



Sokhna Lacoste : De la Gambie au titre aux Elites sur 400m

25 OCTOBRE 2020 | IN ATHLETISME, DANS LA PEAU | BY SANS FILTRE

Sokhna Lacoste est une athlète de 20 ans, licenciée au Grand Angoulême Athlétisme. Elle a été sacrée championne de France Elite du 400m, au mois de septembre à Albi. Elle a également fait la finale des championnats d'Europe junior du 400m. Candidate au relais 4x400m à Tokyo, elle fait partie des espoirs de sa discipline en France. Un parcours de vie incroyable de celle née au Sénégal et qui a vécu toute son enfance en Gambie. Elle raconte sans filtre ce qui lui a permis de devenir la championne et la femme qu'elle est aujourd'hui.

JE SUIS PARTIE EN GAMBIE A L'AGE DE NEUF MOIS

Je suis née au Sénégal, à Kaolack. Puis je suis partie en Gambie à l'âge de neuf mois, chez ma grande tante, car mes parents ne pouvaient pas s'occuper de moi. Ma mère était partie en France pour reprendre ses études, et mon père s'était installé en Espagne pour trouver du travail. J'ai vécu en Gambie jusqu'à mes neuf ans. Dès qu'elle pouvait, ma mère venait me voir. Elle téléphonait le plus souvent possible, mais il faut savoir que l'on n'avait pas de téléphone en Gambie.

Il fallait que ma mère appelle chez les voisins pour qu'on puisse se parler. Mais on a réussi à garder contact. Mon grand frère, lui, est resté au Sénégal chez ma grand-mère pendant ces 9 années où j'étais en Gambie.

J'étais jeune quand j'ai été séparé de ma mère, donc je ne me suis jamais rendu compte de la situation. Pour moi c'était la norme d'être avec ma grande-tante. Elle s'est toujours occupée de moi, je ne sentais pas forcément le manque de ma mère.

IL FALLAIT FAIRE 5KM POUR ALLER CHERCHER DE L'EAU

J'aimais bien ma vie en Gambie, même si nous n'avions pas grand-chose. La Gambie est un pays très pauvre. Trouver une belle maison là-bas, c'est quelque chose de rare. On vivait dans une maison avec un toit en tôle. Quand il pleuvait, ça suintait. Ce n'était pas très confortable, mais ce genre de situation passe mieux dans un pays où il fait 30 degrés.

Au début on n'avait ni électricité, ni eau. C'est venu par la suite. Pour regarder la télé, on utilisait des batteries des voitures, que l'on rechargeait avec un groupe électrogène. Pour l'eau, il fallait faire 5 km pour aller en chercher, autant pour aller à l'école. J'étais petite, j'adorais accompagner la famille pour aller chercher de l'eau.



Sokhna Lacoste a connu la pauvreté avant la réussite sur la piste

Sokhna Lacoste : Le sport m'a permis de me construire une cellule sociale sécurisée

J'étais inscrite dans une école tenue par des professeurs norvégiens. On y apprenait l'Anglais. On mangeait sur place et on mangeait bien ! Plusieurs fois par an, les norvégiens nous apportaient des habits et des jouets. Il y avait aussi de l'aide alimentaire pour les familles. On ne s'en sortait pas trop mal.

Puis je suis retournée au Sénégal à 9 ans, chez ma grand-mère. Ce changement n'a pas été facile. J'étais habituée à vivre en Gambie, et je n'allais que quelque fois par an au Sénégal, pour les fêtes de famille. Je n'avais jamais quitté ma grande tante. Et puis il faut savoir qu'entre le Sénégal et la Gambie, ce n'était pas l'amour fou, même si cela s'est arrangé depuis environ un an.

JE NE SENTAIS PAS DU TOUT LA PAUVRETE.

Je ne me rendais pas compte de la pauvreté dans laquelle on vivait. Pour moi, c'était la norme. Je ne suis même pas sûr que les adultes se rendaient compte. Quand on n'a rien connu d'autre, on ne peut pas se sentir malheureux. Là-bas les gens travaillent, gagnent peu, mais cela leur suffit pour vivre. Ils sont heureux quand même.

