

L'arme secrète (et sexy) des Zèbres

Discrète, compétente et efficace, la diététicienne Véronique Liesse fait l'unanimité au Mambourg

Depuis la fin de saison dernière, une diététicienne suit les joueurs carolos individuellement à la satisfaction générale. Nous l'avons rencontrée...

Les Zèbres carburent au super depuis la reprise. Parmi toutes les clefs du succès, il s'en trouve une qui n'avait pas encore été évoquée médiatiquement. En effet, alors que les Gaulois détenaient la potion magique, les Carolos ont... Véronique ! Véronique ? Oui, Véronique Liesse, une Bruxelloise avançant une bonne quarantaine de printemps qu'elle ne fait magnifiquement pas et surtout pour ce qui nous occupe qui est diététicienne de son état. De nature assez réservée, elle a accepté de nous expliquer en exclusivité comment elle a réussi à transformer les joueurs de Felice Mazzù par une approche extrêmement individualisée qui n'a généralement pas cours en cette matière paramédicale, même dans des clubs très huppés.

MERCI À LA CUISINIÈRE !

«*Je suis diététicienne* », explique notre charmante interlocutrice. «*Je suis arrivée au Sporting via un partenaire commercial du club. J'ai une approche un peu particulière car je suis aussi micronutritionniste et c'est ça le secret car tout le monde n'absorbe pas les aliments de la même façon, tout le monde n'a pas les mêmes besoins et on ne peut donc pas faire de considérations générales en donnant des conseils de diététique.* » L'idée était donc de faire quelque chose d'individualisé : «*Avant cela, il a fallu reprendre des bases en groupe et il y avait du travail dans certains cas. J'ai d'abord expliqué le pourquoi de ma démarche. Tout le monde sait qu'il est recommandé de manger des fruits et des légumes mais tout le monde ne sait pas que certaines huiles sont inflammatoires et d'autres anti-inflammatoires. La première approche a été positive et tout le monde au club a pleinement adhéré au projet. Je remercie d'ailleurs Nadine, la cuisinière, que l'on a rééquipée et qui a fait des efforts incroyables pour s'adapter.* »

Ensuite, on est donc entré dans le vif du sujet au cas par cas : «*J'ai vu tous les joueurs un par un. Chacun m'a expliqué ce qu'il mangeait et j'ai donné mes appréciations. Une étape essentielle aura été la prise de sang, très pointue, grâce à laquelle on peut voir très clair chez chacun et ainsi entrer dans les petits détails*

avec lui. Les joueurs étaient étonnés de la précision de l'analyse. Ensuite, en fonction de leurs carences, je leur propose une nouvelle alimentation adaptée à leurs spécificités, compléments à l'appui. Certains pensaient qu'ils mangeaient de manière adaptée à leur corps alors que ce n'était pas forcément le cas. »

PASSIONNÉE DE FOOT

Véronique fait le point avec chaque joueur tous les trois mois à raison d'une heure par personne mais est à l'écoute des Zèbres en permanence : «*Je reste disponible par tous les moyens de communication modernes afin de répondre à toutes les questions et ça fonctionne très bien. Disons que j'apporte un petit plus... Au départ, il y avait sans doute des sceptiques mais, aujourd'hui, ils sont tous convaincus du bien-fondé de ma technique et je n'ai finalement pas grand-chose comme mérite puisque ce sont eux qui font des efforts. Je suis fier d'eux car changer d'alimentation n'est pas toujours évident. Et puis, c'est un plaisir de travailler avec des garçons aussi réceptifs et disciplinés...* »

Des témoignages que nous avons récoltés, un joueur se sent moins fatigué en fin de match depuis quelques mois, un autre a l'impression d'avoir rajeuni et un autre encore ne sait plus ce que c'est d'avoir des crampes comme avant. Le bilan de M^{me} Liesse est donc excellent à plus d'un titre puisque les Zèbres se disent métamorphosés physiquement et, pour certains, également au niveau de la concentration, voire de l'humeur au quotidien, avec à la clef de meilleures performances et un impact sur les résultats. Notre diététicienne, qui est aussi coach mental au service des entreprises, est en tout cas devenue amoureuse de l'équipe carolo : «*J'ai toujours aimé le foot et je suis tombée sous le charme du Sporting. Contre Bruges, j'ai vibré. Charleroi a une équipe qui joue avec son cœur et ses tripes et ça se voit sur le terrain. Personne n'a un ego surdimensionné, d'où l'esprit collectif.* » Ne cherchant pas à faire sa pub par notre entremise, Véronique Liesse est facilement contactable via une simple recherche sur Internet. Mais pour un sportif du dimanche, il sera généralement difficile d'avoir recours à ses services : «*Rien que pour la prise de sang très ciblée à réaliser, on arrive vite à 200 euros, sans remboursement, et tout le monde n'a pas les moyens de se payer ça.* »

MANU SALVÉ



Willems en tête, les Zèbres lui attribuent une part de ce qui fait leur succès. © Kim Foucart

Voici les autres atouts dans le jeu bien fourni de Felice Mazzù

Dans l'ombre du magicien Mazzù, il n'y a bien sûr pas que « Véro »... Suivez le guide !

> Mario Notaro. Le vieux serviteur du Mambourg apporte toute son expérience et sa sagesse à son supérieur, qui le lui rend par un infini respect et une considération non feinte.

> Michel Iannacone. L'entraîneur des gardiens complète un trio sentant bon la Botte. Ces trois-là sont d'ailleurs régulièrement attablés au Piccolo Bar, où les sandwiches Panini et le ristretto font bon ménage.

> Philippe Simonin. Il est bien connu que les trois mousquetaires étaient en fait quatre et le

préparateur physique a un gros impact sur l'évolution des Zèbres, qui ne manquent jamais de saluer son apport et ses méthodes.

> David Dal Mut. Le surnommé « Bello », magasinier de son état, n'a pas son pareil pour mettre ses joueurs chéris dans de l'ouate, ce qui rejaillit inévitablement sur les journées de travail de tout un chacun.

> Le staff médical. Mazzù fait pleine confiance aux docteurs Borlée et Castiaux ainsi qu'aux kinés Vanbelle et Soranno. On sent qu'une unité sans faille anime tout ce beau monde.

> Arnaud Charlier. Le délégué

de l'équipe a magnifiquement succédé au monument André Lacroix en alliant rigueur dans sa mission et discrétion quant à ce qui se passe dans le vestiaire et doit y rester.

> Miro Linari. Meilleur ami de Mazzù, il est aussi un précieux scout sur lequel Felice s'appuie pour analyser le jeu des adversaires.

> Wahib Neghli. Initialement chargé des vidéos pour rscs.be, il a au fil du temps pris de plus en plus de place aux côtés du T1.

> Olivier Defresne. L'entraîneur des Espoirs est étroitement associé à ce qui se fait plus haut.

M.S.



Mario Notaro. © NEWS