

Revue Esprit olympique «Sotchi 2014»



98 moments
décisifs en 16 jours



Premiers Jeux
d'hiver en Russie



La joie des Suisses
avant «Sotchi 2014»

UBS KIDS CUP TEAM

L'événement sportif de l'hiver en ÉQUIPE

www.ubs-kidscup.ch



Une manifestation de
**Swiss Athletics et
Weltklasse Zürich**

Pour tous les jeunes de Suisse (jusqu'à 15 ans) – rendu possible par



UBS



Gian Gilli,
Chef de Mission « Sochi 2014 »

Cap sur la Russie!

Bientôt, le monde entier aura les yeux rivés sur la Russie, pays hôte des Jeux Olympiques d'hiver du 7 au 23 février 2014. Ce grand pays est fier d'accueillir des sportifs olympiques d'hiver pour la toute première fois. Le comité d'organisation russe présentera au monde des Jeux exceptionnels, j'en suis convaincu.

Les Jeux Olympiques sont une formidable vitrine pour le sport. En effet, à Sochi, plus de 5500 sportives et sportifs représentant quelque 80 nations s'affronteront pour briguer des médailles olympiques. 12 000 représentants des médias feront des comptes rendus sur les 98 médailles décernées et, aux quatre coins du monde, des milliards de supporters vibreront devant leur écran quand leurs modèles prendront le départ.

Nous estimons que la délégation suisse comptera environ 150 sportives et sportifs, nos champions des sports d'hiver. Ils maîtrisent leur discipline, tant sur la neige que sur la glace. Ils travaillent avec passion

et sans compromis depuis des années pour réaliser leur rêve de médaille à Sochi. Leur entourage les soutient avec la même passion. Pour connaître le succès, la chance devra parfois être au rendez-vous. Outre la volonté farouche de réaliser des prouesses, j'attends également de nos sportives et de nos sportifs qu'ils témoignent de la loyauté et du respect à leurs adversaires.

En 2010, la Suisse a décroché six médailles d'or à Vancouver, un record pour le pays lors de JO d'hiver. Nous mettons tout en œuvre pour que « Sochi 2014 » apporte au moins le même butin d'or au Swiss Olympic Team.

Dans cet esprit, allez la Suisse!



Gian Gilli, Chef de Mission « Sochi 2014 »

www.swissolympic.ch

Table des matières

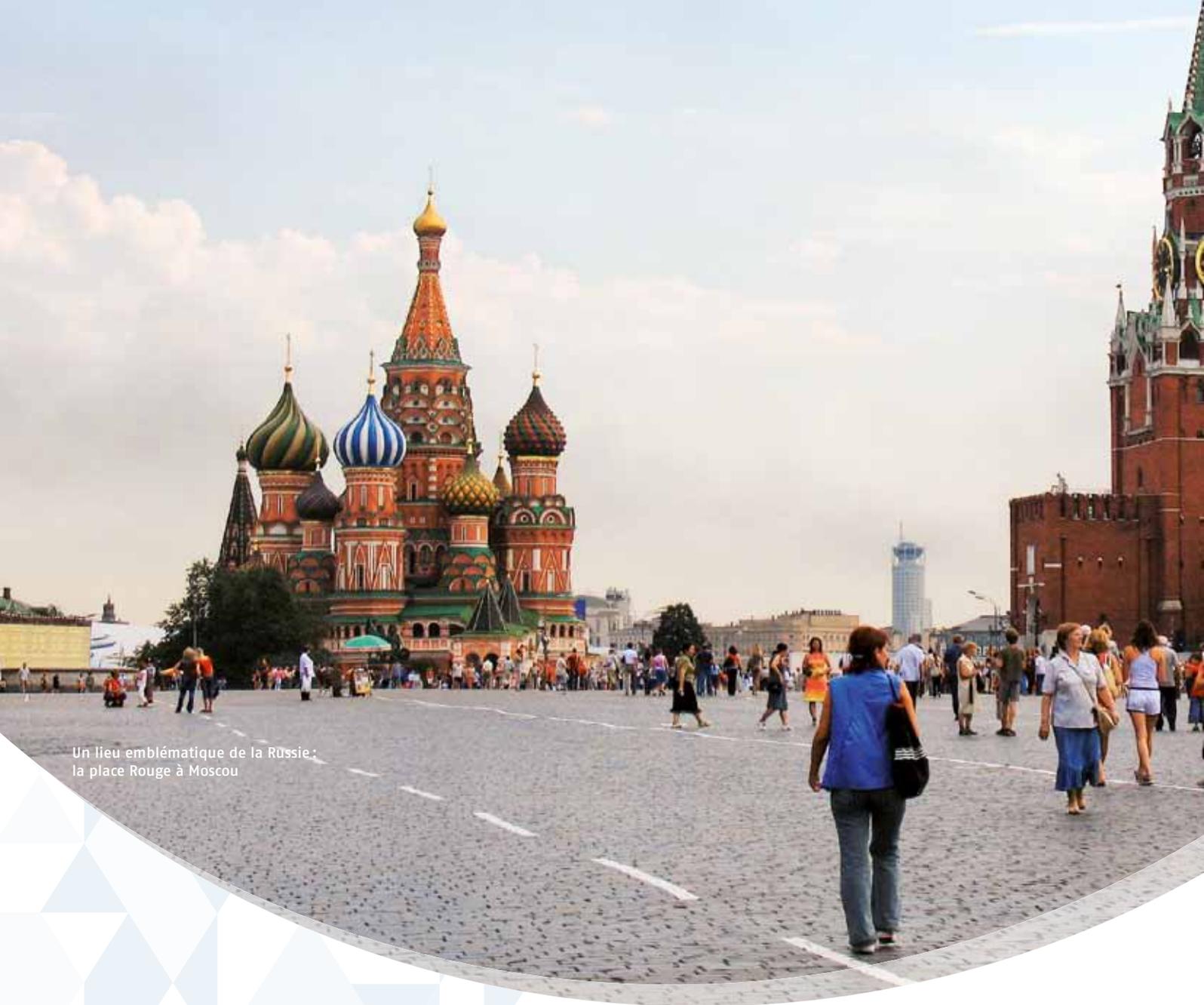
4	Le monde sportif a les yeux tournés vers la Russie
8	Des Jeux d'hiver sous les palmiers
12	Добро пожаловать в Сочи
14	Sans train, rien ne va
16	Des Jeux « verts » à Sochi
19	Solidarité olympique
20	Cinq symboles olympiques
22	« Global Dignity »
24	« Sochi 2014 » : l'affiche
26	Tout neuf, tout près
28	L'organisation, un véritable défi
31	Les Jeux Olympiques, c'est le summum
32	Coup sur coup : le calendrier
33	« Hot. Cool. Yours. »
34	« Sochi 2014 » en chiffres
36	Les Suisses aux anges
38	Typiquement russe
41	Bande-dessinée
42	Jeux Paralympiques d'hiver
45	Remporte de super prix!
46	Solutions / Impressum

Support de cours gratuit

Tu peux commander gratuitement* ce magazine pour ta classe en tant que support de cours. Pour cela, il te suffit d'envoyer un courrier électronique à :

Important : n'oublie pas de préciser la langue de ton choix – allemand ou français – ainsi que l'adresse!

* Une participation de CHF 10.00 aux frais de port sera facturée.



Un lieu emblématique de la Russie :
la place Rouge à Moscou

Le ***monde sportif***
a les yeux tournés vers
Russie

Ces quatre prochaines années, la Russie focalisera l'attention des passionnés de sport du monde entier à l'occasion de trois événements : les Jeux Olympiques d'hiver de 2014, les Championnats du monde de hockey sur glace 2016 et la Coupe du monde de football 2018. Une bonne raison pour mieux faire connaissance avec le plus vaste État de la planète.



Nicolas Bideau, chef de Présence Suisse et directeur de la Maison de la Suisse à Sotchi

« J'ai hâte de voir comment la Russie va assumer pour la première fois son rôle de pays organisateur des Jeux Olympiques d'hiver. »



Avec une superficie de 17 millions de kilomètres carrés, la Russie est 413 fois plus grande que la Suisse et plus ou moins aussi étendue que l'Europe et l'Australie réunies. Ou encore: la Russie occupe près de 11% des terres émergées de la planète. Un quart de sa surface fait partie de l'Europe, tandis que les trois quarts restants, séparés par l'Oural, sont en Asie.

Toundra et taïga

Une grande partie des terres de Russie se situe au nord du cercle polaire et donc dans des zones climatiques froides à très froides, caractérisées par la présence de la toundra et de la taïga. La toundra est une steppe froide sans arbres; la taïga est la zone de végétation la plus septentrionale à être constituée de forêts. Ces régions inhospitalières sont naturellement faiblement peuplées.

Cela explique que la Russie, avec 144 millions d'habitants, soit seulement 18 fois plus peuplée que la Suisse. En matière de densité de population, la Suisse est en tête: en Russie, il y a seulement huit habitants au kilomètre carré. Les Suisses sont 24 fois plus nombreux: 194 habitants au kilomètre carré.



Fédération de Russie

Fondation :	1992
Fête nationale :	12 juin
Superficie :	17 075 400 km ²
Habitants :	144 millions
Population :	80 % Russes, 20 % membres ressortissants de 100 autres peuples
Langue principale :	russe
Capitale :	Moscou
Monnaie :	rouble

Les Russes constituent environ les trois quarts de la population. 160 autres peuples vivent cependant en Russie: outre le russe, qui est la langue officielle, on dénombre ainsi plus de cent langues dans le pays. La Russie est donc l'État de la diversité.

Varègues et tsars

Il n'est pas aisé de régner sur un État aussi immense et aux facettes aussi multiples que la Russie. Cette diversité est en lien étroit avec son histoire, qui débute au IX^e siècle. Le prince Varègue Riourik est considéré comme le fondateur de l'État russe. Les Varègues (ou Rus'), peuple nordico-scandinave, faisaient du commerce avec les

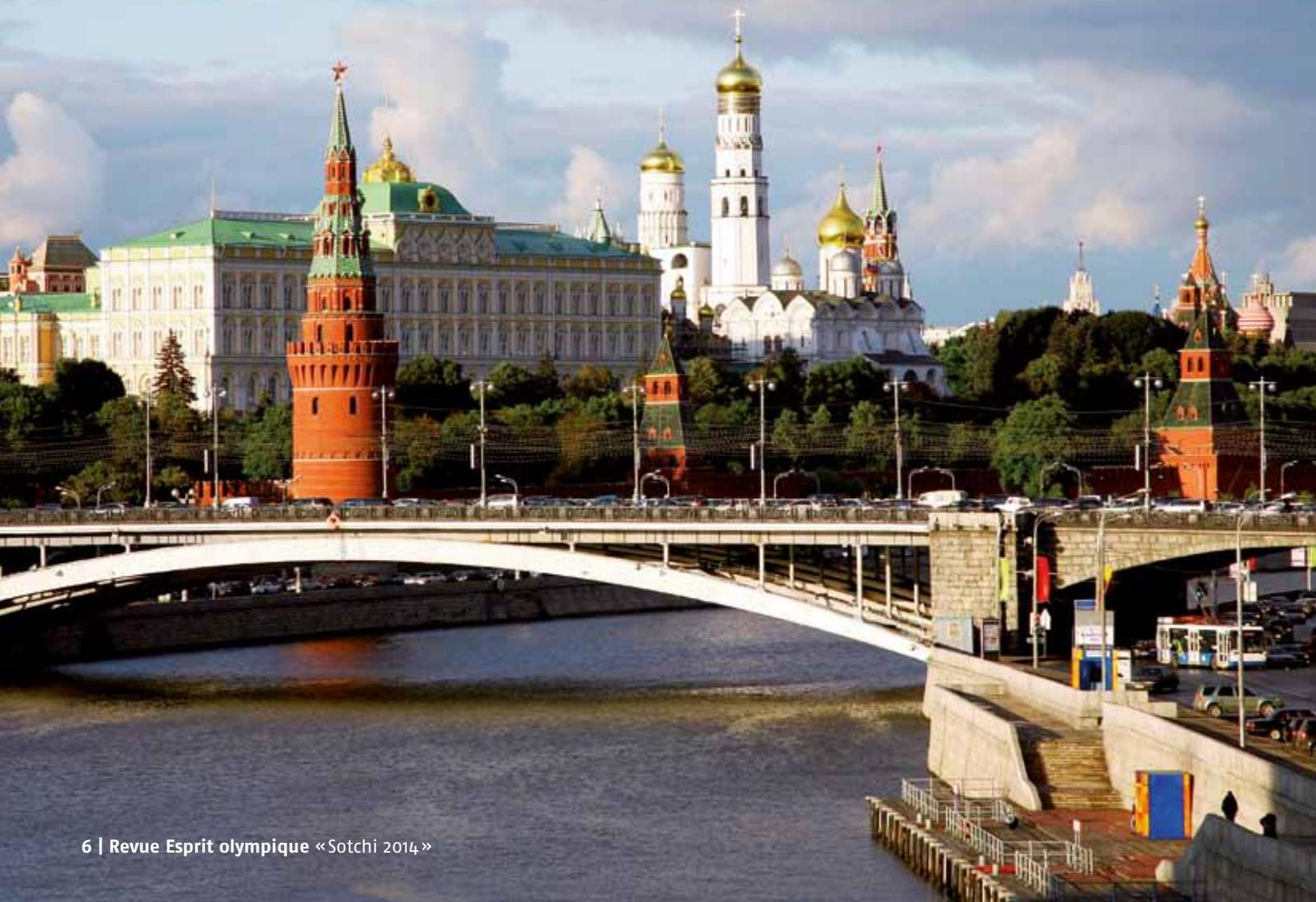
pays lointains, de la mer Baltique à la mer Noire. Ils étendirent leur influence sur le territoire de la Russie actuelle entre Novgorod et Kiev et créèrent en 862 une principauté qu'ils appelèrent Rus' de Kiev. C'est de là que vient le nom de Russie.

Une invasion mongole sépara la Rus' de Kiev de l'Europe occidentale au XVIII^e siècle. Kiev perdit sa position dominante dans l'espace actuel russe. La résistance contre la domination mongole partit de Moscou, qui devint le nouveau centre ainsi que la capitale.