Je pense que l'on pourrait apprendre de cette mentalité, en France. En Afrique, les gens se suffisent et se satisfont de ce qu'ils ont. Certaines personnes en Afrique font beaucoup d'efforts pour s'en sortir, mais dès qu'ils s'en sont sorti, ils prennent le temps de profiter de ce qu'ils ont réussi à avoir. Ils ne sont pas dans la logique d'en vouloir toujours plus. En Afrique, la réussite de la famille est plus importante que la réussite individuelle. Pas forcément financière d'ailleurs. Avoir des enfants bien élevés, c'est déjà une réussite !

Je pense que mon parcours de vie m'aide aujourd'hui en tant qu'athlète. C'est dans ces moment-là que l'on se construit. Je cours depuis mes 10 ans. Grâce à l'athlétisme, j'ai pu rencontrer du monde, me faire des amis. C'est un sport qui m'a permis aussi de me construire un cercle social, de ne pas me cantonner au cercle de ma famille proche.

MA TANTE EST UNE PERSONNE TRES COURAGEUSE

Ma grande tante, qui m'a donc élevé jusqu'à mes 9 ans, a été touchée par la polio quand elle était petite, et en a gardé des séquelles physiques. Cela l'a sans doute amenée à réfléchir sur elle-même, puis à m'inculquer cet état d'esprit. C'est une personne très courageuse. Elle n'a pas eu une vie facile. Elle n'a pas eu d'enfants, et c'est quelque chose de très dur en Afrique. C'est très important de fonder une famille. Quelque part, j'étais son enfant, et elle m'a élevé comme tel ! Son handicap ne l'a jamais empêchée de m'élever.

Cela fait sept ans que je n'ai pas pu retourner au Sénégal, ni en Gambie. J'aimerais y retourner mais en ce moment, avec le Covid, c'est compliqué. Je suis impatiente de la revoir. Mais je ne veux pas l'exposer au Covid. Elle fait partie des personnes vulnérables. En plus, elle a eu la tuberculose l'année dernière, et a eu six mois de traitement.



Sokhna Lacoste et le Grand Angoulême Athlétisme : Une histoire d'amour depuis 2014. [Crédit : Jean-Marie Pénigaud]

Sokhna Lacoste : La monnaie gambienne est très faible, tu envoies 100e, tu peux payer un traitement médical pendant six mois

Mais je reste en contact avec elle tous les dimanches après-midi, via Whatsapp. On a instauré ce rendez-vous le dimanche après-midi, pour avoir une heure de rendez-vous fixe et éviter les ratés. On connaît le rapport des anciens avec internet, alors imaginez pour une Gambienne (rires). Dès qu'on peut, on l'aide. Ce qu'il faut savoir, c'est que la monnaie gambienne est très très faible. Tu envoies 100e, tu as un traitement médical complet pour une maladie comme la tuberculose. Tu peux sauver une vie avec une somme presque dérisoire.

JE N'ETAIS PAS PREDESTINEE A ARRIVER A CE NIVEAU-LA

Quand j'avais 10 ans, ma mère, mon frère et moi sommes allés rejoindre mon père en Espagne, près de Barcelone, où il travaillait depuis ma naissance. Mon père a rejoint l'Espagne au moment où l'immobilier se portait bien. Il y est arrivé pour travailler en tant qu'ouvrier. C'est en Espagne que j'ai commencé l'athlétisme. J'ai eu le déclic quand j'étais en primaire, quand j'ai gagné le cross de l'école. Ma mère m'a dit : "Pourquoi pas t'inscrire à l'athlétisme".

Je n'étais pas prédestinée à avoir ce niveau-là. A mes débuts, je n'étais pas extraordinaire. On faisait des entraînements ludiques, destinés aux petits, mais les épreuves en compétitions n'étaient pas du tout pour les petits. Il y avait du 600m en compétition, alors qu'à l'entraînement on ne s'entraînait pas vraiment pour cela. C'était à la cool à l'entraînement. Du coup, j'étais tout le temps dans les dernières lors des compétitions.

