



News 17 Arbitrage AWBB - 18/12/2015

Retrouver l'équilibre



L'équilibre entre la vie privée et la vie professionnelle représente l'un des grands sujets d'actualité. Maintenant que la première pause réelle de la saison arrive, le moment semble venu pour se prendre un peu de repos, un instant de recul. La première partie de la saison n'a pas été facile; la deuxième s'annonce plus qu'intéressante et disputée; ça va être le moment de vérité pour tout le monde : les équipes comme les arbitres.

C'est la raison pour laquelle, il est indispensable de faire une véritable pause; de se consacrer à d'autres choses et de relâcher la tension que l'arbitrage implique. C'est le moment de retrouver sa famille, ses amis; d'aller au cinéma, au resto; de s'amuser et de se détendre. Bien sûr, un peu de footing fera du bien. Les experts conseillent de faire un peu de sport pour se déstresser, pas plus.

Chaque arbitre donne beaucoup plus qu'il n'en reçoit. Des heures consacrées au basket, des heures volées aux nôtres. Le moment donc d'équilibrer la balance et de mettre un peu de côté l'arbitrage. On est presque à saturation et ceci n'est pas bon pour la qualité des prestations. Un peu de recul nous fera le plus grand bien.

L'occasion arrive également de projeter des vœux pour l'année prochaine. Pensez bien à tout ce que vous souhaiteriez qui change pour un mieux : à tous niveaux.

Le Département vous souhaite de passer d'agréables fêtes et que vous profitiez de chaque minute avec les vôtres.

Le Département souhaite également vous retrouver en pleine forme, prêts pour le deuxième tour et la fin de saison.

Une citation fort répétée dit que "*L'avenir ne se prévoit pas, il se prépare*". Passer donc de bonnes fêtes et préparez au mieux la deuxième partie de la saison.

Avec nos meilleurs vœux,

Jambes, 18 décembre 2015

N'hésitez pas à nous envoyer vos anecdotes, vos situations particulières rencontrées lors de vos rencontres ; le département tiendra compte de votre interactivité !

Des idées, des cas vécus ? Ça nous intéresse !



Envoyez-les à l'adresse suivante :

h.forthomme@awbb.be