C'est à cette époque que commença le règne des tsars. Le premier véritable souverain russe fut Ivan III. Il s'imposa face aux

Mongols et fonda l'empire des tsars de Russie. Ivan III se faisait appeler «grand-prince et tsar de Russie». Il gouverna le pays d'une main de fer, tout comme les tsars qui lui succédèrent jusqu'au XX^e siècle. Les plus célèbres d'entre eux sont Ivan IV («Ivan le Terrible»), Peter I^{er} («Pierre le Grand») Catherine II (la «Grande Catherine») Alexandre II et Nicolas II. A partir du XVI^e siècle, l'empire des tsars de Russie devint une grande puissance européenne et gagna de plus en plus de terrain à l'Est, s'étendant jusqu'à Vladivostok.

Moscou, la capitale de la Russie,
est la plus grande ville d'Europe.





Le président russe Vladimir Poutine

Communistes et glasnost

Après sa défaite lors de la guerre avec le Japon en 1904 – 1905 et lors de la Première Guerre Mondiale, qui lui causa de lourdes pertes, la Russie fut privée de sa position de grande puissance européenne. Au cours de l'année 1916, le pays était dans l'incapacité quasi-totale de livrer un combat militaire. Beaucoup de soldats désertaient. A Saint-Petersbourg, les grèves et les manifestations se succédèrent quasi quotidiennement jusqu'à ce que le tsar Nicolas II soit renversé en février 1917.

1917 fut aussi l'année de la Révolution d'Octobre: le Parti communiste s'empara du pouvoir et imposa son hégémonie jusqu'en 1922 au prix d'une guerre civile extrêmement sanglante. Au sommet de ce qui était désormais l'Union soviétique se trouvait Vladimir Ilitch Lénine. A sa mort en 1924, c'est Joseph Staline qui prit le pouvoir. Sa politique fut marquée par les terribles «grandes purges», qui lui permirent d'éliminer ses adversaires et d'établir sa domination au Parti communiste, faisant de l'Union soviétique une dictature. Les citoyens du pays se virent encore un peu

plus privés de leur liberté d'opinion et de décision politique.

Lors de la Seconde Guerre Mondiale, l'Union soviétique faisait partie des Alliés, aux côtés de la Grande Bretagne et des États-Unis, face à l'Allemagne nationale-socialiste. L'Union soviétique subit de lourdes pertes durant la guerre et déplora un grand nombre de victimes, mais joua un rôle majeur dans la victoire des Alliés.

Après la Seconde Guerre Mondiale, les tensions entre l'Union soviétique communiste et l'Occident capitaliste, en particulier les États-Unis, qui s'étaient déjà fait sentir pendant la guerre, s'aggravèrent. Dès lors et jusqu'en 1989/1990, le bloc communiste, dirigé par l'Union soviétique et l'Occident capitaliste, sous la houlette des États-Unis, se disputèrent la suprématie mondiale. On appela cette période la «guerre froide».

La mort de Staline en 1953 n'y changea rien. Ce n'est qu'en 1985, lorsque Mikhaïl Gorbatchev prit la tête du Parti communiste et donc du pays, que les deux fronts, qui avaient durci leurs positions, commencèrent à s'apaiser. La guerre froide avait

déclenché une course aux armements qui faillit provoquer la banqueroute de l'Union soviétique. Gorbatchev mita donc sur le dialogue international et le désarmement. Au niveau national, il proclama la «glasnost», l'ouverture politique, qui garantissait également le retour de la libre expression. Mais les réformes ne suffirent pas à sauver l'Union soviétique. Elle se désagrégea à la fin de l'année 1991. Des États comme les États baltiques, l'Ukraine ou le Kazakhstan se dissocièrent et il ne resta finalement plus que la Fédération de Russie – la Russie que nous connaissons aujourd'hui.

Vladimir Poutine et les Jeux

Mikhaïl Gorbatchev et son successeur Boris Eltsine, le premier président démocratiquement élu de Russie, ne purent empêcher la Russie de sombrer dans la misère à la fin du XX^e siècle: institutions étatiques détruites, pauvreté de la population et manque d'influence internationale. En 2000, Vladimir Poutine a succédé à Boris Eltsine à la tête de la Russie. Il a investi cette fonction avec pour objectif de faire retrouver à la Russie son rang de puissance mondiale. Organiser les Jeux Olympiques d'hiver de 2014 s'inscrit dans cette démarche. Cela permet au président russe de montrer que son pays est en mesure d'organiser à la perfection une manifestation sportive de rayonnement mondial. Lorsque Vladimir Poutine a promis, lors de l'attribution des Jeux Olympiques d'hiver de 2014, d'organiser des Jeux du plus haut niveau se déroulant sans heurts, c'est également à l'image de la Russie dans le monde entier qu'il pensait.

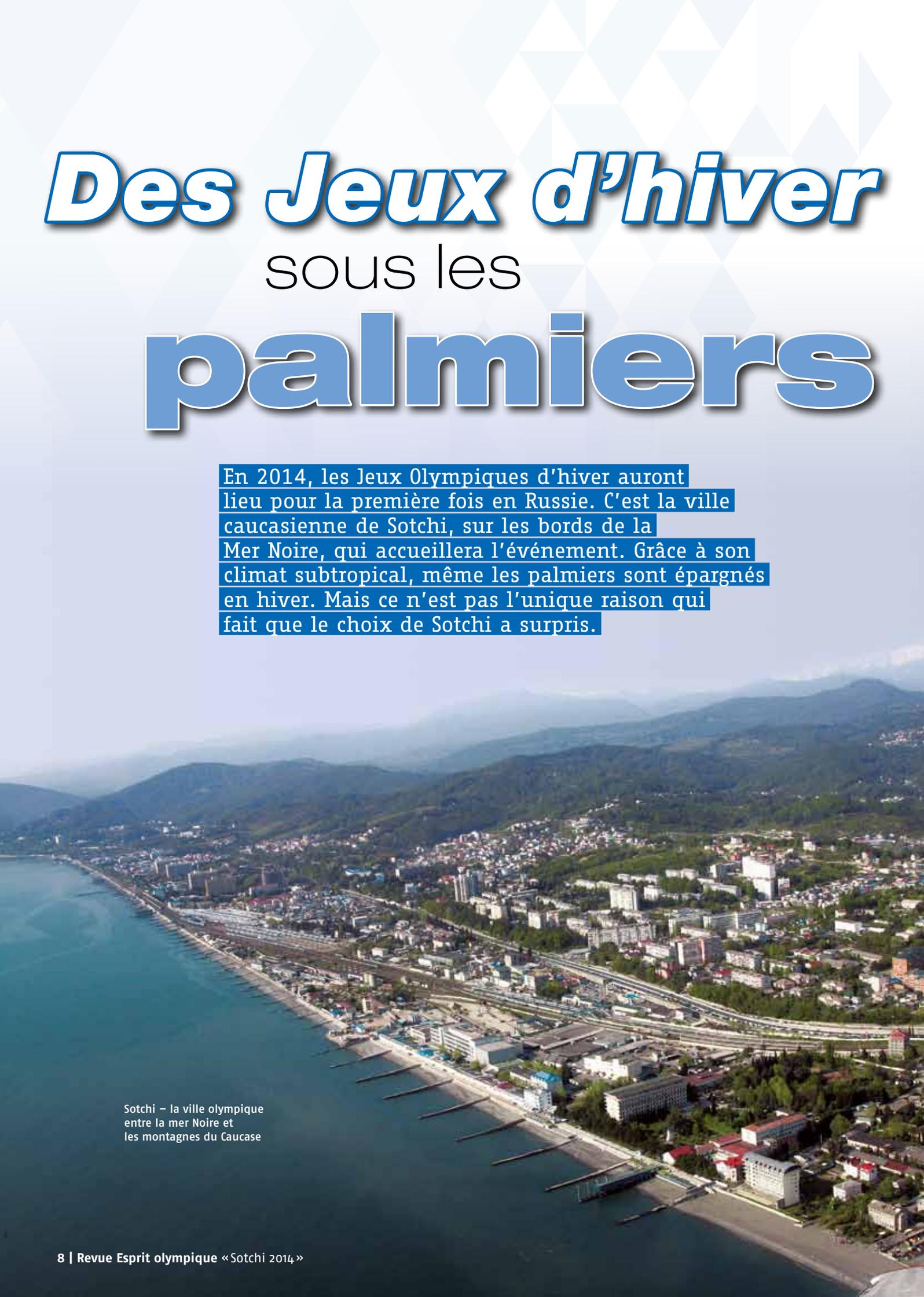


Le club des cinq

Avec les États-Unis, la Chine, la France et l'Angleterre, la Russie fait partie des membres permanents du Conseil de sécurité des Nations Unies (ONU), ce qui fait d'elle l'un des états les plus importants de la planète.

Des Jeux d'hiver sous les **palmiers**

En 2014, les Jeux Olympiques d'hiver auront lieu pour la première fois en Russie. C'est la ville caucasienne de Sotchi, sur les bords de la Mer Noire, qui accueillera l'événement. Grâce à son climat subtropical, même les palmiers sont épargnés en hiver. Mais ce n'est pas l'unique raison qui fait que le choix de Sotchi a surpris.



Sotchi – la ville olympique
entre la mer Noire et
les montagnes du Caucase

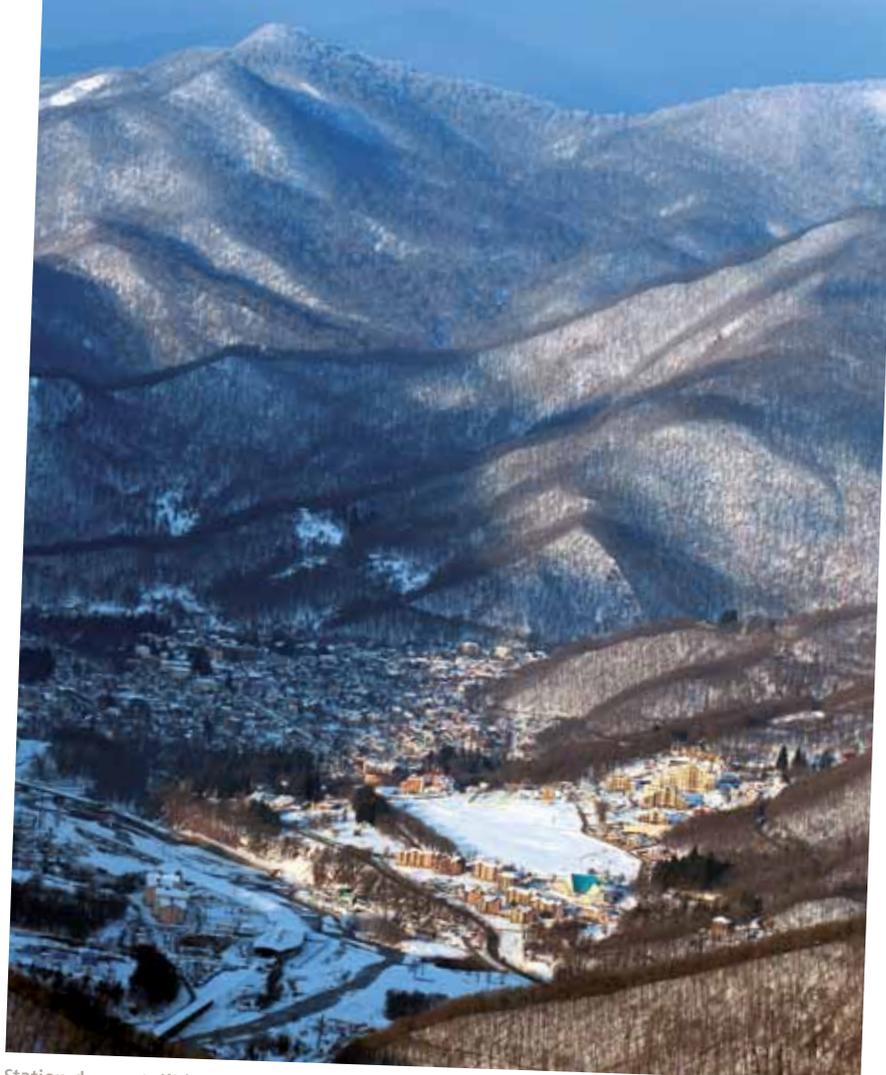
Selon la tradition, le Comité International Olympique (CIO) se réunit sept ans avant l'organisation des Jeux Olympiques concernés afin de choisir le lieu de déroulement. Le gagnant dispose ainsi de suffisamment de temps pour se préparer.

Sotchi l'outsider

En juin 2006, sept villes se portent candidates auprès du CIO pour organiser les Jeux Olympiques d'hiver de 2014. Les candidatures d'Almaty (Kazakhstan), de Bordschomi (Géorgie), de Jaca (Espagne) et de Sofia (Bulgarie) ne sont pas retenues pour la sélection finale en juin 2006.

Le 4 juillet 2007, dans la ville de Guatemala, les membres du CIO ont donc le choix entre Salzbourg (Autriche), Pyeongchang (Corée du Sud) et Sotchi (Russie). Sotchi fait figure d'outsider dans cette course, car une commission a auparavant jugé excellentes les candidatures de Pyeongchang et de Salzbourg, mais seulement «très bonne» celle de Sotchi. Sotchi risque de subir un nouvel échec après sa candidature infructueuse aux Jeux de 2002.

Le président russe Vladimir Poutine décide donc de mettre toutes les chances de son côté lors de la dernière présentation de Sotchi avant le vote décisif et se déplace personnellement à Guatemala. Présentant un projet extrêmement coûteux, avec lequel Salzbourg et Pyeongchang ne peuvent rivaliser financièrement, Vladimir Poutine promet entre autres que l'Etat garantira les coûts et que les Jeux seront sûrs et sans heurts. Il laisse en outre indirectement entendre aux 103 membres du CIO qu'un nouveau rejet de Sotchi sera considéré comme un affront à la puissance mondiale qu'est la Russie.



Station de sport d'hiver de Krasnaya Polyana

La victoire de Poutine

La présence de Vladimir Poutine porte ses fruits. Salzbourg est éliminée dès le premier vote avec 25 voix, tandis que Pyeongchang recueille la majorité des suffrages. Au deuxième tour, Pyeongchang s'incline finalement face à Sotchi par 47 voix contre 51. Ainsi, les dés sont jetés : en 2014, les Jeux Olympiques d'hiver auront lieu pour la première fois en Russie, dans une ville subtropicale en bord de mer.

Le choix de Sotchi a réduit au silence certaines voix qui estimaient que la candidature négligeait l'aspect écologique. La construction nécessaire de la quasi intégralité des

installations sportives et le déplacement d'une partie importante de la population ont également suscité des critiques.

