

# LE JOURNAL DE **WALTER** LE LIBRAIRE

DÉCOUVREZ LES NOUVELLES  
& LES ASTUCES DE WALTER!

**P.1**

ÉDITORIAL

**P.2**

INCENTIVE 2023  
STUDIO

**P.3**

CALENDRIER  
PROJECTEUR

**P.4**

FICHE  
TECHNIQUE

**P.5-6**

LADBROKES  
FONDATION



**18**  
jan fév  
2023

# EDITORIAL

BONNE ANNÉE 2023

Une nouvelle année démarre et nous retrouvons avec joie un calendrier de grandes et belles compétitions sportives. 2023 sera l'année de qualification pour l'Euro 2024 et 2024 sera également l'année des jeux olympiques de Paris. De beaux moments et des paris en perspective.

Dans ce numéro, nous vous présentons notre studio d'enregistrement Ladbrokes.be et les projets qui en découlent. Nous mettons en avant les événements sportifs de février et mars et mettons un événement à l'honneur : la course Milan San Remo. Également dans ce numéro, focus sur l'un des ambassadeurs de la Fondation Ladbrokes.

Enfin, pour répondre à une demande, au travers de la fiche technique de ce mois, je rappelle les différents modes de jeu pour parier sur le football. Ce qui nous ramène à la formation.

On réfléchit à une nouvelle manière de vous communiquer des connaissances sur nos produits et sur l'utilisation de la borne de jeu. En attendant, si vous souhaitez une formation spécifique sur un sujet particulier, n'hésitez pas à remonter votre demande auprès de votre représentant commercial.

Bonne lecture à tous.

*Walter Agosti*



## INCENTIVE 2023 :

Il n'y a pas eu de gagnant à notre concours « Incentive coupe du monde », par conséquent les 6 libraires seront tirés au sort parmi les répondants.

Les heureux élus seront prévenus en personne par leurs représentants commerciaux.

### DÉTAILS DU VOYAGE

• JOUR 1 : 06/05 - Pirée (Athènes), Grèce Embarquement avant 13h00

• JOUR 2 : 07/05 - Thessalonique, Grèce 10h00 - 19h00

• JOUR 3 : 08/06 - Kusadasi, Turquie 13h00 - 21h00

• JOUR 4 : 09/05 - Rhodes, Grèce 09h00 - 18h00

• JOUR 5 : 10/05 - Heraklion, Grèce/Crète 07h00 - 12h00 - Santorin, Grèce 16h30 - /

• JOUR 6 : 11/05 - Santorin, Grèce / - 02h00 - Mykonos, Grèce 08h00 - 02h00

• JOUR 7 : 12/05 - Mykonos, Grèce / - 02h00 - Milos, Grèce 09h00 - 19h00

• JOUR 8 : 13/05 - Pirée (Athènes), Grèce 07h00 - / -

## STUDIO LADBROKES.BE

Nouvelle année rime avec nouveaux projets !

Et cette année, nous avons un projet de taille à vous présenter dans les bureaux de Ladbrokes.be.

En effet, Ladbrokes.be a inauguré son tout nouveau studio au sein même de son siège à Bruxelles.

Ladbrokes.be avait déjà lancé sa chaîne Twitch en 2019 avec succès et espère attirer encore plus de viewers avec son nouveau décor.

Mais attention, le studio ne sera pas utilisé uniquement pour ce projet. En plus des tournages pour les nombreux posts pour ses réseaux sociaux, Ladbrokes.be met également ses studios à disposition de divers intervenants : une émission foot «Le foot différemment», une émission sur la nutrition sportive «Les sportifs vous régaleront», un storytelling de sportifs et de leurs vies privées mêlées au sport, ou encore une émission sur le foot bruxellois mettant des supporters en avant. De quoi sustenter tous les goûts et de vous faire découvrir leurs nouvelles installations !

