

INTERVIEW

Elisa De Almeida

Fin mai 2024, au prestigieux pavillon d'Armenonville, **Élisa De Almeida** prend la pose, tout sourire aux côtés d'autres grands noms du Paris Saint-Germain. Elle savoure une saison de haut vol, forte d'une victoire en Coupe de France et d'une sélection parmi les 11 meilleures joueuses de la première division française de football. En point d'orgue, dans quelques semaines, l'alumna de l'Université d'Évry Paris-Saclay devrait représenter la France à l'occasion des Jeux olympiques et paralympiques 2024. Rencontre avec un pied de velours, qui a la tête sur les épaules.



© PSG

Élisa, vous avez été au cœur de l'actualité en étant honorée à la soirée des trophées de l'Union nationale de football professionnel (UNFP), pour la deuxième année consécutive. Qu'est-ce que cela représente pour vous ?

Élisa De Almeida : C'est la récompense d'une saison, d'un travail au quotidien de tout un groupe. Sans le collectif, on ne peut pas atteindre ce genre de trophée individuel, alors je suis très heureuse d'un point de vue personnel mais également pour ce que ça représente pour l'équipe.

Avant d'arriver au Paris Saint-Germain, pouvez-vous nous raconter votre parcours footballistique ?

Je suis entrée au pôle France à 15 ans alors que j'étais en seconde, et j'ai signé mon premier contrat professionnel en terminale, à Juvisy. Je suis partie 2 ans à Montpellier en 2019 parce que je voulais changer d'air, voir autre chose, et finalement je suis revenue dans la région, au PSG, depuis trois ans maintenant.

En parallèle, vous continuez vos études, à l'Université d'Évry ?

Après le lycée, j'ai validé un Diplôme universitaire technologique (DUT) techniques de commercialisation de

l'Université d'Évry sur le site de Juvisy-sur-Orge. Cela me faisait du bien d'avoir les deux (*le sport de haut niveau et les études, ndlr*), d'être dans un autre contexte que le football, de voir d'autres gens, d'aborder d'autres sujets que le sport. C'était un équilibre qui me plaisait plutôt bien. Aujourd'hui, évidemment, je pense que ce serait compliqué de tout gérer, avec le rythme des matchs, des entraînements, des déplacements... Mais honnêtement, parfois, ce format me manque un peu quand même.

Vous aimeriez reprendre une formation ?

Oui, en fait, j'ai décidé de m'orienter vers une formation totalement différente : le coaching sportif. J'ai un projet en ce moment, pour lequel je vais me former à partir de l'année prochaine, mais je ne peux pas en parler pour le moment.

Êtes-vous aidées (les sportives de haut niveau, ndlr) de ce côté-là ?

Avec le statut de sportive de haut niveau, oui, c'est possible d'être accompagnée, financièrement parlant et également pour des aménagements d'emploi du temps. La formation que je vais suivre se fait d'ailleurs dans ce cadre-là.

À 26 ans, pensez-vous déjà beaucoup à l'après-carrière ?

Quand on est « dedans », prise dans ce rythme très chargé, c'est quand même compliqué. Mais j'y pense un peu, parce qu'on est tout de même obligées de se projeter dans l'après, et c'est d'ailleurs pour cela que je reprends une formation l'année prochaine. Le sport, on le sait, peut aller très vite dans un sens comme dans l'autre. Il peut y avoir des blessures, des coups du sort... On sait aussi que le football féminin n'est pas autant



Élisa De Almeida (26 ans)

Études

2016 - 2019 : Diplôme universitaire technologique – techniques de commercialisation (Université d'Évry Paris-Saclay)

Palmarès - Football

Vainqueur de la Coupe de France (2022 & 2024)
Vainqueur du Championnat d'Europe U19 (2016)
Nommée dans l'équipe type de la D1 féminine (2023 & 2024)
23 sélections (3 buts) avec l'équipe de France A

rémunéré que chez les garçons, donc on n'est pas à l'abri de quoi que ce soit, il faut s'y préparer. Plus personnellement, cela fait aussi partie de mon éducation : mes parents sont derrière moi et me rappellent souvent de l'importance de ces choses-là. J'ai la chance d'avoir cet entourage à mes côtés, ils ne me laissent pas complètement basculer dans le monde du football et m'aident à penser à d'autres choses.

À l'université, jouiez-vous au football en équipe universitaire ?

Je crois que je n'y ai joué qu'une seule fois, parce que je n'avais pas le temps. Je partais tôt l'après-midi, j'étais excusée quand j'étais en déplacement ou quand j'étais en équipe nationale, tout était adapté au sportif de haut niveau.

L'équipe de France, c'est un peu un fil rouge dans votre carrière ?