Le Caucase à la loupe

Avec le choix de Sotchi, c'est la première fois que des Jeux Olympiques d'hiver auront lieu dans le Caucase. Le Caucase est une chaîne de hautes montagnes d'Eurasie qui s'étend sur quelque 1100 kilomètres. La montagne entre la mer Noire et la mer Caspienne est partagée entre différents territoires nationaux : la Russie, la Géorgie, la Turquie, l'Arménie et l'Azerbaïdjan. Depuis des siècles déjà, le Caucase ne cesse d'être

Sotchi et le Grand Sotchi

Lorsque l'on parle de Sotchi, il importe de faire la distinction entre la ville de Sotchi et l'unité administrative du Grand Sotchi, qui s'étend sur 145 kilomètres le long des côtes de la mer Noire entre Magri et Adler et se compose de quatre districts. En 2014, toutes les spécialités olympiques sur glace auront lieu là-bas. La station de sports d'hiver de Krasnaya Polyana, située à 45 kilomètres au nord, et son petit village voisin Esto-Sadok, font également partie du Grand Sotchi. C'est là-bas qu'auront lieu toutes les compétitions sur neige ou dans un couloir de glace.



Vacanciers sur la plage de Sochi

Sochi la multiculturelle

La ville de Sochi compte environ 350 000 habitants ; l'unité administrative du Grand Sochi à peine 440 000. La population de Sochi, multiculturelle, se compose de plusieurs groupes ethniques. Lors du recensement de la population en 2002 vivaient à Sochi, outre les Russes (67,5 % de la population), des Arméniens (20,2 %), des Ukrainiens (3,7 %), des Géorgiens (2,4 %), des Tcherkesses (1,2 %), des Grecs (1 %), des Biélorusses (0,7 %), des Tatars (0,5 %), ainsi que des membres de nombreuses autres communautés parmi lesquels des Azerbaïdjanais, des Abkhazes, des Ossètes et des Allemands (en majorité des Allemands de Russie).

le théâtre de conflits politiques et parfois d'affrontements.

La région autour de Sochi est conquise par les Russes en 1832. Ils fondent une colonie à l'embouchure de l'actuel fleuve Sochi et commencent à déplacer les Tcherkesses autochtones dans les plaines situées au nord du Caucase, ce qui a pour conséquence de dépeupler la zone côtière entourant Sochi. En effet, de nombreux Tcherkesses préfèrent émigrer en Turquie. Ce n'est que vers la fin du XIX^e siècle que de nouvelles colonies s'implantent à côté des postes militaires russes avec l'arrivée de Russes, d'Allemands, d'Arméniens, de Biélorusses, d'Ukrainiens, d'Estoniens et de Moldaves. L'essor est donné par la construction de la route le long de la côte de la mer Noire, qui relie la région de Sochi à la vie économique russe.

La « Riviera » du Caucase

A la fin du XIX^e siècle, les scientifiques découvrent des sources riches en soufre dans les environs de Sochi. C'est ainsi que débute la « success story » de Sochi en tant que lieu de cure. Dès 1902, les premiers visiteurs se baignent dans la source et en 1903, les premiers établissements thermaux sont ouverts. Six ans plus tard, l'hôtel pension « Riviera du Caucase » ouvre ses portes au centre de Sochi avec un petit établissement thermal. Le nom de l'hôtel fait naturellement allusion à la Côte d'Azur française déjà très prisée des touristes à l'époque. D'ailleurs, Sochi se trouve à la même latitude que la ville française de Nice, au bord de la Méditerranée !

Après la lutte contre la malaria en 1919, Sochi devient le lieu de cure privilégié de l'Union soviétique. Son développement est interrompu lors de la Seconde Guerre mondiale lorsque la ville est utilisée comme hôpital militaire. Plus d'un demi-million de soldats viennent y soigner leurs blessures.

Après la guerre, l'industrie du tourisme reprend le dessus. Des nouvelles constructions ciblées voient le jour : des sanatoriums, des hôtels et des établissements de cure. Aujourd'hui, près de quatre millions de touristes et de curistes venus de toute la Russie et des Etats du bloc de l'Est fréquentent ce lieu de cure. Ils viennent profiter du climat subtropical chaud, avec des températures moyennes de 5°C en hiver et de 23°C en été, ainsi que des magnifiques plages de la mer Noire et de la vue sur les montagnes couvertes de neige.



Dario Cologna, ski de fond

«Participer à des Jeux Olympiques est le point culminant de la carrière de tout sportif.»

Labyrinthe des mots

Quels sont les sept groupes ethniques que l'on trouve à Sotchi en plus des Russes? Pour le découvrir, il suffit de remettre dans l'ordre les lettres de chacune des lignes.

Tu trouveras de plus amples informations à la page 10.

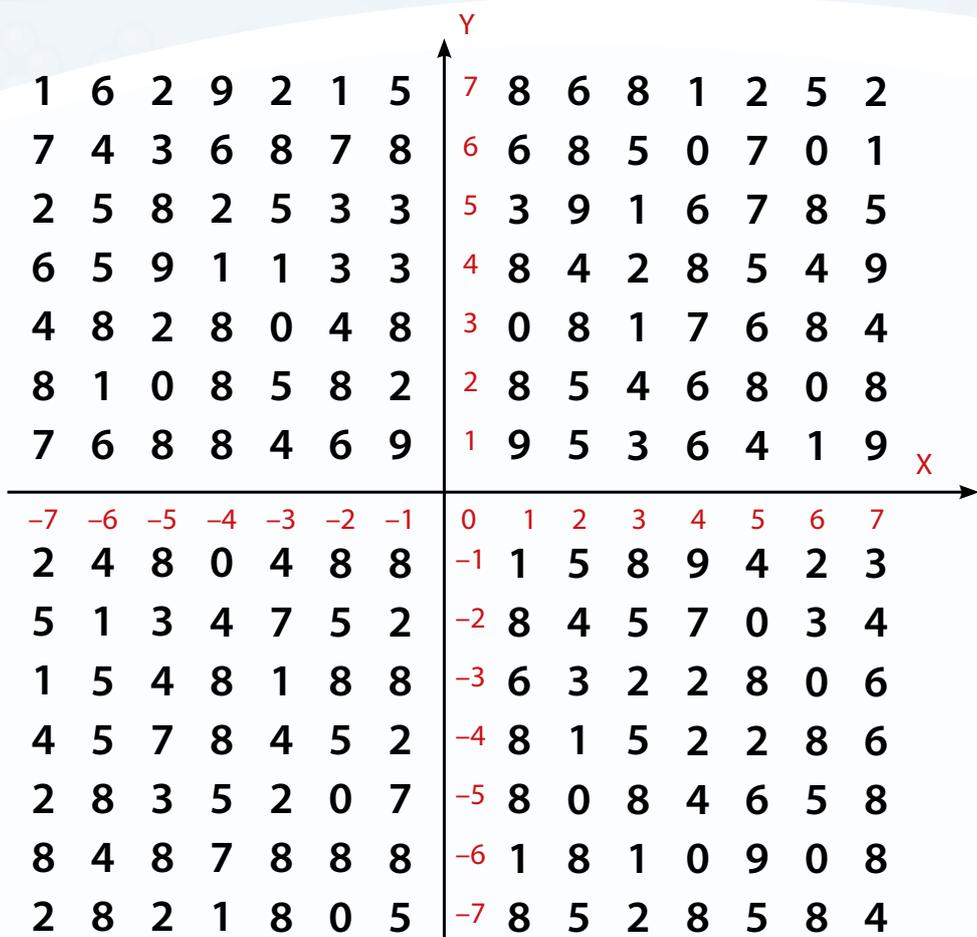
AARSTT
 EEGGINORS
 AEIKNRSU
 AEEIMNNRS
 CEGRS
 BEEILORSSU
 CEEHKRSST

Systeme de coordonnées

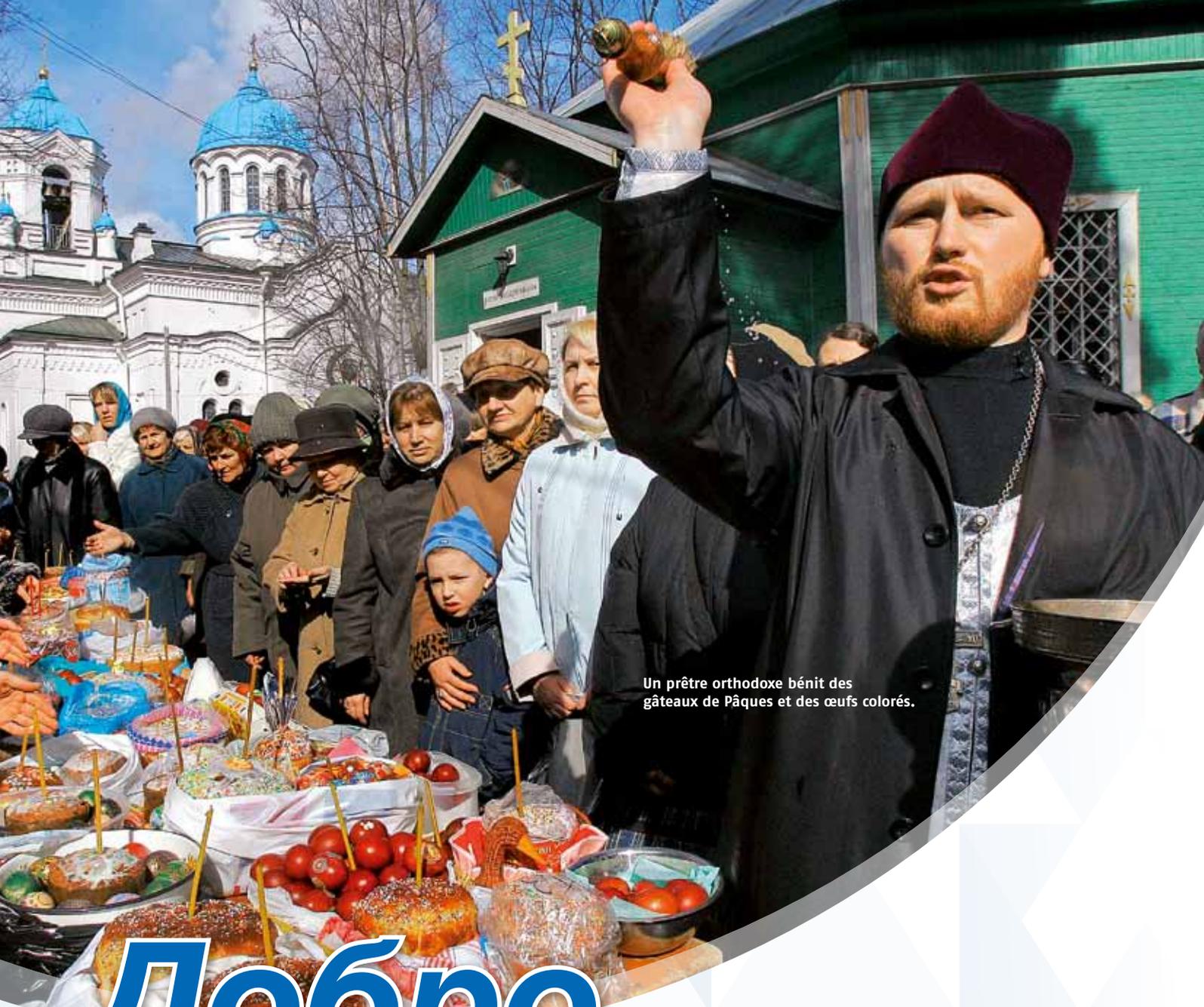
Quelle est la superficie de la Fédération de Russie?

Les indications du système de coordonnées t'aideront à trouver le bon nombre.

La première valeur se réfère toujours à l'axe des x:



 -4/4 -7/6 6/-3 5/5 -2/-4 2/4 -5/2 6/-6



Un prêtre orthodoxe bénit des gâteaux de Pâques et des œufs colorés.

Добро пожаловать в Сочи

«Bienvenue à Sochi» signifie ce titre en caractères cyrilliques. Mais la Russie ne se distingue pas seulement par sa langue et son écriture. Les us et coutumes et certains comportements de ses habitants sont également différents de ce que nous connaissons.

Ton prénom en caractères cyrilliques

A quoi peut bien ressembler ton prénom en cyrillique? Le site suivant te le dira. Tu pourras y trouver les 33 lettres de l'alphabet cyrillique, écouter leur prononciation et apprendre des mots simples en russe : www.lerussefacile.com



Une boîte aux lettres russe.

Les vieilles traditions, notamment les fêtes religieuses telles que le baptême, le mariage, les chansons de Noël et Pâques, revêtent une importance toute particulière en Russie. Ces fêtes religieuses sont étroitement liées à l'église orthodoxe russe, une église chrétienne qui a connu un nouvel essor après le déclin de l'Union soviétique il y a une bonne vingtaine d'années et dont le nombre de fidèles s'élève aujourd'hui de nouveau à quelque 100 millions de personnes, soit les deux tiers de la population russe.

La fête de toutes les fêtes

Parmi ces festivités religieuses, la fête de Pâques, considérée en Russie comme « la fête de toutes les fêtes », se démarque tout particulièrement. En Russie, Pâques est célébrée par différents rites et traditions : on organise des veillées et des processions autour des églises, on colore des œufs et on prépare des pains de Pâques ronds.

En Russie, il est d'usage de se souhaiter de joyeuses Pâques. La tradition du « Christosowanije » est tellement répandue en Russie qu'il arrive même aux non-croyants de la pratiquer. Elle se caractérise par trois bisex sur les joues et un salut religieux, suivi d'un échange d'œufs colorés.

Rendez-vous au sauna

Parmi les nombreuses traditions profanes de Russie compte la visite du bania, le sauna russe. Celle-ci fit partie intégrante du quotidien des Russes jusqu'au début du XX^e siècle. Aujourd'hui, le sauna est devenu plutôt une activité de loisirs, de fitness et de bien-être. Le bania reste néanmoins l'un des meilleurs moyens de retrouver des amis ou des partenaires commerciaux et de s'entretenir avec eux.