En Espagne, comme en France, quand on est petit, on touche à toutes les disciplines. Sur les sauts, j'étais nullissime. En lancers, ce n'était pas mieux. Les haies, pareil ! On trouve encore des vidéos de ces compétitions sur internet. On y voit une fille qui gagnait toutes les courses. Pour l'anecdote, cette fille, c'est Sarah Gallego. Je l'ai revue à l'été 2019, lors des Championnats d'Europe Juniors à Borås (Suède). Elle représentait l'Espagne sur le 400m haies.

RETOURNER AU SENEGAL A ETE DIFFICILE MAIS JE M'ETAIS PREPAREE

Malheureusement, ma mère, mon frère et moi avons dû repartir au Sénégal en 2013, suite à la séparation de mes parents. Ma mère ne travaillait plus. Elle n'aurait pas eu les moyens de s'occuper de nous en Espagne. Quitter l'Espagne a été dur pour moi. J'avais commencé ma vie là-bas. J'avais l'athlétisme, mes amis, et à l'école cela se passait bien. Il n'y avait pas de raisons de partir. Ce n'est que plus tard, en grandissant, que j'ai compris que l'on n'avait pas le choix.

Ma mentalité commençait à s'euro-péaniser. Donc retourner au Sénégal à l'âge de 13 ans, dans un pays qui était le mien sans être le mien, ce n'était pas si facile. Malgré tout, je m'étais préparée psychologiquement à changer de vie : vivre avec beaucoup plus de monde, chez ma grand-mère, dans la maison de familiale. J'étais prête pour que cela se passe bien.



Sokhna Lacoste a déjà porté le maillot de l'équipe de France, chez les jeunes. Elle espère maintenant honorer sa première cape chez les grandes. [Crédit : Bastien Lacoste]

Sokhna Lacoste : "On est resté à l'aéroport une nuit, avec deux euros pour trois"

Mais le retour au Sénégal a débuté par une grosse galère. On a raté l'avion. Heureusement, on a réussi à échanger les billets pour le vol du lendemain. Mais on avait plus que 4 euros en tout et pour tout. Du coup, on a dormi sur place, sur les sièges. Même pour manger, ça a été compliqué. On a pris un pain et des olives à partager en trois.

On est resté un an au Sénégal, où j'ai pu continuer l'athlétisme au club de Kaolack. J'ai été vice-championne junior du Sénégal sur le 400m, alors que je n'étais que minime 1. Je crois que j'avais fait 62 secondes.

MON ARRIVEE EN FRANCE A ETE DIFFICILE



Le plafond d'un des premiers logements en France de Sokhna Lacoste. [Crédit : Sokhna Lacoste]

Je n'avais aucune image particulière de la France à mon arrivée. Mon frère connaissait un peu les villes françaises, car il était fan de foot. D'ailleurs il pensait qu'on allait vivre à Bordeaux ou dans sa banlieue. C'est ce que lui avait dit ma mère, pour qu'il accepte mieux. Mais Angoulême, ce n'est plus vraiment la banlieue de Bordeaux. Je crois qu'il a été un peu déçu (rires).

Je pense que le moment le plus compliqué pour moi, c'est quand je suis arrivée en France, car il fallait une nouvelle se reconstruire une vie. Matériellement ce n'était pas pire qu'en Afrique, mais psychologiquement c'était dur. J'étais plus âgée, c'était ma deuxième expérience en Europe après mes trois années en Espagne. J'avais davantage de "sécurité" en Espagne qu'en France, car on avait un logement, un train de vie correct, et l'appui de mon père. On est venu en France, car ma mère n'avait pas accepté le fait de repartir au pays. Elle l'avait vécu comme un grand échec personnel.

Il faut dire qu'elle avait réussi le concours pour venir faire ses études en France, puis réussi sa vie en Espagne. Alors repartir au Sénégal, c'était comme retomber à zéro. Elle n'avait pas de projet de vie là-bas. Retourner chez ses parents, avec son fils et sa fille, ce n'est pas un projet de vie. Je pense aussi qu'elle voulait nous offrir un meilleur avenir, à mon frère et à moi, en venant ici.

