CIPRES



**Abdelatif BENAZZI :**  
« Il faut oser croire en ses rêves et savoir faire les sacrifices nécessaires pour les réaliser. »

## ABDELATIF BENAZZI

**L'esprit sportif : partage, ambition, humilité.**

**Abdelatif BENAZZI** est né à **OUJDA** au Maroc, le 20 août 1968.  
D'abord attiré par le **football** où il jouait gardien de but, puis par le **lancer de poids**, cet athlète de 1,97 mètre pour 112 kilos sera amené au **rugby** par un professeur du collège d'**OUJDA**. Il a alors **14 ans**.

« J'étais un peu introverti, un peu complexé par mon **gabarit**. L'éducateur m'a dit : - « tu vas tout droit et tu aplatis après la ligne. »

*Je l'ai fait. Les copains me félicitaient, j'étais heureux, le rugby est devenu une évidence. »*



**Abdelatif BENAZZI** joueur exemplaire, **capitaine** de légende du **quinze de France**.  
**78 sélections**, 9 essais, 3 coupes du monde.



### OUJDA

**A 16 ans**, le jeune Abdelatif joue dans le club de **OUJDA**, alors meilleur club du Maroc.  
Il est sélectionné en équipe junior marocaine en **1985**.  
Il se fait remarquer dès sa première saison par des clubs français lors de tournées en Europe.  
**À 18 ans**, il est le meilleur joueur du pays.



### CAHORS

**En 1988**, il rejoint le club de **CAHORS**. Il devient le meilleur marqueur d'essais de 2<sup>ème</sup> division en **1988/1989**.  
Cette année là **CAHORS** joue la finale mais perd face à LYON.  
Les grands clubs ont remarqué le jeune joueur.

Le **SU AGEN** sera son prochain défi. Il y passera la plus longue période de sa carrière.



### AGEN

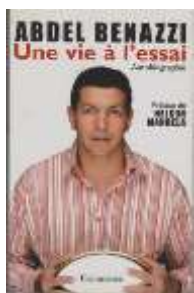
**Abdelatif BENAZZI** jouera au SU AGEN de **1989 à 2001**.  
Il mettra six mois à gagner sa place dans le groupe. Cette intégration difficile est compensée par le fait qu'il joue avec son idole : **Philippe SELLA**.  
**En 1990** il sera finaliste du championnat de France, en **1992** vainqueur du challenge Yves du Manoir, en **1998** finaliste du challenge européen.



### WATFORD

Pour son dernier challenge sportif, **Abdelatif BENAZZI** choisira l'ANGLETERRE.  
Il y jouera de 2001 à 2003. Son entraîneur est alors **François PIENAAR**, ancien capitaine de l'AFRIQUE DU SUD, équipe contre laquelle la France a perdu la demi finale de coupe du monde en 1995...

## Entretien avec Abdelatif BENAZZI



Ce diplômé de l'**ESSEC** a écrit trois livres dont celui-ci préfacé par **Nelson MANDELLA**.

Il donne également des conférences sur le management d'entreprises et d'équipes sportives.

**Bonjour Abdelatif, pourriez-vous vous présenter aujourd'hui ?**

Je travaille aujourd'hui dans la stratégie d'entreprise, notamment dans la gestion de salles de sports « orange bleue fitness », je suis également président de de l'association **NOOR** qui a créé ou rénové 17 écoles au Maroc.

**Comment gérez-vous le temps d'écran de vos enfants ? Mettez-vous des stratégies en place ?**

Les écrans sont une réalité de notre époque. Dans un bon emploi, pour des recherches, de l'information, ils peuvent être utiles. C'est pourquoi, Bien que je mette un cadre assez ferme sur les contenus et les temps d'utilisations, je n'interdis pas les écrans. Tout se passe en dialogue et en confiance.

**Durant le confinement avez-vous pratiqué une activité physique seul ? et en famille ?**

C'était un moment de redécouverte de chacun, on parlait, on jouait aux jeux de société. Nous avons pratiqué le sport, en famille, dans notre salle de sport, mais aussi dans le salon en suivant des cours de gym par le net.