Les principaux éléments du bania russe sont la vapeur, un fagot de fines branches de bouleau ou de chêne, du thé fumant aux herbes, du kvas ou de la bière et un

Nouvel an « ancien » le 13 janvier

Jusqu'en 1918, la Russie vivait selon le calendrier dit julien qui enregistrait un retard de 13 jours par rapport au calendrier grégorien, en vigueur en Europe. Bien que le calendrier grégorien soit également utilisé en Russie depuis 1918, ses habitants continuent de fêter le nouvel an « ancien » le 13 janvier, date qu'ils considéraient longtemps encore comme le « vrai » nouvel an. Petit à petit, les Russes se sont habitués au nouveau calendrier, mais la tradition de célébrer le nouvel an « ancien » le 13 janvier s'est maintenue.

chapeau en feutre sur la tête. Depuis la nuit des temps, les Russes croient aux vertus curatives des banias, censés prévenir les gripes, détendre le corps et l'esprit et diminuer le stress.

Les gros mots sont tabous

Outre les traditions religieuses et profanes, la Russie regorge d'us et coutumes différents des nôtres. L'utilisation de gros mots en public, par exemple, est considérée comme obscène. Une loi interdisant l'utilisation de gros mots à la télévision, dans la presse écrite et à la radio a même été votée en avril 2013. Toute violation de cette loi est punissable d'une amende pouvant aller jusqu'à l'équivalent de cinq mille euros.

En Russie, il est par ailleurs courant de poser des questions d'ordre personnel à ses interlocuteurs, sur leur famille, leur revenu, leurs loisirs, leur santé et leur travail. Les personnes s'attendent alors à une réponse sincère et spontanée.



Sarah Meier, ancienne patineuse artistique

« Les sports de glace sont une tradition de longue date en Russie. C'est pourquoi je me réjouis de suivre les Jeux à Sotchi. »

Sans **train**, **rien** ne va

Certes, il y a aussi la voiture, l'avion ou le bateau, mais qu'il s'agisse de personnes ou de marchandises, le moyen de transport n°1 en Russie, c'est le chemin de fer.



Une «hirondelle» approche : un lastotchka à Sotchi

Elektrichkas et marchroutkas

Toutes les grandes villes russes sont reliées à leur périphérie par des trains de banlieue électriques, les elektrichkas. Ils sont le moyen de transport le plus utilisé des pendulaires. Ces trains seront remplacés d'ici aux Jeux Olympiques d'hiver. Les nouveaux elektrichkas appelés lastotchkas (hirondelles) amélioreront le confort des trajets, car les voitures avec des bancs en bois sont aujourd'hui encore souvent le quotidien des pendulaires russes.

Comme dans d'autres villes russes, des petits bus appelés marchroutkas, privatisés depuis la fin de l'Union soviétique, circulent dans Sotchi en plus des moyens de transports publics. Ces petits bus empruntent souvent des itinéraires imposés, mais s'arrêtent sur demande lorsque des passagers veulent monter ou descendre. La plupart du temps, il n'y a pas d'horaires fixes.



Les marchroutkas sont le moyen de transport emblématique des villes russes.

sochi.ru
2014

Il n'est pas facile de mettre en place et d'exploiter un réseau de transport efficace lorsqu'on est le pays du monde avec la plus grande superficie. Le gouvernement soviétique de la Russie du XX^e siècle a donc misé sur le chemin de fer. Le transport de marchandises par la route a été mis de côté en raison des coûts élevés de construction et d'entretien du réseau routier, d'autant plus que la plupart des grands axes routiers ne sont que difficilement praticables l'hiver à cause de la neige et du verglas. Sans compter qu'aujourd'hui encore beaucoup de Russes ne peuvent s'offrir une voiture.

Une ligne mythique

Le réseau ferroviaire russe comporte actuellement près de 85 500 kilomètres de voies et représente le plus important trafic de marchandises du monde. La ligne phare est la liaison reliant Moscou à Vladivostok sur la côte Pacifique, construite entre 1891 et 1916. Principal axe de transport de Russie, elle est également la plus longue voie ferroviaire du monde avec ses 9 288 km. C'est cette voie qu'emprunte le légendaire Transsibérien.

La construction de la ligne a été un ouvrage pionnier, notamment car les températures peuvent descendre jusqu'à -50°C en hiver, le sol est boueux pendant la saison chaude et il a fallu construire d'innombrables ponts et tunnels. La ligne du Transsibérien est avant tout importante pour le transport de marchandises. La durée totale de trajet entre Moscou et Vladivostok est de 143 heures et 32 minutes, soit pratiquement six jours complets.

Outre le rail et la route, les voies navigables ont une place énorme dans le système de

transport russe. La flotte marchande russe est l'une des plus importantes au monde. La principale voie navigable intérieure est la Volga. Près de la moitié de la navigation intérieure transite par elle.

Le choix de Sotchi

Grâce aux Jeux Olympiques d'hiver, Sotchi et la région de la Mer Noire connaissent un développement privilégié de l'infrastructure de transport. Du jamais vu en Russie. 60 % du coût total des Jeux Olympiques d'hiver seront consacrés au développement des transports ferroviaires, routiers et aériens. Avec l'extension coûteuse de l'aéroport de Sotchi-Adler et la rénovation des aéroports de Krasnodar et d'Anapa, les organisateurs devraient pouvoir contenir l'afflux d'invités

qui se rendront en avion sur le site des Jeux Olympiques.

Dans le cadre de l'amélioration de la liaison ferroviaire jusqu'à Moscou, la ligne ferroviaire de la Mer Noire entre Sotchi et Tuapse, destinée aux trains à grande vitesse, va être élargie à deux voies. De plus, la ville de Sotchi sera déchargée de la circulation de transit grâce à une autoroute traversant la vallée de Matsesta et à une route de contournement locale.

Si l'on ajoute à cela un nouveau concept de transports publics pour les bus, il n'y aura presque pas de trafic de véhicules privés dans le centre de Sotchi. Les habitants de Sotchi estiment qu'il s'agit là d'un effet positif des Jeux Olympiques.

Fanny Smith, skicross

« Plus les trajets vers les sites de compétitions sont courts et plus c'est agréable pour les sportifs. »





Des Jeux « **verts** » à **Sotchi**

La Russie l'a assuré, les Jeux Olympiques de 2014 à Sotchi seront les Jeux les plus «verts» qui aient jamais eu lieu. Des défenseurs de l'environnement critiquent toutefois la durabilité et la compatibilité écologique des Jeux Olympiques d'hiver sur les bords de la mer Noire.

Sotchi est entourée de réserves naturelles. Au nord-ouest de la ville se trouve le parc national de Sotchi et à l'est de celui-ci, accolée, la réserve naturelle du Caucase, inscrite au patrimoine mondial de l'UNESCO. La «Ritsa Nature Reserve» se situe quant à elle à l'est de Sotchi. En raison des différentes zones climatiques et altitudes concentrées dans un espace réduit, la région est particulièrement précieuse sur le plan de la diversité biologique des espèces.

Critiques des défenseurs de l'environnement

De manière générale, les organisations environnementales dénoncent les dommages causés par la construction d'infrastructures pour «Sotchi 2014» à des écosystèmes sensibles protégés, tels que les parcs nationaux et les réserves de biosphère, voire par endroits leur destruction complète. Ces organisations estiment que les mesures de compensation prises sont insuffisantes.

Le WWF a déploré que les préparatifs de «Sotchi 2014» se soient faits au mépris des lois environnementales. Il a également fait part de mesures de répression envers les défenseurs de l'environnement et les journalistes. En raison de la forte pression des délais, les autorités locales ont été peu enclines à engager des négociations ouvertes avec les groupes d'intérêt au sujet des conséquences environnementales.

Un autre point ayant donné matière à critique est la nouvelle route rapide de 48 kilomètres qui relie le parc olympique de la zone côtière aux lieux de manifestation dans les montagnes; elle suit en effet le cours la rivière Mzymta, qui a été polluée par les gravats. L'organisation de veille écologique du Caucase du Nord déplore en



outre les déboisements massifs qui ont détruit l'écosystème de cette vallée. Les nombreux dépôts d'ordures illégaux où ont été entreposés les déchets des travaux de construction pour les Jeux ont également inquiété les défenseurs de l'environnement.

Les partisans des Jeux se défendent

En réponse aux critiques des défenseurs de l'environnement, les partisans des Jeux objectent qu'une énorme infrastructure a dû être développée en un minimum de temps pour «Sotchi 2014», alors que dans d'autres pays il a fallu plusieurs générations pour parvenir au même résultat. Le bilan environnemental de ces gigantesques constructions réalisées pour partie dans une nature intacte est considérable. De plus, la situation ne peut être comparée avec l'espace alpin, mieux aménagé en termes d'infrastructure. Dans la région de

Sotchi par exemple, il y a encore d'immenses territoires naturels parfaitement intacts.

Le fait est que le comité d'organisation de «Sotchi 2014» a élaboré, conjointement avec le PNUE (Programme des Nations Unies pour l'environnement), un plan d'action de trois ans qui prévoit 17 projets visant à réduire les effets négatifs sur l'environnement. Parmi ces projets, l'obtention par «Sotchi 2014» de la norme internationale de management environnemental ISO 14001, le programme «Zéro déchets» et la réduction et la compensation du CO₂. Les entreprises de construction ont dû signer une déclaration dans laquelle elles s'engagent à restaurer l'écosystème le long de la rivière Mzymta. Il existe en outre différentes initiatives visant à protéger la biodiversité de la région et un total de presque 90 projets dont le but est de réduire les effets négatifs de «Sotchi 2014».

Ivo Damaso, président du CO du Marathon de ski de l'Engadine

«C'est un grand défi d'organiser des manifestations d'une si grande envergure le plus écologiquement possible !»



Expropriation forcée

Lors de la réalisation de grands projets comme des Jeux Olympiques d'hiver, les expropriations forcées sont presque inévitables. Selon Human Rights Watch (HRW), le gouvernement russe a démolé au moins 400 bâtiments et exproprié 1500 propriétaires/familles afin d'ériger l'infrastructure pour Sotchi 2014. Les collaborateurs de l'ambassade suisse en Russie rapportent que la plupart des personnes expropriées ont apparemment été correctement dédommagées et sont satisfaites de ces compensations. Il y a cependant des cas plus délicats.

Sudoku

Quelle est la longueur de la plus longue ligne de chemins de fer au monde ?

Tu obtiendras le nombre de kilomètres en lisant par lignes et de haut en bas les chiffres des cases jaunes.

Dans ce Sudoku, il faut utiliser les nombres 1 à 12, et non pas 1 à 9.

			8		12		9	7			
			11	4				12	9	6	
9				8		3					4
12	6		7	5			3	2		1	
		4		11			10			7	
		9			1			5	4	8	11
11	9	5	3			6			1		
	12			1			11		3		
	10		1	12			5	4		2	6
7					5		12				2
	3	8	2				4	1			
			4	6		8		9			

Surizarinku

	2						2	2	
2	2	2					2	3	
3		2	2	1	1	0	2	2	
			3	2				2	
			2	1				1	
2			3					2	
2	2		3	0	3		2	2	3
2	3	2					2		2
		3			1	3	1		3
	1		1	3					1

Dessine une boucle continue en suivant les pointillés et en veillant à ne pas relier tous les points. Les chiffres dans les cases indiquent le nombre de côtés adjacents au chiffre qu'il faut relier pour tracer le chemin. Le chemin ne doit pas se croiser ou se toucher.

Shikaku

Dessine des rectangles en suivant le quadrillage de manière à ce que chaque rectangle contienne un chiffre qui indique de combien de cases est composée le rectangle.

6		4		8	
			6		
	4	4			
8					
					24

La Solidarité Olympique ouvre des portes

Peu importe le pays : lorsque des sportifs prometteurs risquent de pas pouvoir aller plus loin pour des raisons financières, la Solidarité Olympique intervient. C'est par exemple ce qui s'est passé pour le sportif de skicross jamaïcain Errol Kerr.

Quel grand moment pour la Jamaïque : aux derniers Jeux Olympiques d'hiver de 2010 à Vancouver au Canada, le coureur de skicross Errol Kerr a porté le drapeau de son pays lors de la cérémonie d'ouverture ; il a du reste été le premier Jamaïcain à prendre le départ d'une discipline de ski !

Le jeune homme, âgé de 23 ans à l'époque, a fièrement porté les couleurs de son pays natal lors du défilé des nations. Et sa performance en compétition olympique méritait également le coup d'œil : Errol Kerr a atteint les quarts de finale, se classant finalement 9^e sur 33 participants.

La Solidarité Olympique

Ce succès a été rendu possible avant tout grâce à la Solidarité Olympique. Le but de cette institution du Comité International Olympique (CIO), dont le siège est à Lausanne, est de promouvoir le développement international du sport et la solidarité au sein de la famille olympique.



Errol Kerr

Concrètement, la Solidarité Olympique soutient aux niveaux financier, technique et administratif les comités nationaux olympiques, qui pour la plupart dépendent d'une aide. Ce soutien permet d'encourager des talents sportifs extraordinaires venant de pays où il n'existe aucune base appropriée pour leurs spécialités sportives. Les programmes comprennent la formation des entraîneurs, la formation continue des officiels, le développement des structures sportives nationales et la mise en relation avec des partenaires internationaux. La Solidarité Olympique promeut l'idée olympique d'une communauté dans laquelle tout le monde s'entraide. Les programmes de la Solidarité Olympique sont financés par les droits télévisés vendus aux entreprises de télévision pour retransmettre les Jeux Olympiques.

Sportifs des pays « exotiques » couronnés de succès

Les programmes d'encouragement de Solidarité Olympique permettent de faire percer des sportifs qui font également les gros titres aux Jeux Olympiques grâce à leurs performances. Par exemple : Sarah Menezes a été la première judoka brésilienne à décrocher l'or aux Jeux Olympiques d'été de 2012 à Londres.



Cinq symboles olympiques

La signification et les valeurs du mouvement olympique sont transmises par des symboles. Ces symboles olympiques connus véhiculent des messages de façon simple et directe, tout en conférant aux Jeux et au Mouvement olympique une identité. En voici cinq exemples.

La devise olympique...

...s'intitule «Plus vite, plus haut, plus fort» (dans l'original en latin «citius, altius, fortius»). Ces trois mots doivent encourager le sportif à donner le meilleur de lui-même lors de la compétition. Conformément au credo olympique, «l'important dans la vie ce n'est point le triomphe, mais le combat. Bien se battre en faisant preuve de fair-play est plus important que la victoire.

L'hymne olympique...

...a été composé par le Grec Spyros Samara et joué aux premiers Jeux Olympiques de l'ère moderne en 1896 à Athènes. Le Comité International Olympique l'a déclaré hymne officiel en 1958. Depuis les Jeux Olympiques d'été de 1964 à Tokyo, l'hymne est joué à deux reprises lors de chaque édition: pendant la cérémonie d'ouverture (au moment où le drapeau est hissé) et pendant la cérémonie de clôture (lorsque l'on descend le drapeau de son mât).



