

EMMA

F

POUR

fille



J'aime

- ♥ LA GYMNASTIQUE
- ♥ MA MEILLEURE AMIE CHARLOTTE
- ♥ TOUT CE QUI BRILLE !



EMMA  
F  
POUR  
fille

Texte : THALIA KALKIPSAKIS

Illustrations : ANNE CRESCI, colagene.com

Héritage  
jeunesse

Mes cheveux...  
impossibles à coiffer!



Mes écussons  
porte-bonheur




Vive  
les ananas!

Mes leggings  
préférés




Ces pieds sont faits  
pour sauter!  
Toujours plus haut!

# Salut! Moi, c'est Emma!

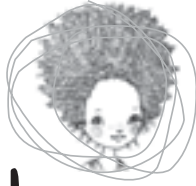
## J'aime :

-  la gymnastique : C'est ma vie, ma passion, ce qui me fait vibrer...
-  ma meilleure amie Charlotte ; on est dans la même équipe de gym!
-  les vêtements et les accessoires à paillettes, j'adooore tout ce qui brille!

## Je déteste :

-  rester assise sans bouger à l'école...
-  perdre une compétition!
-  décevoir Mathieu, mon entraîneur...

## CHAPITRE 1



# Un saut catastrophique

Je prends position au point de départ de la piste d'élan, prête à courir. J'imagine que je suis Simone Biles, la **championne** de l'équipe de gymnastique américaine qui a remporté quatre médailles aux **Jeux olympiques** de Rio. Maman dit que je lui ressemble beaucoup ! C'est vrai qu'avec ma peau couleur café, mes jambes musclées, j'ai l'air

d'une version miniature de mon idole.  
Tout comme elle, j'ai commencé  
la gymnastique à six ans...  
et j'espère bien suivre ses traces!  
Voilà que je rêve encore de podium...  
Il faut que je reste concentrée  
si je veux parvenir un jour à exécuter  
des  $\hat{O}ip-\hat{O}ap^*$  aussi parfaits que ceux  
de Simone Biles!

Immuable, j'attends que Mathieu,  
mon entraîneur, me fasse signe  
de m'élancer. Je le regarde déposer  
un tapis de réception sous le cheval  
d'arçons, puis s'installer à côté  
pour m'aider à exécuter mon saut.  
Il lève le bras dans les airs :  
c'est le signal.

★ Je regarde le cheval.

★ Je commence à courir.

★ Je prends mon élan et...

Ouch! Mon pied glisse... mes jambes sont trop écartées et ma position est mauvaise... Quel saut **catastrophique!** Je suis sur le point de tomber par terre... Heureusement, Mathieu me rattrape juste à temps et je crois encore que je vais m'en sortir sans trop de mal quand soudain, bang!, je perds l'équilibre et ma jambe frappe Mathieu en plein visage!

Je tombe sur le dos, les bras et les jambes écartés. **Quel désastre!** Est-ce que je me suis cassé quelque chose? Non, on dirait que tout va bien. Mais, oh... et Mathieu? Je lui ai donné un coup...

Je me tourne sur le côté. Mathieu tient son visage entre ses mains.



— Je suis désolée, dis-je à voix basse.

Mon entraîneur est-il blessé ?

— Je suis vraiment désolée, dis-je un peu plus fort.

Je le regarde se redresser. Il saigne du nez et le sang coule dans la paume de sa main.

— Coach, est-ce que ça va ?

Je sais que c'est une question stupide, mais je me sens tellement **embarrassée** !

Mathieu me regarde en secouant la tête. Il essuie son nez avec un mouchoir.

— Réunion d'équipe, annonce-t-il avant de tourner les talons.

Les autres filles sont assises au point de départ de la piste d'élan. Elles me regardent, bouche bée, les **yeux écarquillés**. On dirait

qu'elles viennent de voir un fantôme...  
À moins que ce soit simplement  
le pire saut de tous les temps !

