



Be the Change

Le nouveau projet de Laetitia Roux
Après 17 titres de championne du monde de Ski Alpinisme,
Laetitia Roux s'engage et met sa passion des sports
outdoor au service de la préservation du vivant !



Laetitia Roux : du sport de haut niveau au sport engagé !



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, kayak, packraft et bien sûr ski alpinisme... 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, profondément...au changement ! 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 : lancement réussi en 2021 avec déjà 3 épisodes !

-3 épisodes vidéo, en format « émission » de 15mn, pour partager ses challenges et rencontres
-9 interviews d'experts, animées par Laetitia, pour nous inspirer au changement
-3 classes et 100 élèves sensibilisés dans les Hautes-Alpes, en classe et en pleine Nature
Découvrez les 3 premiers épisodes sur [le site Be the Change](#)



Be the Change

Lancement de l'épisode 4 : Précipitations

Des glaciers en passant par les torrents, rivières et lacs, nouvel épisode de 32mn dédié à l'eau et ses grands enjeux !



Précipitations : nouvel épisode long de 32mn, engagé pour l'eau !



Ce 4^{ème} épisode signe un tournant dans l'histoire du projet. Laetitia nous a concocté une « micro mais méga aventure », entre le lac de Serre-Ponçon et le fabuleux massif des Ecrins et son glacier Blanc. Enchaînant gravel, escalade, trail, ski alpinisme, parapente, kayak et même rafting, elle nous invite à partager 32 minutes de voyages et de rencontres dédiés à l'EAU et ses enjeux. Ce sujet signifie beaucoup pour la skieuse alpiniste qui passe son temps à parcourir les montagnes mais aussi à être la témoin de ces glaciers qui fondent, de ces chutes de neige qui se rarifient et de ses rivières qui s'assèchent...

Elle nous embarque pour un périple intense, avec des paysages superbes et la rencontre d'experts passionnants :

- Lionel Daudet** : alpiniste et écrivain engagé, Piolet d'or
- Sophie Cauvy-Fraunié** : hydro-écologue, chercheuse à l'INRAE, spécialiste des marges glaciaires
- Emmanuel Thibert** : glaciologue, chercheur à l'INRAE, spécialiste du glacier Blanc
- Julien Guilloux** : chargé de mission Eau et Forêts au Parc national des Ecrins
- Charlène Cardoso** : hydrologue, spécialisée dans les enjeux de l'eau en région de montagne

Soirée de lancement spéciale : Mardi 20 Septembre à 20h, avec les experts



Pour la sortie de cet épisode spécial dédié à l'eau, Laetitia organise une soirée de lancement en ligne sur ses réseaux, **le Mardi 20 Septembre à 20h**, pour présenter l'épisode dans son intégralité (la première partie sera diffusée sur les réseaux sociaux le mardi 13 Septembre). Les experts de l'épisode seront présents pour animer les échanges, répondre aux questions et nous amener aussi de précieux éclairages après ce printemps et cet été records, marqués par les canicules, les sécheresses et le manque de « précipitations » !

Be the Change : sensibilisation des enfants avec l'association Water Family



Ambassadrice depuis plusieurs années, comme de nombreux champions, Laetitia développe le projet *Be the Change* main dans la main avec la Water Family. Ensemble, ils se rendent dans des écoles des Hautes-Alpes et sensibilisent les enfants grâce au programme pédagogique « Water Responsable ». Laetitia partage ensuite ses épisodes lors d'ateliers *Be the Change* et soutient également les projets Nature des classes sensibilisées !

Ecoles sensibilisées : les écoles primaires de Réallon et Rochebrune ont été sensibilisées en 2021 puis dans la foulée en 2022, le projet d'aire

Terrestre éducative mené par l'école de Rochebrune a été soutenu par *Be the Change* et Laetitia Roux qui est devenue la marraine. Le 4^{ème} épisode lui permet de toucher les enfants du pays des Ecrins, avec la présence de Laetitia en classe et aussi pour les ateliers de plantation d'arbres !



Be the Change



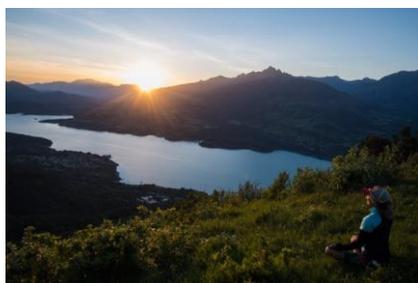
Découvrez la Water Family !

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, notre santé et l'ensemble du Vivant. La Water Family, c'est plus de 150 champions ambassadeurs comme Laetitia Roux, 30 000 jeunes sensibilisés chaque année en classe grâce à ses antennes en France et 1 000 professionnels engagés !

www.waterfamily.org



WATER FAMILY
DU FLOCON A LA VAGUE



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](http://www.bethechange.com) et les réseaux de Laetitia
Contacts : bethechange@laetitiaroux.com

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