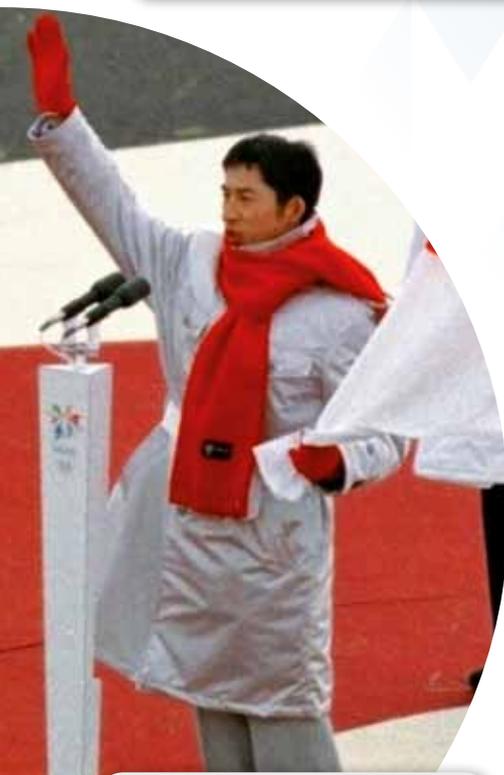
Wendy Holdener, ski alpin

« Pour moi, c'est un honneur de faire partie du Mouvement olympique. »



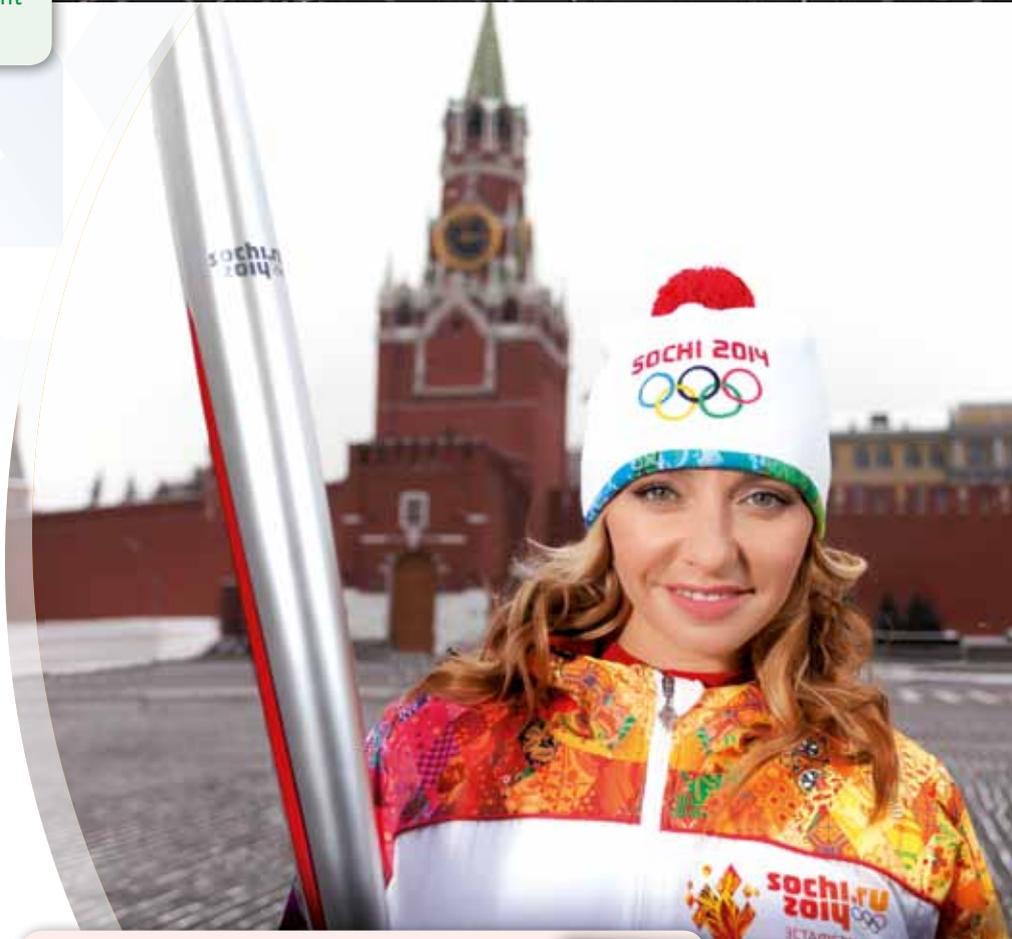
Les anneaux olympiques ...

... représentent les cinq continents. Ils sont entrelacés afin de mettre en évidence l'universalité de l'Idéal olympique et le rassemblement des sportifs du monde entier. Le drapeau olympique réunit les anneaux sur un fond blanc. Les six couleurs ainsi combinées (bleu, jaune, noir, vert, rouge et blanc) représentent les couleurs des drapeaux de toutes les nations. La croyance répandue selon laquelle chaque couleur peut être associée à un continent est donc fautive.



Le serment olympique ...

... est lu par un sportif du pays organisateur lors de la cérémonie d'ouverture. Le serment fait promettre le fair-play et se compose du texte suivant: «Au nom de tous les concurrents, je promets que nous prendrons part à ces Jeux Olympiques en respectant et suivant les règles qui les régissent, en nous engageant pour un sport sans dopage et sans drogues, dans un esprit de sportivité, pour la gloire du sport et l'honneur de nos équipes».



La flamme olympique ...

... vient de la ville d'Olympie en Grèce. Elle rappelle les racines antiques des Jeux Olympiques de l'ère moderne. Plusieurs mois avant les Jeux Olympiques, la flamme est allumée sur le site originel des Jeux Olympiques à l'aide du soleil et d'un miroir parabolique. La flamme est ensuite transportée dans le pays où auront lieu les Jeux Olympiques. S'il faut un avion pour s'y rendre, la flamme est conservée dans une lampe de sécurité. Une fois sur place commence alors le relais de la flamme à travers les différentes régions du pays hôte. La flamme annonce les Jeux Olympiques tout en mettant en lumière la culture et les traditions des régions traversées. Signe de paix et de solidarité entre tous les peuples de la Terre, elle brûle dans le stade olympique pendant toute la durée des Jeux.



« Chaque être humain a **droit** à la **dignité** »

Christian Wenk était sportif d'élite avant qu'un accident lors d'un entraînement ne le rende paraplégique. Aujourd'hui, il est entre autres ambassadeur pour «Global Dignity», l'initiative mondiale pour la dignité humaine. Dans cette interview, il parle de son engagement.



Christian Wenk

a été champion suisse de duathlon et n°4 mondial. Après un grave accident à l'entraînement la même année au Japon, le sportif passionné a dû lutter sur son fauteuil roulant pour revenir parmi les vivants. Avec succès. Christian Wenk est aujourd'hui médecin-chef au poste d'urgence de la Hirslanden Klinik St. Anna à Lucerne, mais ce n'est pas tout: musicien touché par la grâce, il est également un pianiste de concert très demandé ainsi qu'entraîneur national de handbike, ce qui lui permet de garder un lien étroit avec le sport. Pour couronner le tout, il s'engage bénévolement en faveur d'organisations caritatives comme Global Dignity. Enfin, Christian Wenk est membre du Comité d'éthique de Swiss Olympic.

Pour en savoir plus sur Christian Wenk: www.christianwenk.ch

Pour en savoir plus sur Global Dignity: www.globaldignity.org

Pour en savoir plus sur les valeurs olympiques: www.swissolympic.ch - Ethique



Christian Wenk (à droite) avec les fondateurs et représentants nationaux de Global Dignity

Christian Wenk, pour vous, qu'est-ce que la dignité humaine?

La dignité est le droit de chaque être humain à décider de sa vie et à être respecté par la société. Elle va de pair avec la tolérance, le respect et la considération, pour ne citer que quelques concepts.

Comment avez-vous connu Global Dignity?

Avec mon handicap, je suis confronté depuis des années au problème de l'intégration et au fait que je suis toujours exclu de la société à cause de mes capacités diminuées. J'ai donc été depuis longtemps sensibilisé à tout ce qui a trait à ce type d'injustice. Et en tant que personnage public, je suis devenu depuis longtemps une sorte d'ambassadeur pour les personnes atteintes d'un handicap. Lorsque j'ai pour la première fois entendu parler de l'initiative Global Dignity, au Forum économique mondial de Davos, j'ai immédiatement été captivé. En effet, l'initiative ne demandait rien d'autre que ce je souhaitais au plus profond de moi: l'égalité des droits pour tous les êtres humains de la planète. Cela veut dire par exemple avoir les mêmes conditions de base et les mêmes chances de suivre une formation et de réaliser ses rêves, et avant tout décider de sa propre vie. Global Dignity est présente dans près de 50 pays et touche aujourd'hui des millions de jeunes gens.

Vous dirigez l'antenne suisse de Global Dignity. Comment en êtes-vous venu à occuper cette fonction?

Outre le fait que je suis personnellement concerné, d'autres considérations sont entrées en ligne de compte: j'observe toujours plus d'exclusion, de pressions et d'humiliations chez nous en Suisse, tant à l'école que dans les familles, sur le lieu de travail ou dans les clubs. Je le constate à tous les âges, en permanence, à travers des petites choses souvent involontaires. Qui a déjà réfléchi au rôle de la victime ou au rôle de celui qui commet le délit? Ou encore qui s'est déjà interrogé sur la façon d'avoir une attitude plus digne envers sa propre personne? Nous soucions-nous suffisamment de nous-mêmes dans une société où seule la performance importe? Je suis devenu l'ambassadeur de Global

« La dignité signifie la tolérance, le respect et la considération. »

Dignity pour poser ces questions à voix haute et y trouver des réponses concrètes. L'objectif est que nous apprenions à prendre nos responsabilités, à agir de façon consciente et à éviter les injustices blessantes.

Quelles sont vos tâches principales en tant qu'ambassadeur de Global Dignity?

Je suis responsable de la mise en œuvre des objectifs de l'initiative en Suisse. En d'autres termes, nous voulons atteindre le plus grand nombre possible de jeunes entre 10 et 17 ans, afin qu'ils s'interrogent activement sur la signification du mot dignité et qu'ils réfléchissent à un moment dans leur vie où on a porté atteinte à leur dignité ou à un moment où eux-mêmes ont pu porter atteinte à la dignité d'autrui. Nous aimerions qu'ils veillent à entretenir des relations dignes avec les autres, mais également avec eux-mêmes. Les jeunes gens comprennent particulièrement bien ce qui est en jeu. Et ils sont notre

avenir. Nous organisons en outre les «Global Dignity Days» dans des écoles où les jeunes peuvent directement discuter.

Croyez-vous en la bonté de l'être humain?

Oui, absolument. Le respect, la tolérance, la considération et la volonté d'intégration sont des choses qui s'apprennent. Nous devons changer notre perspective, par exemple essayer de voir les possibilités qui sommeillent en quelqu'un plutôt que les dangers. La société retire un bénéfice de la diversité des hommes, même sur un plan économique. Pour être le plus performant, un système implique l'intégration totale de tous les participants. Nous nous rapprocherons de cet idéal. C'est que je crois.

Quel est votre lien avec le monde du sport aujourd'hui?

Je fais du vélo à main pour rester en forme, sentir la nature, m'aérer l'esprit et tout simplement pour me déconnecter. Je me fixe des objectifs ambitieux, ce qui m'oblige à m'accrocher pour les réaliser. Je fais ça parce que je sais que ça me fait du bien.





Tout neuf, tout près

Pour la première fois dans l'histoire des Jeux Olympiques d'hiver, tous les sites de compétition qui composeront «Sotchi 2014» ont dû être construits de A à Z. Cela présente quelques avantages : à Sotchi, les Jeux Olympiques d'hiver ont été organisés sur de courtes distances. Une particularité que l'on ne cesse de préciser avec fierté.

En 2014, il y aura trois villages olympiques, deux dans les montagnes, un sur la côte. Toutes les patinoires pour les sports sur glace se trouveront dans la plaine d'Imertinskaya à Sotchi-Adler. Les sportifs auront ainsi le plaisir de se rendre à pied aux sites de compétition.

Deux villages olympiques nichés dans les montagnes surplombant Krasnaya Polyana seront à la disposition des sportifs prenant part aux compétitions sur neige et dans le couloir de glace. Là encore, les sites de compétition seront proches et bien desservis par un service de navette spécial.

Des routes et des voies spéciales

Toutes les personnes désirant se rendre aux lieux des

compétitions depuis les hôtels de Sotchi et des environs pourront rejoindre leur destination en moins de 40 minutes grâce aux trains rapides et aux bus navettes. Vingt minutes supplémentaires leur permettront d'accéder ensuite au site de compétition de leur choix.

Des voies de circulation spéciales seront réservées pour le transport des officiels et des sportifs, mais également pour les bus de spectateurs.

Entre Sotchi-Adler et Krasnaya Polyana, les déplacements liés aux Jeux Olympiques s'effectueront sur la nouvelle voie rapide ; les usagers locaux devront quant à eux emprunter l'ancienne route. Cette route possède cinq points d'accès à la nouvelle voie rapide, mais ceux-ci ne pourront pas être utilisés pendant les Jeux afin de garantir la rapidité du «transport olympique».

Le plan ci-contre présente les différents sites olympiques ainsi que les distances.

Le stade olympique
«Adler Arena» à Sotchi



OLYMPIC VENUES MAP



Susanne Böhlen



« Il m'arrive parfois de fermer un œil »

En tant que responsable Olympic Team Management chez Swiss Olympic, Susanne Böhlen s'occupe pour la quatrième fois déjà de l'ensemble de la logistique et de l'organisation pour le Swiss Olympic Team. Dans cette interview, elle expose les défis qu'impliquent les JO de «Sotchi 2014» et pourquoi nos sportives et sportifs ne mangeront pas que du caviar en Russie.



**swiss
olympic
team**



«Je pensais déjà à Sotchi lors des JO de 2010 à Vancouver.»

Susanne Böhlen, vous êtes la responsable Olympic Team Management. Quelles tâches devez-vous accomplir en vue de «Sotchi 2014»?

