

SOMMAIRE

Avant-préface !	9
Préface de Didier Barbelivien.....	11
Préface de Paul Le Guen	13
Prologue	15
 Chapitre 1 : Trois familles	 21
L'enfer de l'internat	27
Ma chance : mon oncle et ma tante.....	30
<i>Christian Terrier, mon oncle</i>	32
<i>Renaud Cohade, ancien footballeur</i>	36
<i>Marion Clément, ma sœur</i>	39
Mon couple et nos enfants.....	42
<i>Sylvia Clément, ma femme</i>	43
<i>Sylvain Armand, ancien footballeur</i>	51
 Chapitre 2 : De l'ombre à la lumière	 57
L'Olympique Lyonnais : débiter en haut de l'affiche ..	62
<i>Sidney Govou, ancien footballeur</i>	69
<i>Sylvain Wiltord, ancien footballeur</i>	74
Les Glasgow Rangers :	
de la sueur, de la bière et du cœur	77
<i>Dado Prso, ancien footballeur</i>	83
Le PSG : Paris, ville de lumière	86
<i>Claude Makélélé, ancien footballeur</i>	91
Saint-Étienne : renaître de ses cendres.....	102
<i>Loïc Perrin, ancien footballeur</i>	113

Nancy : quand tu sens la fin approcher	116
<i>Youssef Hadji, ancien footballeur</i>	118
Bourgoin-Jallieu : une retraite anticipée	120
Chapitre 3 : Du rire et du plaisir pour réunir et réussir	123
<i>Ludovic Giuly, ancien footballeur</i>	127
<i>Laurent Regairaz, comédien humoriste</i>	131
<i>Jérôme Rothen, ancien footballeur</i>	141
Mes douze coups de cœur musicaux	144
Chapitre 4 : Connais-toi...	145
Le corps physique	145
Quand la blessure arrive	148
<i>Tarak Bouzaabia, médecin</i>	155
La rééducation	158
<i>Valentin Eysseric, footballeur</i>	161
Les signaux du corps	163
<i>Claude Dartois, aventurier de Koh-Lanta</i>	169
Chapitre 5 : Paie tes impôts !	171
<i>Bryan Bergougnoux, ancien footballeur</i>	176
<i>David Venditelli, ancien agent de sportifs</i>	183
<i>Jeannick Moisy, avocat fiscaliste</i>	186
Chapitre 6 : Coach, quel métier !	193
La complexité de la mission	193
<i>Frédéric Jaillant, ancien directeur des sports de TF1</i>	194
<i>Thierry Omeyer, ancien handballeur</i>	203

Tout repose sur la confiance	204
<i>Christophe Galtier, entraîneur de football</i>	208
<i>Thomas Voeckler, ancien cycliste</i>	215
Chapitre 7 : Dribble et but de Wonder Woman !	219
<i>Amandine Henry, footballeuse</i>	220
<i>Jean-Michel Aulas, président du club de football de l'OL</i>	226
<i>Jean-Luc Vasseur, entraîneur de football</i>	228
Chapitre 8 : La théorie du BOP	233
<i>Edgar Grospiron, ancien skieur olympique</i>	236
<i>Richard Gasquet, tennisman</i>	247
Chapitre 9 : La reconversion	249
Assumer sa « petite mort »	249
<i>Julien Bonnaire, ancien rugbyman</i>	252
Avoir le choix du choix	258
<i>Djemal Kolver, co-président du club de football de Bourgoin-Jallieu</i>	260
<i>Remo Simonetti, négoce en vin</i>	265
Épilogue	273
<i>Emmanuel Dumesnil, co-auteur</i>	276
<i>Claire Démarets, co-auteure</i>	278
Palmarès	281
Activités extérieures au football	282
Bibliographie	283
Remerciements	285

« Ce fut mon rôle de lui faire comprendre qu'il fallait grandir et acquérir plus de personnalité. »



Ancien international français au palmarès impressionnant : huit-cent-neuf matchs, de Nantes à Paris, en passant par Marseille, Madrid et Chelsea, soixante-et-onze sélections en équipe de France, et un titre de vainqueur de la Ligue des Champions avec le Real Madrid.

Claude MAKÉLÉLÉ

« J'ai connu Jérémy lorsque j'ai signé au PSG, en 2008. J'arrivais de Chelsea. Le PSG venait de connaître deux années compliquées, avec des difficultés pour se maintenir en première division. Il m'a fallu analyser la situation et trouver, au sein du groupe, des joueurs sains et compétitifs à qui m'attacher ou associer mon jeu.

J'ai tout de suite senti l'implication et l'engouement qu'il attachait à son poste. Il émanait de lui une forme d'innocence, d'humilité et de simplicité. Il a toujours été calme, très gentil, parfois même trop. Il avait des qualités étonnantes avec son pied gauche. On a joué ensemble au milieu de terrain. Il m'a beaucoup aidé à atteindre une discipline dans notre secteur de jeu. On a réussi à remonter le niveau du club au milieu de terrain en appor-

tant une assise performante, afin de prendre moins de buts derrière et d'être plus efficace devant.

À l'époque, il était jeune, il avait vingt-quatre ans. Il fallait beaucoup lui parler, parfois « gueuler », mais il a très vite assimilé mes conseils. J'ai passé de super moments avec lui au PSG. Il existe de nombreuses anecdotes, mais je préfère qu'elles restent du domaine privé !

Jérémy a toujours été très influent, mais parfois aussi influençable par certains coéquipiers. Ce fut mon rôle de lui faire comprendre qu'il fallait grandir et acquérir plus de personnalité. Au fur et à mesure, il a su élever son niveau.