**Pensez-vous qu'un temps trop important devant les écrans peut avoir des conséquences sur votre activité sportive ?**

J'essaie de limiter mon temps d'écran à 3 heures par jour, le matin. Je fais de l'administratif, de la gestion, parfois des visio-conférences. Lorsque je gère des sportifs de haut niveau, j'utilisais les écrans pour mesurer les performances, établir des échelles de progressions. J'étais entouré de statisticiens, mais toujours dans un temps le plus raisonnable possible.

**Quels conseils donneriez-vous à des enfants de 8-10 ans sur leur consommation du temps d'écran ?**

Utiliser les écrans en lien avec des recherches pour les études n'est pas une mauvaise chose. Mais toujours sur une durée raisonnée et en dialogue avec les parents. En semaine je ne conseille pas les écrans pour les jeux, y compris en ligne.

**Passez-vous du temps sur les réseaux sociaux ? Prêtez-vous attention à ce qu'il se dit sur vous ?**

J'y prête très peu attention. D'abord parce qu'il s'y dit tout et son contraire, ensuite je pense que toujours vouloir savoir ce qui se dit sur soi, toujours poster la bonne photo, n'est pas très sain. C'est un peu du **narcissisme**, c'est être prisonnier d'une image et pas fidèle à soi-même.

# Côté dico, côté info, côté mot

## OUJDA :

Ville située au nord-est du Maroc, à proximité de la frontière algérienne.

## CAHORS :

Ville située sur le fleuve du Lot en Occitanie, dans le sud de la France.

## AGENS :

Ville située dans le sud-ouest de la France, préfecture du Lot et Garonne.

## WATFORD :

Ville anglaise située dans la banlieue nord-ouest de Londres.

**Gabarit** : Nom masculin : corpulence ou stature de quelqu'un : [une personne d'un gabarit respectable](#).

Exemple : Abdelatif BENAZZI possède un gabarit très athlétique.

**Narcissisme** : Nom masculin : admiration, contemplation de soi-même.

Exemple : Le schtroumpf coquet est narcissique.

**Le quinze de France** : C'est le nom donné à l'équipe française de rugby à 15.

Etre appelé pour jouer dans cette équipe, c'est être sélectionné.

**Abdelatif BENAZZI** compte **1 sélection** en équipe du Maroc et **78 sélections** en équipe de France. On dit aussi **Cape**. **Abdelatif BENAZZI** a également été sélectionné dans l'équipe des **BARBARIANS** (sélection de joueurs de plusieurs pays).

## NOOR :

**Mot arabe qui veut dire lumière.**

*« Je ne pouvais pas supporter que certains enfants ne puissent pas aller à l'école. L'éducation est obligatoire et dans certains hameaux très isolés, les enfants font 15 km à pied pour aller à l'école.*

*L'état ne peut construire une école pour 3 maisons. En convention avec l'Education Nationale qui fournit les enseignants, je construis des écoles dans ces endroits isolés.*

*L'éducation c'est l'essence de l'humanité. C'est pour ça que j'ai créé NOOR. »*

A. BENAZZI

## NELSON MANDELLA :

*« Nous vous remercions, Abdel, pour votre remarquable esprit sportif et les sentiments que vous éprouvez pour notre nation. »*  
*« Yours faithfully.*



Nelson Mandela  
1918-2013

## Nelson Rolihlahla Mandela :

Né le 18 juillet 1918 à MVEZO et mort le 5 décembre 2013 à JOHANNESBURG.

Président de la République d'Afrique du Sud de 1994 à 1999, à la suite des premières élections nationales non ségrégationnistes de l'histoire du pays.

## Les chaussettes de SELLA pour jouer autour du monde :

Tous les joueurs de rugby vous le diront, le maillot et les chaussettes du club ou d'une sélection ont une grande valeur symbolique. Lorsqu'une star du rugby donne ses chaussettes à un jeune joueur, c'est un grand honneur qu'il lui fait.

Philippe SELLA, star internationale du rugby, a offert ses chaussettes au jeune Abdelatif, joueur inconnu alors, mais remarqué par l'œil de l'expert.

Ce cadeau a porté chance à notre jeune joueur. Il est lui aussi devenu une star internationale de son sport, il a joué sur les terrains de nombreux pays.

Et surtout, Philippe et Abdelatif ont fait partie du même club, le SU AGEN....