Je m'occupe de tout ce dont les sportives et sportifs ont besoin durant la phase de préparation et pendant les Jeux Olympiques en dehors des compétitions. Il s'agit par exemple de leur indiquer au préalable qui est responsable de quel domaine et de les informer des conditions qu'ils trouveront en Russie. Il faut également veiller à ce que les sportives et sportifs reçoivent les vêtements de la collection officielle dans la bonne taille, leur expliquer comment envoyer leur matériel à Sotchi, où ils seront logés, comment se déplacer en Russie, où ils pourront s'entraîner et ce qu'ils mangeront.

Du caviar et de la salade russe?

L'influence du pays hôte est assez limitée, étant donné que beaucoup de choses sont dictées par le CIO. Parmi ces directives figurent par exemple le nombre de cintres requis par chambre, la largeur des lits et la nécessité d'une lampe de chevet. La nourriture répond elle aussi dans une large mesure aux normes du CIO. Les sportives et sportifs mangeront donc à peu près la même chose qu'à Vancouver en 2010.

Quand avez-vous commencé les préparatifs pour «Sotchi 2014»?

Je pensais déjà à Sotchi lors des JO de 2010 à Vancouver. Je réfléchissais aux points qu'on pourrait améliorer la prochaine fois et ce qui serait différent en Russie par rapport au Canada. En automne 2010, nous nous sommes rendus pour la première fois dans la ville au bord de la mer Noire afin de nous en faire une idée sur place. A l'époque, il n'y avait pourtant pas grand-chose à voir, hormis des chantiers immenses.

La plupart des sites de compétition et des hébergements ont été spécialement construits pour ces Jeux d'hiver. Nos sportives et sportifs logeront-ils donc dans des constructions récentes de luxe?

De telles constructions existent bel et bien. Mais le fait que rien n'était vraiment prêt il y a peu de temps encore nous a mis devant un dilemme organisationnel: fallait-il réserver des chambres dans une résidence ultra-moderne qui n'était même pas encore terminée, et donc «acheter» les yeux fermés? Ou était-il préférable de miser sur la prudence et de réserver un hôtel plus ancien, situé peut-être un peu plus loin, mais que nous pouvions au moins visiter au préalable? Et suivre ainsi le proverbe «Un tiens vaut mieux que deux tu l'auras»?

Et qu'avez-vous décidé de faire?

Je pense que nous avons opté pour un bon mélange. La Russie est fière de pouvoir accueillir ces Jeux et les organisateurs fournissent un travail très professionnel. C'est pourquoi je ne me fais pas de soucis et je me réjouis des Jeux à Sotchi.

Seul un an et demi sépare les Jeux d'été et les Jeux d'hiver. Cela représente-t-il un stress supplémentaire pour vous?

Oui, notamment parce que nos délégations sont plus grandes en hiver qu'en été. A Vancouver en 2010, nous avions 146 sportives et sportifs accrédités, contre 102 lors des JO de Londres en 2012. Pour «Sotchi 2014», nous nous attendons à un nombre de participants similaire à celui de 2010.

Pourtant, les Jeux d'hiver ne demandent pas le transport de chevaux ni de voiliers. Cela vous facilite-t-il la tâche?

Le principal défi consiste à devoir tout organiser au dernier moment. Certaines spécialités sportives ne procèdent aux

sélections que fin janvier. Ce n'est donc qu'à ce moment-là que nous saurons combien de Suisses seront réellement de la partie. Les bobeurs, par exemple, disputent leur dernière épreuve de Coupe du monde le 26 janvier et effectuent leur premier entraînement sur la piste olympique le 4 février. Cela nous laisse donc peu de temps pour rassembler tous les documents nécessaires, charger les bobs et les transporter à Sotchi.

Aimez-vous les délais serrés et les incertitudes?

J'aime rester flexible, m'adapter sans cesse à de nouvelles situations et composer avec l'incertitude. Avec l'expérience, on gagne en confiance et on sait que tout finit par s'arranger. Après Pékin, Vancouver et Londres, c'est déjà ma quatrième mission olympique. Je suis plus détendue, car je sais ce qui compte et ce qui est moins important. Maintenant, il m'arrive parfois de fermer un œil.



« Nous devons tout organiser
au dernier moment. »



Soupe de lettres

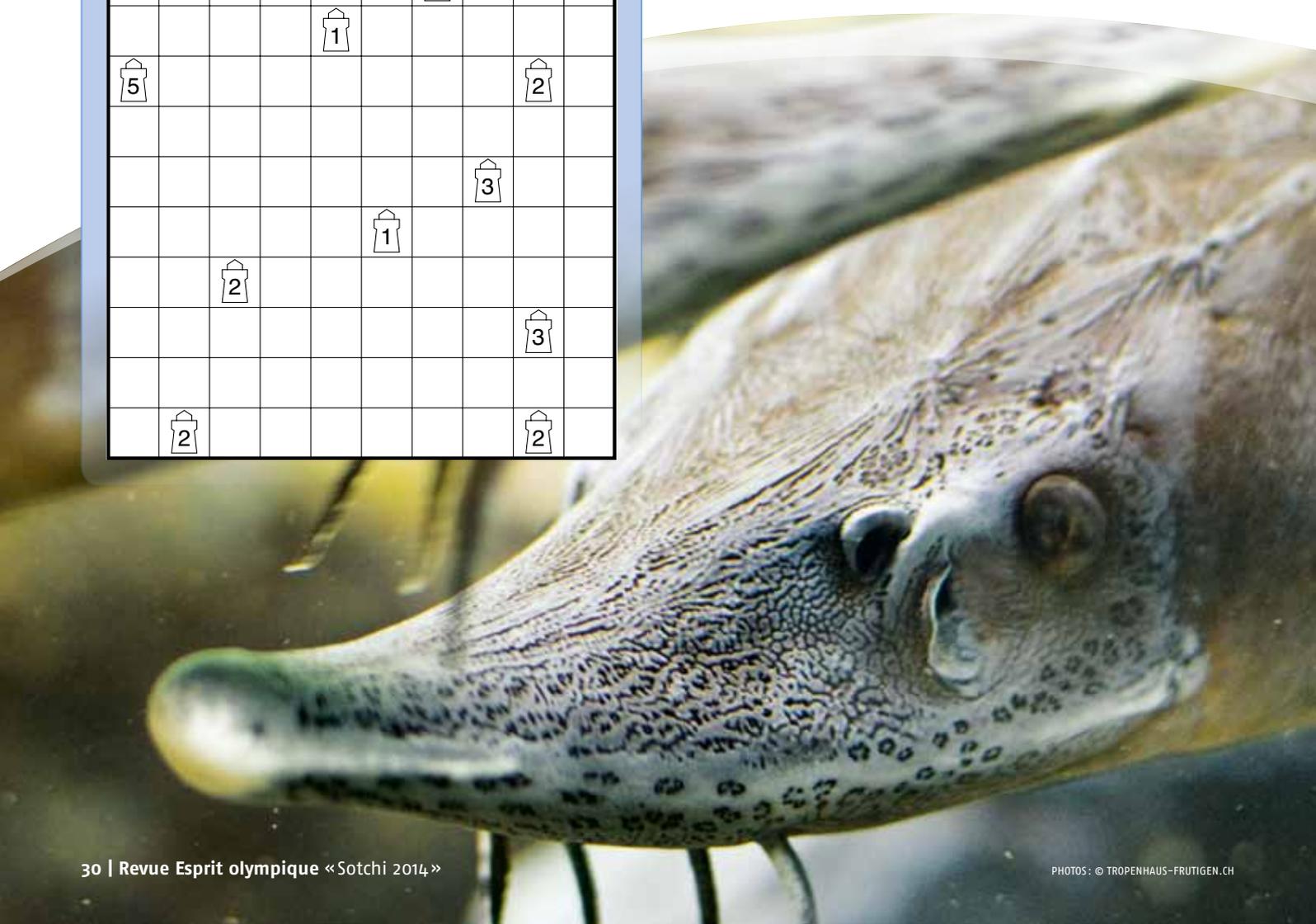
Comment dit-on «caviar» en Russie? Barre toutes les lettres qui apparaissent plusieurs fois. Les lettres qui restent doivent encore être mises dans le bon ordre avant de pouvoir lire correctement le mot.

W
 GOW HA
 XKT WE J
 E J GOW H
 E J XITW Z
 J GOW HZ
 ZR X J T W
 GO

Phares

Dessine des bateaux dans certaines cases de sorte qu'aucun bateau ne touche un autre bateau ou un phare et ce même en diagonale. Les chiffres dans les phares indiquent le nombre de bateaux qui peuvent être vus dans une ligne ou une colonne. Il peut y avoir un autre bateau ou un autre phare entre le bateau et le phare. Tous les bateaux sont vus par au moins un phare.

					5		
			1				
5							2
						3	
			1				
	2						
							3
2							2



« Les Jeux Olympiques, c'est le *summum* ! »

Bernhard Schödler, ancien entraîneur de l'équipe nationale suisse de saut à skis, connaît la sensation unique que provoquent les Jeux Olympiques. Et il connaît la mentalité du sportif russe puisqu'il a été entraîneur pendant deux ans dans le pays hôte des Jeux Olympiques de 2014.

Bernhard Schödler, quel a été votre plus grand défi dans votre travail quotidien en Russie ?

«Travailler avec les sportifs a été clairement la partie la plus agréable. J'ai eu la chance de rencontrer de super sportifs russes dont j'ai beaucoup apprécié la compagnie, aussi bien sur le tremplin qu'en dehors. Les relations avec les fonctionnaires et la manière de traiter des thèmes politico-sportifs ont été un véritable défi plein d'intérêt. L'organisation, la gestion et l'encadrement des sportifs m'ont semblé plus exigeants que ce que j'avais connu jusqu'alors.

Quelle est l'importance du sport pour les sportifs russes ?

«Les sauteurs à skis russes ont une grande soif de victoire et sont fiers de représenter leur pays sur les tremplins. Cela se ressent tout particulièrement lors des Jeux Olympiques. Les périodes d'engagement des actifs ont été une grande nouveauté pour moi. J'ai encadré des sportifs qui prenaient congé de leur famille au printemps et qui ne retournaient chez eux que deux ou trois jours jusqu'à la fin de l'hiver. Cela montre les fortes privations que sont prêts à supporter les sauteurs pour leur sport. Les sportifs russes sont par ailleurs des soldats et sont inscrits à l'université. En Russie, le sport est une véritable chance d'ascension sociale.»

Quelle est l'importance des Jeux Olympiques pour vous personnellement ?

«Lorsqu'on se rend aux Jeux Olympiques avec la conviction d'avoir fait tout ce qui était en son pouvoir pour réaliser un exploit, alors les Jeux sont le summum de la vie d'un entraîneur. Des compétitions, une super organisation, un village olympique, la rencontre de différentes personnes et la découverte d'autres cultures, tout cela en deux semaines, c'est tout simplement génial. Si des victoires et de grands moments d'émotion viennent s'ajouter à cela, alors les Jeux Olympiques deviennent le moment inoubliable d'une vie.

Berni Schödler

Il a été entraîneur de l'équipe nationale suisse de saut à skis pendant dix ans. Le Grison a contribué de manière décisive aux succès de Simon Ammann et d'Andreas Küttel. Au printemps 2007, il a repris le poste d'entraîneur de l'équipe nationale russe de saut à skis, une fonction qu'il a exercée pendant deux ans. Aujourd'hui, Bernhard Schödler est de nouveau en Suisse pour Swiss-Ski en tant que chef de discipline du saut à skis et du combiné nordique.

Berni Schödler



Coup sur coup

La cérémonie d'ouverture du vendredi 7 février ne manquera pas d'être impressionnante. Ensuite, les Jeux Olympiques d'hiver de 2014 à Sotchi pourront réellement commencer. 98 médailles d'or seront attribuées pendant deux semaines jusqu'à la cérémonie de clôture qui aura lieu le dimanche 23 février!

Calendrier des Jeux Olympiques d'hiver 2014

Février	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	G	
Ouverture																		11	
Biathlon		*	*	*	*		*	*		*	*		*		*	*		*	3
Bobsleigh															*	*			2
Curling														*			*		2
Hockey sur glace																*			5
Patinage artistique				*			*		*	*		*	*			*	**		12
Patinage de vitesse		*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	**	*				10
Ski acrobatique		*		*	*	*	*	*				*	*						4
Luge			*		*	*	*									*	*		8
Patinage de vitesse sur piste courte				*			*		*	*			*			*	*		2
Skeleton								*	*	*	*	*	*	*	*	*	*		10
Ski alpin			*	*		*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*		12
Ski de fond	*	*		**		*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*		4
Saut à skis		*		*				*		*				*					3
Combiné nordique					*					*	*	*	*	*	*	*	*		10
Snowboard	*	*		*	*					*	*	**	*	*	*	*	*		
Clôture																		3	98
Décisions	-	5	8	5	8	6	6	6	7	5	6	5	8	6	7	7			

* = médailles décernées

«Hot. Cool. Yours.»

«Hiveraux. Chaleureux. Pour toi.», telle est la devise officielle des Jeux Olympiques d'hiver à Sotchi. Mais il faut bien plus encore pour donner au monde une image unique à cette manifestation de grande envergure. Le logo et les mascottes sont d'autres instruments essentiels pour commercialiser les Jeux Olympiques dans le monde entier.



Dmitri Tchernychenko, président du CO, a souligné le sens de la devise officielle pour «Sotchi 2014» lors de son annonce. «Hot» évoque la passion pour le sport. «Cool» fait référence à la saison des Jeux Olympiques de Sotchi et, de manière générale, à la façon dont la Russie souhaite être perçue dans le monde entier. «Yours» souligne le fait que Sotchi souhaite organiser des Jeux Olympiques auxquels chacun peut s'identifier.

Adresse Internet en guise de logo

Le logo officiel de «Sotchi 2014» a été présenté à Moscou le 1^{er} décembre 2009. Il a été créé par une agence internationale et un conseil d'experts du comité d'organisation. Pour la première fois dans l'histoire des Jeux Olympiques, le logo est une

adresse Internet, à savoir «sochi2014.ru».

Ce logo est hautement symbolique. Les lignes «sochi» et «2014» en bleu sont alignées de manière à produire un effet de miroir, comme le sommet du Caucase qui se reflète dans la mer Noire devant Sotchi. Par ailleurs, l'adresse Internet intégrée dans le logo a pour but de toucher la génération numérique et de contribuer à ce que les supporters du monde entier communiquent entre eux sur Internet.