Effectivement, je suis sélectionnée depuis les U17 (*moins de 17 ans, ndlr*), et j'ai joué avec toutes les catégories ensuite jusqu'à l'équipe A. Au sein de celle-ci, on est beaucoup à être passées par ces équipes, donc on se connaît déjà bien et ça aide énormément pour l'intégration, l'ambiance, etc.

L'année dernière, vous participez au Mondial 2023, en Australie et en Nouvelle-Zélande. Pouvez-vous nous raconter ?

À part dire que c'était incroyable, je ne sais pas quoi dire (rires). J'avais déjà participé à des compétitions avec les équipes de jeunes, mais ce n'est vraiment pas pareil. J' imagine qu'il faut vivre ces moments pour les comprendre, car il y a beaucoup de choses qui entrent en compte. Déjà, c'est une compétition où l'on représente notre pays, cela rajoute un petit quelque chose en termes de

pression. Aussi, on se dit qu'on fait partie d'un tout petit groupe, on se rend compte de cette chance très spéciale. Personnellement, je ne vais pas mentir, j'ai pris une nouvelle notoriété après cette Coupe du monde. Je m'en suis rendue compte sur les réseaux sociaux et lorsque je suis rentrée. Malgré le décalage horaire, on a été agréablement surprises du taux de téléspectateurs et téléspectatrices, et c'est très plaisant de voir l'évolution du football féminin de ce côté-là.

Désormais, c'est « focus total » sur les Jeux olympiques et paralympiques ?

Maintenant que la saison est terminée avec le Paris Saint-Germain, oui, je vais complètement me tourner vers les JOP. On a un dernier rassemblement avec le club la semaine prochaine, ensuite je partirai deux semaines en vacances, et on pourra attaquer sur la préparation.

Le début de la compétition commence à approcher, sentez-vous la tension et la ferveur qui commencent à monter ?

Complètement, surtout que la France est le pays organisateur, on sent l'engouement de la population. On en parle beaucoup avec les autres joueuses, mais je pense que tout va encore plus s'accélérer bientôt. On a toutes besoin de quelques vacances pour se vider un peu la tête après nos longues saisons, et ensuite on se laissera guider. Je fais confiance à la France pour l'organisation.

Aujourd'hui, vous êtes sous contrat professionnel avec le PSG, ce qui implique beaucoup de choses. Êtes-vous épanouie dans cette vie-là ?

Je suis à 100% dans le football, entre 9h30 jusqu'à 14h30 environ, des fois un

peu plus en fonction des obligatoires marketing, des shootings, etc. Le football, c'est ma passion, je ne pourrais pas rêver mieux que d'avoir la chance d'en vivre. Je fais ce que je préfère toute la journée, c'est parfait pour moi. Alors oui, je suis épanouie.

En 2019, vous aviez participé à une exposition de l'Université Paris-Saclay nommée Victoire, et vous aviez déclaré : « Petit à petit, le sport féminin monte en puissance et les inégalités se réduisent ». En 2024, est-ce que c'est toujours vrai ?

Même si je pense que celles qui ressentiront vraiment le changement, ce seront les filles de la prochaine génération, oui, le football féminin n'a plus rien à voir avec avant.

Si on ne parle que du football, je pense que ce sera difficile d'arriver à égalité totale avec le côté masculin. C'est le sport le plus populaire du monde, il va falloir beaucoup de temps. On voit que ça s'améliore, mais en France je pense qu'on peut faire largement mieux, que ça pourrait aller plus vite. La France est aujourd'hui en retard par rapport à de nombreux autres pays, alors qu'elle était parmi les premières à développer autant le foot féminin. En comparaison avec l'Angleterre, l'Espagne et même à l'Italie, on est en retard. Mais voilà, il ne faut pas relever que le négatif. Il y a du mieux et il faut aussi savoir le dire. Je suis optimiste.

Ces grandes compétitions comme les JOP, très médiatisées, contribuent particulièrement à aider à l'évolution du football féminin ?

C'est une superbe occasion de montrer aux gens que c'est le même sport, qu'on peut prendre autant de plaisir à regarder les filles et les garçons. Les JOP amènent de la visibilité, et encore plus parce que c'est à Paris cette année. Le foot féminin n'a jamais ramené de médaille, alors le jour où l'on montera sur le podium, il y aura un déclic.

Quel est l'objectif ?

Ramener la médaille d'or. Bien sûr, les JOP, d'un point de vue football, ne sont jamais la première compétition à laquelle on pense. Ce sport résonne avec la Coupe du monde, ou l'Euro. Mais en même temps, pour les sportifs de manière générale, c'est le graal. En tant que française, il n'y a pas mieux.