Je les rejoins et m'assois à côté  
de Charlotte, ma <sup>\*</sup>meilleure <sup>\*</sup>amie.  
C'est la fille la plus gentille et la plus  
positive que je connaisse. Elle trouve  
toujours les bons mots pour  
me remonter le moral. Cependant,  
cette fois, elle reste **silencieuse**.

Mon saut fatal l'a stupéfiée. Charlotte  
me prend la main et me fait tout  
de même un clin d'œil. J'essaie  
de lui sourire, mais on dirait plutôt  
une grimace.

Que va-t-il se passer maintenant ?  
Vais-je être expulsée de l'équipe ?

Mathieu est un bon entraîneur,  
le meilleur du club de gymnastique.

Mais il crie souvent. **La plupart des gymnastes ont peur de lui.**

Ses sourcils touffus lui donnent un air renfrogné en permanence.

— Vous n’êtes pas obligées de m’aimer. Mais vous êtes obligées de m’écouter ! a-t-il l’habitude de nous répéter.

Et moi qui l’ai frappé au visage !

— Bon alors, niveau 6, dit Mathieu en s’essuyant le nez. Nous devons mettre les choses au clair.

Nous sommes cinq dans l’équipe du niveau 6. Assises côte à côte, nous écoutons Mathieu nous faire des réprimandes. Il répète que nous ne travaillons pas suffisamment, qu’il va falloir faire de **gros** efforts pour devenir meilleures.

— La récré est terminée, hurle-t-il.

**Jessaie de ne pas éclater en sanglots.** J'adore la gymnastique. À l'école, tout le monde m'appelle « Emma la gymnaste ». Pour moi, il ne s'agit pas d'un simple sport ou d'une « récréation ». **C'est ma vie, ma passion!**

Le coach n'a aucune **idée** des efforts que je déploie à chaque cours! J'ai travaillé sans relâche pour atteindre le niveau 6. Je fais maintenant partie d'une équipe, j'effectue mes propres enchaînements et je participe à des **compétitions**. Bientôt, ce sera le championnat régional et je veux à tout prix me démarquer!

Je serre les dents. Mathieu est injuste. Je sais bien que c'est un des meilleurs entraîneurs du pays et que certaines de ses anciennes élèves se sont même rendues aux **Jeux olympiques**! C'est un véritable privilège de faire partie de son équipe, mais... pourquoi ne voit-il pas que je fais de mon mieux?


Après son discours, Mathieu envoie les autres filles s'exercer aux barres asymétriques. Puis, il me regarde et dit :

— Suis-moi dans mon bureau.

Je lui emboîte le pas en fixant le sol. *J'avale ma salive.* Ça y est. Ma carrière de gymnaste est terminée. Mathieu va m'expulser de l'équipe, j'en suis certaine!



# Questions de fille



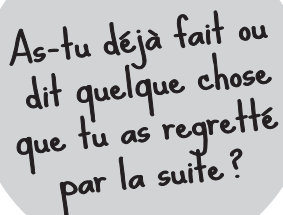
As-tu déjà blessé  
quelqu'un (moralement  
ou physiquement)  
sans le vouloir ?



Comment  
t'es-tu sentie  
sur le coup ?

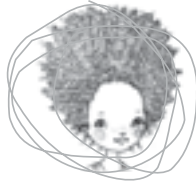


Qu'as-tu fait  
pour te faire  
pardonner ?



As-tu déjà fait ou  
dit quelque chose  
que tu as regretté  
par la suite ?

## CHAPITRE 2



# Des exercices difficiles

Je continue à regarder mes pieds tout en m'asseyant en face de Mathieu dans son bureau. Je me suis déjà excusée de l'avoir frappé **accidentellement**. Je ne vois pas ce que je pourrais faire de plus. Je me sens tellement mal à l'aise !

Mathieu écrit quelque chose sur une feuille en plissant le front. Il essuie son nez avec son mouchoir taché de sang. Puis, il me tend le papier.

— Voici une série d'exercices **supplémentaires** pour toi, dit-il.

Tu l'exécuteras pendant que les autres filles feront leurs étirements, ajoute-t-il en reniflant.

— D'accord, coach.