Trois mascottes

Pas moins de 24 048 propositions de mascottes ont été reçues dans le cadre d'une



Les trois mascottes de «Sotchi 2014» ornent également les timbres russes.

sochi.ruTM
2014

mise au concours internationale pour la mascotte des Jeux de Sotchi. Un jury composé d'experts en a sélectionnées dix. En février 2011, le public a pu voter pour sa mascotte favorite à la télévision russe. Résultat: le léopard (28 % des voix), l'ours polaire (18 %) et le lièvre (16 %) sont les mascottes officielles de «Sotchi 2014». Le président russe Vladimir Poutine s'est particulièrement réjoui du choix du léopard: «C'est un animal fort, rapide et beau que l'on trouvait autrefois dans le Caucase et qui doit de nouveau être réintroduit dans la région.»

«Sotchi 2014» en chiffres



Cérémonie d'ouverture de 1928 à St-Moritz

21 Nombre de Jeux Olympiques d'hiver qui ont déjà eu lieu. Sotchi accueillera donc les 22^{es} Jeux Olympiques d'hiver. Les premiers Jeux Olympiques d'hiver ont été organisés à Chamonix (France) en 1924. La Suisse a également accueilli les Jeux à deux reprises: en 1928 et en 1948 à St-Moritz les deux fois.

16 Nombre de jours que durent les Jeux Olympiques d'hiver à Sotchi. Ils commenceront le vendredi 7 février 2014 avec la cérémonie d'ouverture dans le «Fisht Olympic Stadium», le stade olympique officiel des Jeux. La cérémonie de clôture aura lieu au même endroit le dimanche 23 février 2014. Cette manifestation sportive, la deuxième plus grande du monde après les Jeux Olympiques d'été, devrait attirer trois milliards de téléspectateurs.



129 Nombre de médailles remportées jusqu'à maintenant par la Suisse lors de Jeux Olympiques d'hiver (46 en or, 37 en argent et 46 en bronze). Notre pays se place donc en 8^e position dans le classement des meilleurs pays aux Jeux Olympiques d'hiver. Les sportifs suisses les plus couronnés de succès sont Simon Ammann (photo) chez les hommes, avec quatre médailles d'or en saut à skis, et Vreni Schneider chez les dames, avec trois médailles d'or, une médaille d'argent et une médaille de bronze en ski.



Parc olympique à Sotchi



98 Nombre de jeux de médailles qui seront attribués aux Jeux de «Sotchi 2014» dans sept disciplines olympiques. Plus de 5500 sportifs s'affronteront pour remporter le métal précieux sous les yeux de 12 000 représentants des médias sur place. Près de 25 000 bénévoles («Volunteers») seront actifs en coulisse pour que les Jeux se déroulent sans encombre.



Bigna Windmüller

12 Nombre de disciplines spectaculaires au programme de compétition des Jeux Olympiques d'hiver 2014 à Sotchi: relais mixte en biathlon, ski half-pipe (dames et hommes), ski slopestyle (dames et hommes), saut à skis dames, snowboard slopestyle (dames et hommes), slalom parallèle de snowboard (dames et hommes), compétitions par équipe en patinage artistique et luge de course.



Gian Gilli, chef de Mission «Sotchi 2014»

«La qualité des infrastructures olympiques à Sotchi est du plus haut niveau.»

8 Nombre de médailles remportées par le sportif le plus couronné de succès à des Jeux Olympiques d'hiver jusqu'à maintenant. Il s'agit du fondeur norvégien Bjørn Dæhlie (photo) qui a remporté huit médailles d'or et quatre médailles d'argent entre 1992 et 1998. La femme la plus couronnée de succès est également une fondeuse. Il s'agit de la Russe Ivanovna Egorova qui a remporté six médailles d'or et trois médailles d'argent entre 1992 et 1994.



10 Nombre de jours que durent les 11^{es} Jeux Paralympiques d'hiver qui auront lieu du 7 au 16 mars 2014 à Sotchi également. Il y a quatre ans, plus de 500 sportifs issus de 44 pays ont participé aux Jeux Olympiques de Vancouver pour les personnes handicapées. Des chiffres similaires sont attendus pour Sotchi. Plus de 60 compétitions sont inscrites au programme des Jeux Paralympiques dans les cinq disciplines sportives suivantes: biathlon, curling en fauteuil roulant, hockey sur glace en luge, ski alpin et ski nordique.





Selina Gasparin

«Je connais l'alphabet cyrillique»

Selina Gasparin est l'aînée de trois sœurs et la meilleure biathlète suisse à l'heure actuelle. Dans cette interview, l'Engadinoise de 29 ans évoque non seulement sa relation avec ses sœurs, mais aussi avec Berta, sa carabine. Elle nous révèle en outre pourquoi elle ne subit pas de choc culturel en Russie.

Selina, qu'est-ce qui te vient à l'esprit lorsque tu penses à «Sotchi 2014»?

Cela fait déjà longtemps que je pense à Sotchi tous les jours. Les Jeux Olympiques sont l'objectif d'une vie pour la majorité des sportifs, et pour moi aussi. Cet objectif me motive lorsque le réveil sonne le matin. Il m'encourage à donner un coup de collier supplémentaire à l'entraînement, même si j'ai déjà mal partout. Après avoir participé à Vancouver en 2010, je veux absolument me requalifier et si possible obtenir une place de diplômé. Après avoir décroché plusieurs places dans le top 10 depuis 2010, mon ambition a bien entendu grandi.

Tu es en couple depuis environ deux ans avec le fondeur russe Ilja Tschernussow. Vous vous êtes rencontrés au camp d'entraînement en Suisse. Es-tu déjà allée en Russie?

Oui, j'ai rendu visite à sa famille avec lui et le pays me plaît. Au premier abord, bon nombre de Russes donnent l'impression d'être plutôt renfermés. Toutefois, quand on les connaît mieux, ils sont très chaleureux et accueillants. En tant que visiteur, on est traité aux petits oignons, la table est garnie de nombreux plats; la plupart sont faits maison et sont très bons. Mon plat préféré en Russie: des sortes de ravioli que

« Toutes les trois, nous formons une équipe soudée »

l'on peut farcir avec une variété d'ingrédients différents.

As-tu déjà appris le russe?

Je m'y attèle. Je connais l'alphabet cyrillique et je parviens déjà un peu à me faire comprendre.

Tu dois donc être préparée au mieux pour «Sotchi 2014».

Je ne dois en tout cas pas craindre un choc culturel, car je connais assez bien le pays. En outre, depuis 2005, je participe régulièrement à des courses de Coupe du monde en Russie.

Tes deux jeunes sœurs Elisa et Aita sont elles aussi en passe de rejoindre l'élite mondiale du biathlon. Votre trio suscite l'intérêt des médias.

En effet, quand nous avons été toutes les trois alignées pour la première fois dans la même équipe en Coupe du monde la saison passée, il s'agissait d'une première mondiale. Après, nous avons par exemple été invitées chez Kurt Aeschbacher à la SRF. On s'intéresse aussi à nous en dehors des frontières suisses. En mars dernier, nous avons même réussi à passer à la ZDF (télé allemande) après avoir pris toutes les trois le départ des CM en République tchèque et terminé 13^{es} avec Patricia Jost. Maintenant,

nous espérons bien sûr réussir à nous qualifier pour Sotchi. Pour ce faire, nous devons faire partie des dix meilleures nations.

Y a-t-il de la compétition entre vous?

Actuellement, la hiérarchie est encore claire, il n'y a donc pas matière à se disputer. En tant qu'aînée, je peux transmettre beaucoup de choses à mes sœurs et je le fais volontiers. En outre, nous pouvons nous répartir différentes tâches dans le cadre du sport et des nombreux voyages, étant donné que nous sommes sur les routes ensemble une grande partie de l'année. Lorsque nous prenons le départ du relais ensemble, nous sommes aussi une équipe sur la piste, ce qui est plutôt particulier.

Un relais est composé de quatre membres. Est-ce difficile pour la quatrième de l'équipe d'être avec trois sœurs?

Une coéquipière a un jour dit qu'elle s'était fait adopter par les Gaparin pour pouvoir être dans la course. Plus sérieusement, nous sommes certes une équipe soudée, mais nous accueillons très volontiers une quatrième parmi nous.

En tant qu'aînée, as-tu été la première à commencer le biathlon?

Oui, en 2004, à 20 ans, j'ai abandonné le ski de fond pour le biathlon. Elisa et Aita, qui ont tout juste huit et dix ans de moins que moi, ont pour ainsi dire suivi mes traces.

Dans votre entourage, le fait que vous pratiquiez un sport de tir pose-t-il problème à certains?

Quand Elisa et moi-même avons offert une carabine à Aita à l'occasion de sa confirmation, plusieurs membres de notre famille ont ouvert de grands yeux. Ce n'est tout simplement pas un cadeau habituel pour ce genre d'occasion. Sinon, notre famille nous soutient beaucoup. Mon arme est un équipement sportif et n'a rien à voir avec le concept de meurtre ou d'homicide. Je travaille tellement intensivement avec ma carabine qu'elle fait presque partie de moi et que j'ai développé une sorte de relation personnelle avec elle. A propos, elle s'appelle Berta.

Pourquoi Berta?

Sans raison particulière, il n'y a aucune histoire précise derrière ce nom. Un jour, cela m'est venu comme ça: c'est Berta.

« Les Russes sont très chaleureux et accueillants »



Portrait

Nom :	Selina Gasparin
Date de naissance :	3 avril 1984
Domicile :	S-chanf (GR)
Profession :	garde-frontière
Succès au cours de la saison 2012/2013 :	quatre classements dans le top 10 en Coupe du monde (19 ^e au classement général de la Coupe du monde), championne suisse en sprint et en départ en ligne.

Typiquement russe



Des œufs de poisson onéreux

Sotchi se trouve au bord de la mer Noire, qui produit une spécialité pour laquelle la Russie est célèbre dans le monde entier : le caviar. Il s'agit des œufs nettoyés et salés de diverses espèces d'esturgeons. En Russie, l'esturgeon ne vit pas uniquement dans la mer Noire, mais aussi dans la mer Caspienne. Le caviar est surtout l'apanage des riches, car un kilo coûte aujourd'hui plus de 6000 francs !

Ces œufs de poissons hors de prix ne grèvent pas uniquement le porte-monnaie mais échauffent également les esprits. En effet, les défenseurs de l'environnement déplorent la surpêche des mers provoquée par la récolte de caviar. C'est la raison pour laquelle l'Allemagne par exemple a imposé un embargo à l'importation de caviar en provenance de Russie.

Position accroupie parfaite

En Russie, la danse est très appréciée. Tandis que bon nombre de danses populaires sont plutôt nonchalantes, le casatchok, connu dans le monde entier, n'est pas un jeu d'enfant. Lorsque les danseurs se mettent en position accroupie, croisent les bras devant la poitrine et sautillent en alternant jambes fléchies et jambes tendues, même nos champions de descente y regardent de plus près. Le casatchok est une danse qui s'effectue en position accroupie et provoque de très nets lancements dans les cuisses. La plupart du temps, les danseurs se produisent en couple, souvent dans une sorte de concours avec des intermèdes quasiment artistiques. C'est carrément la descente du Lauberhorn sur la piste de danse !





Trois cordes

Elle est en bois, tout comme notre guitare, mais ne compte que trois cordes sur lesquelles se joue la musique populaire russe, reconnaissable entre toutes : voici la balalaïka ! Sa forme est très particulière. En effet, la balalaïka présente un corps de résonance triangulaire et une très petite ouïe. Pendant des siècles, cet instrument à cordes pincées a été très populaire en Russie, surtout auprès des saltimbanques. Dans leur répertoire, ils égratignaient volontiers les tsars, l'église russe et la société. C'est la raison pour laquelle l'interdiction de jouer de la balalaïka fut décrétée à plusieurs reprises. Aujourd'hui, la balalaïka a retrouvé ses lettres de noblesse en Russie et cet instrument peut être étudié dans les hautes écoles au même titre que la guitare.

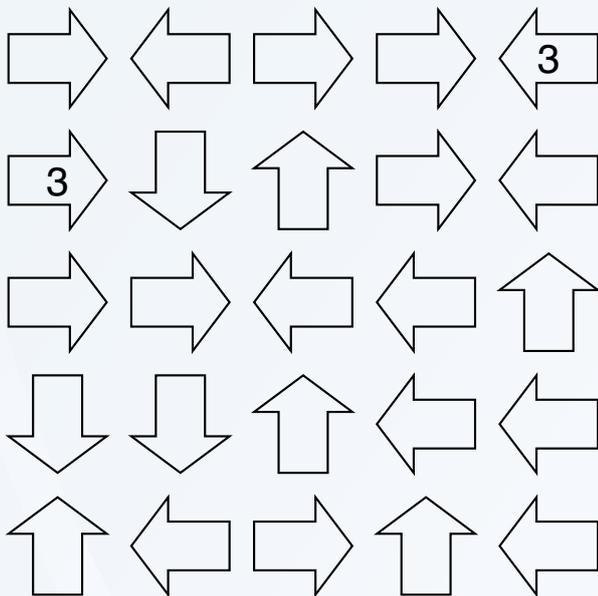
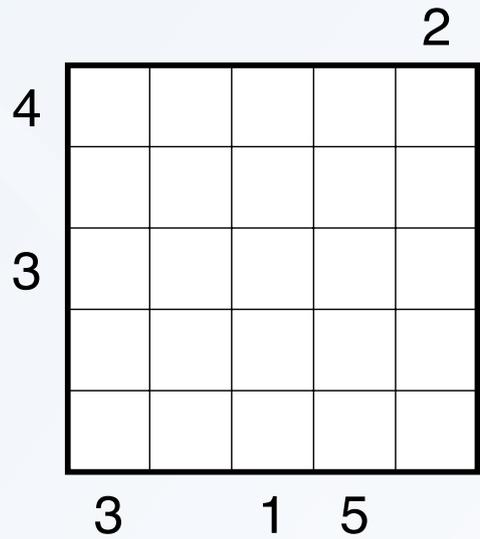


Des pommes de terre amusantes

L'histoire raconte que vers 988, le prince Vladimir I^{er}, dit le Soleil Rouge, n'avait pas d'emblée choisi la foi chrétienne. Des historiens affirment qu'il voulait faire de son pays un pays musulman, afin de détourner son peuple du paganisme. Des messagers venus d'Orient auraient presque réussi à lui faire franchir ce pas. Mais à peine le prince eut-il compris que le Coran interdit la boisson qu'il chassa les messagers de la cour. «La distraction de la Russie, c'est la boisson» aurait-il dit et il aurait décidé de ne pas priver son peuple de ce plaisir. C'est ainsi que la traditionnelle eau-de-vie de pomme de terre, la vodka, est toujours associée à la Russie aujourd'hui. Toutefois, à défaut de modération, la consommation peut devenir un plaisir dangereux. L'alcool est l'une des raisons de la faible espérance de vie de nombreux hommes russes notamment.

