



Be the Change

Le nouveau projet de Laetitia Roux

Après 14 années au plus haut niveau et 17 titres de championne du monde de Ski Alpinisme, Laetitia Roux lance son nouveau projet engagé !



Laetitia Roux : du sport de haut niveau au sport engagé pour le Vivant !



Après avoir passé près de 15 ans à parcourir les montagnes et à glaner tous les titres dont elle rêvait en ski alpinisme, Laetitia Roux, la 1^{ère} grande dame de la discipline, a mis un terme final à sa carrière à la fin de l'hiver 2019. Depuis sa passion est restée intacte, que ce soit pour le « ski alpi » et aussi pour tous les autres sports Outdoor qu'elle adore et pratique également avec brio : vélo de route (victoires sur les épreuves Haute Route), VTT (victoire à l'Alp Epic), trail (championne du monde en 2009 en Kilomètre Vertical) et plus récemment, le parapente ou plus précisément le « run & fly », cet art de grimper sur les sommets en courant et de descendre en volant, le tout avec un équipement minimaliste et une voile super légère !

Cette passion, qu'elle adore agrémenter en inventant des enchaînements inédits de tous ces sports version « mobilité douce -100% avec tes muscles », Laetitia souhaite aujourd'hui la mettre pleinement au service de la préservation de la nature. Douée certes, **cette grande championne est aussi profondément et sincèrement connectée avec le « Vivant » et a fermement décidé d'agir pour sa protection, le tout en continuant de nous faire rêver !**

« Depuis l'arrêt de ma carrière en 2019, ma connexion et ma sensibilité envers le Vivant se heurtent aux tendances du monde actuel, notamment la destruction incessante des espaces et des espèces sauvages et l'emballement du réchauffement climatique directement liés à nos modes de vie et de consommation, et nos comportements ! »

Be the Change : le Sport Outdoor connecté à la préservation du Vivant !



De retour chez elle, au bord du lac de Serre-Ponçon, une nouvelle inspiration guide en effet Laetitia depuis plus d'un an : *« il est temps, dès aujourd'hui, de changer notre relation avec le Vivant et d'en prendre soin si nous voulons continuer à nous épanouir et vivre plus en harmonie. Mon projet Be The Change est né, inspiré aussi par l'énergie de mes terres natales dans les Hautes-Alpes. Il invite à la micro-aventure, l'aventure aux portes de chez soi, à la reconnexion et à la préservation, ensemble, du Vivant ! »*

Pour nous embarquer dans ses nouveaux challenges, Laetitia a décidé de nous faire voyager : en partant juste du pas de sa porte, elle nous transporte intensément avec elle ! Enchaînant vélo, VTT, parapente, trail, stand up, packraft... elle nous reconnecte, elle s'émerveille avec son cœur d'enfant et parle au notre, elle nous ouvre à des rencontres d'experts passionnants qui nous éclairent, elle nous inspire, simplement et profondément... au changement !

Et avec *Be the Change*, Laetitia Roux nous invite à partager un beau programme :

- des épisodes vidéo, pour vivre de l'intérieur ses challenges et découvrir les experts invités
- des rencontres et interviews avec ces experts passionnants, réalisées par Laetitia
- ses « hotspots » favoris dans les Hautes-Alpes

Sans oublier, une dimension essentielle du projet : à chaque épisode *Be the Change* est reliée une intervention dans une école locale pour sensibiliser les enfants avec l'association **Water Family** !



Be the Change



Be the Change : lancement du 1^{er} épisode « Reconnexion »



Alors « Laet's go ! », comme elle aime à l'écrire, pour suivre le lancement de *Be the Change* et retrouver Laetitia et ses invités dans le **1^{er} épisode Reconnexion** tourné depuis chez elle, à Savines le Lac. Des eaux turquoise du lac de Serre-Ponçon en passant par les crêtes de Réallon, sa station, et les superbes Aiguilles de Chabrières, Laetitia nous offre des images d'action et de paysages magiques, le tout ponctué de rencontres avec des experts inspirants !

« Après plus d'un an à travailler sur ce projet, c'est incroyable de dévoiler ce 1^{er} épisode qui part de chez moi ! Il y a une dimension qui va bien au delà des projets sportifs personnels que j'ai pu faire jusque là. Une sorte de vibration vitale couplée au besoin de remercier ce qui nous est offert ! »

[Découvrez le 1^{er} épisode de *Be the Change* !](#)

Be the Change : sensibilisation avec l'association Water Family



L'association Water Family - Du Flocon à la Vague est dédiée à la préservation de l'eau, de la santé et de l'ensemble du Vivant. Ambassadrice depuis plusieurs années, comme de nombreux champions (Mathieu Crépel, champion du monde de snowboard – Pauline Ado championne du monde de surf...), Laetitia développe le projet *Be the Change* main dans la main avec la Water Family. Ensemble, ils vont se rendre dans des écoles des Hautes-Alpes et sensibiliser les enfants grâce au programme « Water Responsable ». Laetitia partage aussi les épisodes *Be the Change* avec ces jeunes, qui portent les graines du changement, comme les élèves de l'école de Réallon pour ce 1^{er} épisode !



Laetitia Roux Express

17 titres de championne du monde de Ski Alpinisme
64 victoires en coupe du monde
8 victoires à la Pierra Menta

Rejoignez *Be the Change*

Découvrez [le site Be the Change](#) et les actus sur les réseaux de Laetitia Roux

Contacts : bethechange@laetitarioux.com



Be the Change



Découvrez la Water Family !

La Water Family – du Flocon à la Vague, association loi 1901 reconnue d'intérêt général, est une famille de passionnés issus des sports nature et de la protection de l'environnement qui, depuis 2009, a développé des contenus pédagogiques pour les scolaires, les événements et les entreprises afin d'apprendre à protéger ensemble l'eau et notre santé en valorisant les bonnes pratiques. La Water Family, c'est plus de 150 champions ambassadeurs, 20 000 jeunes sensibilisés chaque année en classe grâce à ses antennes en France et 1 000 professionnels engagés à leurs côtés !

www.waterfamily.org



WATER FAMILY
DU FLOCON A LA VAGUE

Un grand Merci à la **Fondation d'entreprise de la Banque Populaire Auvergne Rhône Alpes** qui soutient nos interventions auprès des enfants grâce aux Trophées 2021 de la Fondation.

<https://fondationbpaura.fr/>



Merci à tous les partenaires de Be the Change !

Un IMMENSE MERCI à tous nos partenaires pour leur soutien et leur confiance !