Des exercices supplémentaires ? Est-ce que ça signifie... que je fais toujours **partie** de l'équipe ?

— Maintenant, va t'entraîner aux barres, Emma, dit Mathieu d'un air renfrogné.

J'ai presque envie de lui sourire !

Il ne m'a pas expulsée de l'équipe ! **C'est merveilleux**. Lorsque je les rejoins aux barres, mes coéquipières s'attroupent autour de moi.

— Alors, qu'est-ce qui s'est passé avec le coach ? demande Lili, soucieuse.



Lili est petite, mais très douée.  
Tout comme Anaïs et Chloé,  
elle était déjà au niveau 6 l'an dernier.  
D'ailleurs, je ne comprends pas  
pourquoi Mathieu ne lui a pas permis  
de passer au niveau 7... Selon moi,  
c'est la meilleure gymnaste de l'équipe!  
— Il m'a demandé de faire  
des exercices supplémentaires...

**Ça aurait pu être pire !**

Charlotte me sourit.  
— Ouf, je suis contente que ce ne soit  
que ça ! soupire ma <sup>\*</sup>meilleure <sup>\*</sup>amie.

Les autres filles acquiescent  
d'un signe de tête. C'est mon tour  
de m'entraîner aux barres.  
Je commence enfin à me sentir mieux :  
je suis tellement soulagée de toujours  
faire partie de l'équipe ! En plus,

je me débrouille plutôt bien aux barres asymétriques. J'adore me balancer, tourner sur moi-même et m'élancer pour attraper la barre supérieure. J'ai l'impression de voler!

Mon moral est au beau fixe pendant le reste du cours. Enfin... jusqu'à ce que je commence ces fameux exercices supplémentaires! Je me rends rapidement compte qu'ils sont assez **difficiles**.

Après vingt tractions à la barre fixe, mes bras brûlent comme s'ils étaient en feu. Je dois ensuite m'entraîner à tenir en équilibre sur les mains le plus longtemps possible. Puis, je m'exerce à courir et à sauter en tenant des poids. Pour terminer, je dois faire des redressements

abdominaux. Mes bras et mes jambes me font terriblement souffrir.

Je regarde mes coéquipières. Elles font des étirements et bavardent entre elles *gentiment*. Elles semblent heureuses. Depuis l'autre bout de la salle, Charlotte me **sourit**. Je lui rends son sourire, même si je me sens mise à l'écart.

D'habitude, j'apprécie les étirements. Je suis capable de faire le grand écart sans effort. Ça ferait tellement de bien de rejoindre les autres et de pouvoir étirer mes jambes après l'entraînement. Mais aujourd'hui, avec tous ces exercices supplémentaires, j'ai vraiment mal partout!



Lorsque mon père vient  
me chercher à la fin du cours,  
j'ai du mal à mettre un pied devant  
l'autre. Je me glisse dans la voiture  
comme une **zombie**. Boucler  
ma ceinture de sécurité me paraît  
un effort surhumain !

— Comment s'est passé ton cours  
de gym, mon lapin ? me demande papa.

Je lui réponds à voix basse :

— Bien.

Je ne sais pas quoi dire de plus et,  
de toute façon, je suis trop fatiguée  
pour parler. Je regarde par la vitre  
de la voiture. Mes paupières sont  
**lourdes...**

Soudain, je sursaute. Je viens  
de réaliser quelque chose. Mathieu  
ne m'a pas **expulsée** pour l'avoir

frappé... mais il compte me faire payer autrement! Il m'a donné des exercices supplémentaires pour se venger! Une larme roule sur ma joue. Je me frotte les yeux pour que papa ne se rende compte de rien.

Je me sens tellement coupable d'avoir blessé mon entraîneur! Mais c'était un accident... je me suis excusée. Que se passe-t-il lorsqu'on fait quelque chose de si terrible que même les excuses ne suffisent pas? Comment réparer son erreur?

**J'adore la gymnastique.**

Je vis pour la gymnastique. Mais on dirait que ma passion s'est transformée en cauchemar! Je viens de vivre le pire cours de toute ma vie!