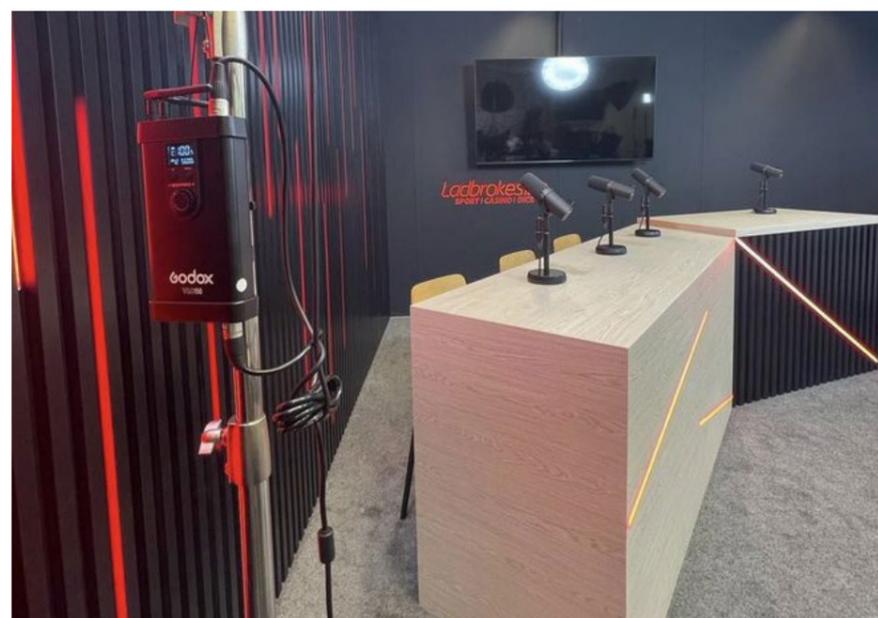
Retrouvez les chaînes de Ladbrokes TV sur Youtube et Twitch :



<https://www.youtube.com/@LadbrokesTV>



<https://www.twitch.tv/ladbrokestv>



# CALENDRIER DES ÉVÈNEMENTS SPORTIFS

Février 2023 :

DATE	SPORT	EVENEMENT	LIEU
01 (au 11)	FOOTBALL	COUPE DU MONDE DES CLUBS	MAROC
04 ( et 5)	CYCLO CROSS	CHAMPIONNATS DU MONDE	PAYS BAS
04 (au 18)	RUGBY	TOURNOI DES SIX NATIONS	DIVERS
06 (au 19)	SKI ALPIN	CHAMPIONNATS DU MONDE	FRANCE
08 (au19)	BIATLON	CHAMPIONNATS DU MONDE	ALLEMAGNE
12	FOOT AMERICAIN	SUPER BOWL	USA
15	FOOTBALL	LIGUE CHAMPIONS BRUGES - BENFICA	BELGIQUE
17	BASKET	ALL STAR GAME NBA	USA
18	CROSS COUNTRY	CHAMPIONNATS DU MONDE	AUSTRALIE
21 ( au 5)	SKI NORDIQUE	CHAMPIONNATS DU MONDE	SLOVENIE
25	CYCLISME	CIRCUIT HET NIEUWSBLAD	BELGIQUE

Mars 2023 :

DATE	SPORT	EVENEMENT	LIEU
02 (au 5)	ATHLETISME	CHAMPIONNATS EUROPE EN SALLE	TURQUIE
05	FORMULE 1	GRAND PRIX DE BAHREIN	BAHREIN
05 (au12)	CYCLISME	PARIS NICE	FRANCE
07	FOOTBALL	LIGUE DES CHAMPIONS BENFICA - BRUGES	PORTUGAL
11 (au12)	BASKET-BALL	LES FINALES DE LA COUPE DE BELGIQUE	BELGIQUE
18	CYCLISME	MILAN SAN REMO	ITALIE
20 (au 26)	PATINAGE ARTISTIQUE	CHAMPIONNATS DU MONDE	JAPON
22	CYCLISME	MINERVA CLASSIC BRUGES - LA PANNE	BELGIQUE
24	FOOTBALL	MATCH QUALIFICATION EURO 2024 - SUEDE - BEL	SUEDE
26	MOTOGP	GP PORTUGAL	PORTUGAL
26	CYCLISME	GAND - WEVELGEM	BELGIQUE
29	CYCLISME	A TRAVERS LA FLANDRE	BELGIQUE



## PROJECTEUR

Milan-San Remo (Source : Wikipedia)

Milan-San Remo est une course cycliste sur route italienne qui se déroule entre Milan et San Remo, en Italie nord-occidentale.

Avec une distance totale de 298 km, elle est la plus longue course professionnelle d'un jour dans le cyclisme moderne. Elle est la première classique de la saison, ayant traditionnellement lieu le troisième samedi de mars. La première édition a eu lieu en 1907.

Milan-San Remo est considéré comme l'un des cinq Monuments du cyclisme.

Le coureur le plus titré est le Belge Eddy Merckx avec sept victoires. L'Italien Costante Girardengo détient le record de onze podiums pendant l'entre-deux-guerres, remportant la course à six reprises. Dans l'époque mo-

derne, l'Allemand Erik Zabel s'est imposé quatre fois et l'Espagnol Oscar Freire trois fois.