ON S'EST ENFUIT D'UN HOTEL A PROXIMITE D'ANGOULEME

Il y a eu une opportunité de venir en France par un ami de ma mère, Monsieur Lo, qui habitait dans le quartier de Bel Air à Angoulême. C'est un Sénégalais-Espagnol qui a pu venir en France grâce à la libre circulation de l'UE. Il travaillait et cela se passait bien. Ma mère et lui se sont mis d'accord pour qu'il nous héberge quelque temps, le temps que l'on se construise une vie. Les Africains sont très solidaires entre eux. Ils peuvent ne plus avoir de place dans leur maison et trouver quand même une solution pour t'accueillir. Sans Monsieur Lo, je pense que l'on aurait dû rester au Sénégal.



La cérémonie des Charentais de l'année, organisée par le journal Charente Libre, a révélée Sokhna Lacoste au public charentais [Crédit : Quentin Petit]

Sokhna Lacoste : “On vivait avec la peur d’être expulsés”

Quand on a voulu voler de nos propres ailes, cela a été difficile. On a dû “fuir” d’un hôtel à la sortie d’Angoulême, direction Poitiers, dans lequel on avait été placé pour une nuit par une association. L’association venait d’expliquer à ma mère que l’on devait faire une demande de carte de séjour, et que si cela été refusé, nous devrions repartir au Sénégal. Nous étions en situation légale grâce à notre titre de séjour espagnol (valable dans toute l’UE).

Mais ma mère n’a pas senti le coup, et nous nous sommes donc retrouvés le long de la Nationale 10 à marcher, pour retourner vers Angoulême, cherchant désespérément un arrêt de bus... Mais forcément, sur une route nationale, il n’y a pas d’arrêt de bus... Nous marchions donc le long de la route quand quelqu’un s’est arrêté. Il s’agissait d’un Sénégalais qui était militaire au RIMA (corps d’armée présent à Angoulême). Un vrai coup de chance ! Il nous a gentiment ramenés en ville. C’est vrai que l’on vivait avec la peur d’être expulsés.

J’ai beaucoup de capacités pour m’en sortir, mais à un moment donné, je n’en pouvais plus. A être tout le temps sur la brèche, un jour ça coince. Quand j’ai eu mon bac, j’ai pu poursuivre mes études à Angoulême. Et heureusement, car si j’avais dû changer de ville, financièrement, je ne sais pas comment j’aurais fait. Ma vie a été animée par de nombreux rebondissements, maintenant c’est le calme plat. Mais c’est une vie à laquelle j’aspirais. Savoir que ma mère s’en sort, a un travail et un appartement correct, cela m’apaise.

CHAQUE PAYS QUE J’AI TRAVERSE M’A APPORTE QUELQUE CHOSE

Je parle Anglais (langue officielle en Gambie), Français, Wolof (langue parlée au Sénégal), Espagnol et Catalan (en Catalogne, l’enseignement est fait en Catalan). Je pense que c’est un avantage dans la vie de tous les jours. Chaque expérience et chaque pays que j’ai traversé m’ont apporté quelque chose, que ce soit au niveau culturel ou expérience de vie. Sur des compétitions internationales, c’est une préoccupation en moins, quand j’arrive quelque part, je sais que je pourrais globalement me débrouiller pour me faire comprendre. Je parle trois des quatre langues les plus parlées au monde.

L’ATHLETISME EST UN PLASIR, MON TITRE N’EST PAS UNE REVANCHE

Mon titre sur 400m n’est pas une revanche sur la vie. Je ne suis pas dans cet état d’esprit. Quand je m’entraîne, je fais les choses pour moi. Bien sûr que j’aime gagner, mais l’athlétisme reste un plaisir. Je dirais plutôt que mon parcours est une preuve que l’on peut s’en sortir en ayant connu des galères. Il faut continuer et ne pas se laisser abattre par les événements. Il faut prendre les choses avec philosophie et aller de l’avant. La vie ne s’arrête pas quand il y a un problème, et heureusement ! Tout peut changer du jour au lendemain.