Gratte-ciels

Remplis chaque case avec un chiffre allant de 1 à 5 représentant le nombre d'étages d'un gratte-ciel sans jamais avoir deux fois le même chiffre dans la même colonne ou sur la même ligne. Les chiffres sur le côté indiquent le nombre de gratte-ciels que l'on peut voir sur la ligne ou dans la colonne correspondante à partir de ces chiffres; les immeubles les plus bas sont cachés par les plus hauts.

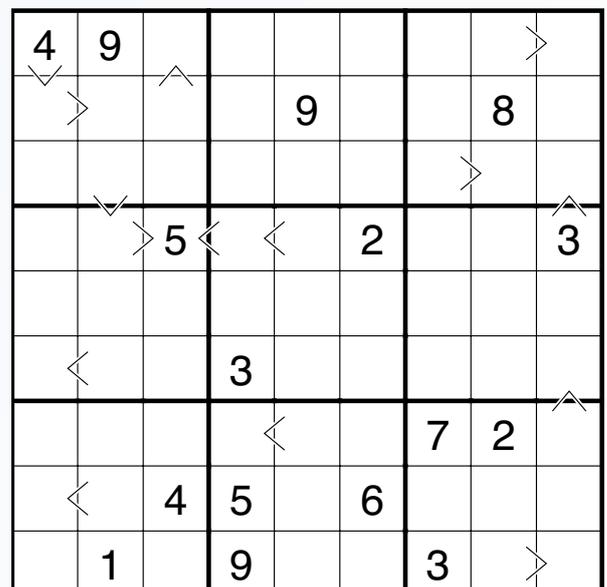


Flèches numérotées

Ecris un chiffre sur chaque flèche de sorte que chaque chiffre indique le nombre de chiffres différents que pointe cette flèche.

Variante du sudoku

Remplis chaque case avec un chiffre allant de 1 à 9 de sorte que chaque chiffre apparaisse une fois sur chaque ligne, une fois dans chaque colonne et une fois dans chaque zone en gras. Ce faisant, tu dois respecter l'indication « plus petit / plus grand que » figurant entre certaines cases.





Léopard, ours blanc et lièvre

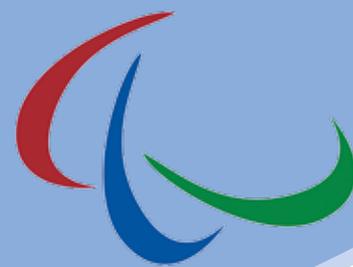
Les trois mascottes de Sotchi aux Jeux Olympiques !



Sotchi

mise

sur l'intégration



Les Jeux Paralympiques d'hiver débuteront le 7 mars 2014 à Sotchi. Mais une chose est déjà sûre : les XI^e Jeux Paralympiques d'hiver auront une valeur d'exemple pour toute la Russie et permettront de promouvoir durablement l'intégration de personnes atteintes d'un handicap.

A Sotchi, tous les domaines importants pour les Jeux Paralympiques seront accessibles et adaptés aux personnes à mobilité réduite. Rien ne viendra donc entraver leurs déplacements dans les moyens de transport, que ce soit à l'aéroport, dans les gares, aux arrêts de bus ou dans les parkings. Il en va de même pour les accès aux sites sportifs et aux stades.



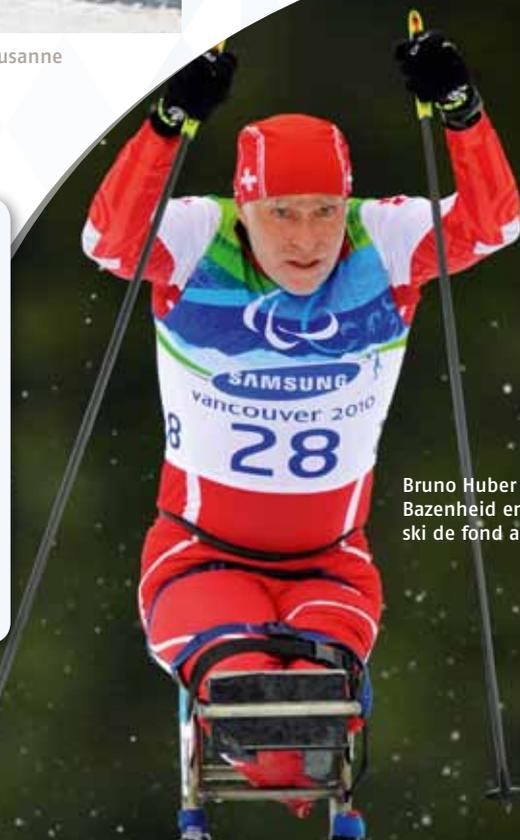
Le skieur malvoyant Hugo Thomas de Lausanne avec sa guide Luana Bergamin

Cinquante pays

Les Jeux Paralympiques de Sotchi sont les XI^e Jeux d'hiver organisés dans le sport paralympique. Près de 550 sportives et sportifs de quelque 50 pays sont attendus en Russie. Les premiers Jeux Paralympiques ont eu lieu en 1976 à Örnköldsvik, en Suède. A l'époque, deux spécialités sportives étaient au programme : le ski alpin et le ski nordique. 250 sportives et sportifs de 16 nations y ont participé.

Cinq spécialités sportives

Les cinq spécialités sportives paralympiques de Sotchi sont : le biathlon, le Ice Sledge Hockey (hockey sur luge pour les personnes à mobilité réduite et les paraplégiques), le curling en fauteuil roulant, le ski alpin et le ski nordique. En 2014 et pour la première fois, des snowboarders paralympiques – intégrés à la spécialité sportive du ski alpin – prendront également le départ. Pour ce qui est des trois spécialités sportives de neige, le biathlon, le ski alpin et le ski nordique, les sportifs prendront le départ dans trois catégories : debout, assis et malvoyants / non-voyants. Les deux spécialités sportives sur glace, le Ice Sledge Hockey et le curling en fauteuil roulant, sont pour leur part principalement pratiquées par des sportives et des sportifs qui ne peuvent utiliser la partie inférieure de leur corps que de façon réduite ou ne peuvent tout simplement pas bouger, comme les paraplégiques.



Bruno Huber de Bazenheid en ski de fond assis



Deux atouts pour les médailles

Lors des Jeux Paralympiques de 2010 à Vancouver au Canada, Christoph Kunz, de Reichenbach, a décroché l'or en descente et l'argent au slalom géant. Michael Brügger, de Plasselb, s'est quant à lui adjugé l'argent en descente. Si tout se passe bien, ces deux sportifs d'exception pourront dévaler les pistes à Sotchi et, on l'espère, faire le bonheur de la Suisse.

Au traditionnel tableau des médailles de tous les Jeux Paralympiques d'hiver, la Suisse occupe du reste un beau 7^e rang. Au total, les sportives et les sportifs suisses ont remporté 49 médailles d'or, 55 d'argent et 48 de bronze.

Christoph Kunz (à gauche) et Michael Brügger



Les mascottes Snezhinka et Luchik

sochi.ru
2014

Deux mascottes

Les mascottes des XI^e Jeux Paralympiques d'hiver à Sotchi s'appellent «Snezhinka» (flocon de neige) et «Luchik» (rayon de lumière). Ensemble, ils symbolisent l'harmonie et le contraste – la lumière du soleil sur la neige – et évidemment l'amitié.

Une organisation nationale

Swiss Paralympic est l'organisation nationale pour le sport d'élite paralympique. Elle est soutenue par PLUSPORT (organisation faîtière du sport handicapé avec 12 000 membres, fondée en 1960) et l'Association suisse des paraplégiques (fondée en 1980 avec le Sport suisse en fauteuil roulant comme organisation faîtière de 26 clubs de sport en fauteuil roulant).



Jeu des différences

L'image de droite contient huit différences par rapport à celle de gauche. Qui pourra les trouver?



						1 3		
4					3	2		
			1 1 1					
4								
							5	
					4	2		
	3	1					3	1

Tapa

Noircis certaines cases vides de sorte que toutes les cases noires se touchent horizontalement ou verticalement, mais sans qu'aucun carré de 2x2 cases ne soit complètement noirci. Les cases avec des chiffres ne doivent pas être noircies. Les chiffres indiquent le nombre de cases adjacentes devant être noircies verticalement, horizontalement ou en diagonale. Chaque chiffre correspond à un groupe de cases accolées horizontalement et verticalement; les groupes sont séparés par une ou plusieurs cases blanches. L'emplacement des chiffres et leur ordre dans une case n'ont pas d'importance.

Concours

« Esprit olympique »

Pour participer au tirage au sort et remporter de super prix, il te suffit de répondre correctement aux trois questions.

Tu peux répondre aux questions directement à l'adresse www.swissolympic.ch/fr/olympicspirit

1. Quels animaux représentent les mascottes des Jeux à Sotchi ?

- Le guépard, la tortue, l'aigle
- Le léopard, l'ours blanc, le lièvre
- Le tigre, l'ours brun, le cerf

2. Quel est le nom de la montagne qui accueillera les premiers Jeux Olympiques d'hiver ?

- Le Caucase
- Les Andes
- L'Himalaya

3. Que symbolisent les cinq anneaux olympiques ?

- Les cinq grandes spécialités sportives olympiques
- Les différentes couleurs de peau des êtres humains
- Les cinq continents

Ce concours ne fera l'objet d'aucune correspondance. Les gagnants seront informés personnellement. Tout recours juridique est exclu. Les données ne seront utilisées qu'à des fins internes.

Le délai d'inscription est fixé au 7 février 2014.

1^{ER} PRIX :
sac de sport Swiss Olympic

2^E PRIX :
sac à dos Swiss Olympic

3^E PRIX :
carnet Swiss Olympic
« Sotchi 2014 »

Solutions des énigmes

Page 11 en haut

TATARS
GEORGIENS
UKRAINIENS
ARMÉNIENS
GRECS
BIÉLORUSSES
TCHERKESSES

Page 11 en bas

17 075 400 km²

Page 18 en haut

2	4	6	8	10	12	11	9	7	5	3	1
10	7	3	11	4	2	5	1	12	9	6	8
9	5	1	12	8	6	3	7	11	2	10	4
12	6	11	7	5	8	4	3	2	10	1	9
1	8	4	5	11	9	2	10	3	6	7	12
3	2	9	10	7	1	12	6	5	4	8	11
11	9	5	3	2	4	6	8	10	1	12	7
4	12	2	6	1	7	10	11	8	3	9	5
8	10	7	1	12	3	9	5	4	11	2	6
7	11	10	9	3	5	1	12	6	8	4	2
6	3	8	2	9	11	7	4	1	12	5	10
5	1	12	4	6	10	8	2	9	7	11	3

Page 18 en bas à gauche

2				2	2	
2	2	2		2	3	
3		2	2	1	1	0
		3	2		2	
		2	1		1	
2		3			2	
2	2	3	0	3	2	2
2	3	2			2	2
	3		1	3	1	3
1	1	3				1

Page 18 en bas à droite

6		4		8
	6			
4	4			
8				
				24

Page 18 à gauche

4	4			8		4
8	4		4	8		2
4		4		3		4
	2					
4		4	4	8		
	2		4		2	

Page 30 à droite

IKRA

Page 40 en haut

				2
4	1	2	3	5
	5	3	2	4
3	2	1	4	3
	4	5	1	2
	3	4	5	1
	3		1	5

Page 40 au milieu

3	1	2	1	3
3	2	1	1	3
2	2	1	2	1
1	1	2	2	2
3	1	2	2	3

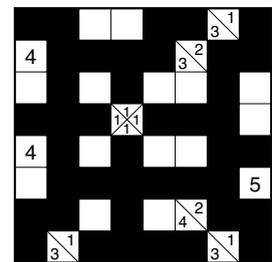
Page 40 en bas

4	9	1	8	5	7	6	3	2
3	2	6	4	9	1	5	8	7
5	7	8	2	6	3	9	4	1
1	6	5	7	8	2	4	9	3
9	4	3	6	1	5	2	7	8
7	8	2	3	4	9	1	6	5
8	5	9	1	3	4	7	2	6
2	3	4	5	7	6	8	1	9
6	1	7	9	2	8	3	5	4

Page 44 en haut



Page 44 en bas



Impressum

3^e année
Edition de septembre 2013
Tirage : 30 000 exemplaires en allemand, 5000 exemplaires en français

Editeur :
© Swiss Olympic,
Ethique et Formation,
Maison du Sport,
3000 Berne 22,
formation@swissolympic.ch,
www.swissolympic.ch

En collaboration avec :
Streit Marketing & Verlag,
Claudia Streit, Bischofszell,
info@kindermax.ch

Responsable de la publicité :
Claudia Streit

Rédaction en chef/coordination :
Peter Büchel, Sabrina Hofer

Auteurs : Peter Büchel, Barbara Kohler, Martina Gasner, Simon Freiburghaus, Paul Stauffer

Mise en page et pré-press :
heussercrea ag, St-Gall,
www.heussercrea.ch

Enigmes : Kanzlit.de

Impression :
Stämpfli Publikationen AG, Berne
Imprimé en Suisse sur du
«Charisma Silk», un papier blanchi
totalement sans chlore (TCF),
en priorité du papier recyclé.

Photos :
© Keystone (page de titre et pages de poster 24 / 25)
© schlorian.ch (bandes dessinées page 41)



- Born to Run – un jeu de plates-formes brillant et plein d'action
- Plaisir infini avec des parcours nouveaux chaque semaine
- Concours international contre d'autres «Roof Runners»
- Mode d'entraînement pour améliorer les aptitudes de course

**Es-tu prêt à rejoindre la Ligue Internationale de Roof Running ?
Vas-tu battre le record ?**



**Montre ce que tu sais faire sur les toits
de la ville – fairplay, propre et sans dopage**

Swiss Olympic
Ethique et Formation
Maison du Sport
Talgutzentrum 27
Case postale 606
3022 Berne 22
Tél. : +41 (0)31 359 71 39
Fax: +41 (0)31 359 71 71
formation@swissolympic.ch
www.swissolympic.ch

National Supporter



Leading Partners