Quand je repense à tout ce que j’ai vécu, parfois cela me paraît loin. Quand je suis dans un aéroport, je repense forcément à l’anecdote que j’ai racontée tout à l’heure. Mais ce n’est pas un souvenir douloureux. Ce qui me ferait du mal, ce serait de retomber dans une période de galère. L’essentiel c’est d’assurer un avenir, avoir un diplôme. Je veux sécuriser ma vie, pour ne pas retomber dans ces moments difficiles. J’espère que mon histoire peut inspirer des jeunes filles, des jeunes garçons, qui connaissent des difficultés et qui veulent réussir.

TU PEUX ETRE FORT EN ATHLE ET NE PAS EN VIVRE, ASSURER QUELQUE CHOSE A COTE

Je tiens d’ailleurs à différencier précarité et pauvreté. Un grand footballeur qui gagne très bien sa vie, si on lui réduit son train de vie, pour cause de blessure ou autre, il se sentira précaire, alors qu’il n’est pas pauvre. C’est par rapport à son train de vie. Psychologiquement, il n’est plus dans son confort et se sent précaire. La pauvreté c’est surtout matériel, c’est une personne qui n’a pas assez pour manger, mais pour lui c’est une situation normale. La pauvreté c’est un chiffre, et la précarité c’est un sentiment.



Sokhna Lacoste n’était pas une championne toute petite. Les débuts en athlétisme ont même été très compliqués. [Crédit : DR]

Sokhna Lacoste : Je ne suis pas venue en France pour l'athlétisme

Je veux aussi mettre en garde certains jeunes. Vivre de l'athlétisme c'est hyper difficile. Il faut assurer autre chose en dehors de l'athlétisme, notamment au niveau des études. Il ne faut surtout pas tout miser sur l'athlétisme. Même en étant athlète professionnel, on ne gagne qu'un peu plus que le SMIC, pendant au maximum dix ans, sauf pour l'élite mondiale. Mais ensuite, il n'y aura rien. Financièrement, il est plus raisonnable de travailler chez Uber Eat que d'espérer vivre de l'athlétisme.

Même en étant très fort, on n'est pas sûr de percer dans l'athlétisme. Au Sénégal, les athlètes pensent que leur carrière va décoller s'ils viennent en Europe. Mais le facteur chance est très important. Rares sont les athlètes qui trouveront un club prêt à les soutenir financièrement, ou des gens prêts à leur tendre la main. J'ai eu cette chance, mais à la base je ne suis pas venue en France pour l'athlétisme. Je suis venue pour les études, et en parallèle je continuais l'athlétisme au G2A.

JE VEUX RENDRE A LA CHARENTE CE QU'ELLE M'A DONNE

Mon titre de championne de France, m'a donné de la légitimité. Je suis contente d'avoir gagné dans les mêmes temps que la championne de France 2019 [NDLR : Sokhna Lacoste a gagné en 52"48, contre 52"52 pour Déborah Sananes en 2019]. Je me dis que c'était un titre mérité, et j'espère avoir ma place dans le relais 4x400m à Tokyo l'an prochain. A Angoulême, je suis de plus en plus reconnue dans la rue. D'ailleurs je suis gênée (rires). Des gens que je ne connais pas m'arrêtent dans la rue.

Je suis Charentaise désormais et je veux faire les J.O sous les couleurs du G2A, d'Angoulême et de la France. Je veux rendre à la Charente ce qu'elle m'a donné. La Charente m'a tendu la main avant que je sois Française, avant même que je n'aie mon titre de séjour, lors de la cérémonie des Charentais de l'année 2017. J'y ai rencontré Jean-Bruno Delrue, le président de MESEA, qui m'a spontanément proposé de m'aider.

Je pense aussi à Charente Libre qui me fait énormément de publicité. Les élus locaux ne connaissent pas forcément l'athlétisme, mais le fait de me voir tout le temps dans le journal, c'est quelque chose de percutant. Et le fait de m'avoir vu sur La Chaîne L'Équipe aussi, lors de mon titre sur 400m. Ils doivent se dire que je suis forte (rires). Un grand merci à tous ceux qui ont cru en moi !

SOKHNA

Avec Etienne GOURSAUD

Sokhna Lacoste a réalisé la meilleure performance française 2020 sur le 400m. La bataille pour le 4x400m à Tokyo sera cependant rude, avec une grande concurrence en France.