Milan-San Remo est considéré comme une course pour sprinteurs en raison de son parcours principalement plat.

Elle est souvent opposée au Tour de Lombardie, l'autre classique italienne, qui se déroule en automne et est considéré comme une course pour grimpeurs.

L'Italie a gagné cette course 56 fois mais la Belgique est en seconde position avec 22 victoires devant la France 14 victoires.

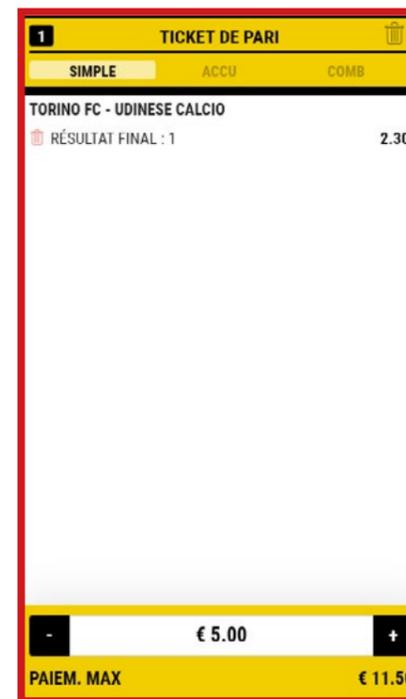
Sur la borne Ladbrokes vous pourrez bien sûr miser sur votre favori.

Notez la date : le samedi 18 mars 2023.

## FOOTBALL LES MODES DE JEU

### 1 - LE PARI SIMPLE

Les matchs sont considérés INDIVIDUELLEMENT (1 résultat correct suffit pour gagner)



### 2 - ACCUMULATEUR

Les matchs sont considérés ensemble (une seule combinaison)

Tous les résultats doivent être corrects pour gagner.

Le gain est égal à la multiplication des rapports x la mise de base. La mise de base sélectionnée étant de 2 € minimum.



### 3 - COMBINAISONS (JOKER)

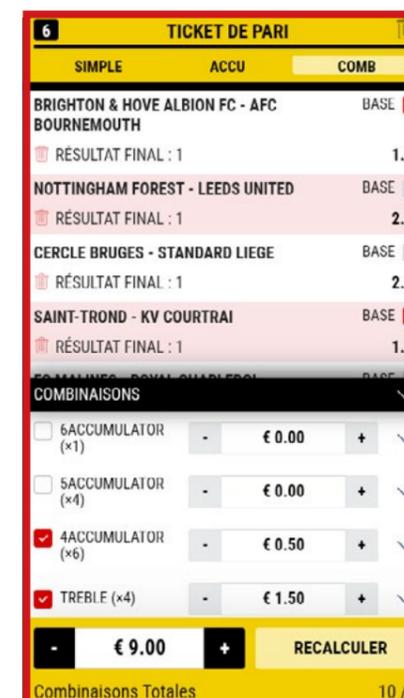
Vous prenez un ou plusieurs « jokers » ce sont des droits à l'erreur

- **DOUBLE** : 2 résultats corrects suffisent pour gagner
- **TREBLE** : 3 résultats corrects suffisent pour gagner
- **4, 5, 6, ...** : 4, 5, 6, ... résultats corrects suffisent pour gagner

### 4 - COMBINAISONS AVEC BASE(S) OU CERTITUDE(S)

Vous sélectionnez plusieurs matchs et déterminez comme base(s), en cochant le mot sur celui ou ceux dont vous ne doutez pas du résultat.

En effet, le résultat d'un match de base doit être correct.



## LADBROKES FOUNDATION GIVE&TAKE ET ONE+1 TO 2024

Tout au long de cette nouvelle année, nous allons mettre un focus sur des ambassadeur.ses de la Fondation attachés à de belles valeurs qui vont raconter leur histoire inspirante et captivante et nous partager cette fois-ci une recette ... alléchante.

### D'ANCIEN CYCLISTE PROFESSIONNEL À DIÉTÉTICIEN SPORTIF: HUGO DE WINTER

« Je m'appelle Hugo, j'ai 26 ans, je suis originaire de Binche. Cela fait maintenant plus de deux ans que je suis diététicien-nutritionniste à la Fondation Ladbrokes. J'ai démarré dans la vie professionnelle à l'âge de 18 ans en tant que cycliste avec à la clé, un contrat de sportif de haut niveau au sein de l'Adeps durant 3 ans.

À la suite de quelques blessures, j'ai commencé un bachelier en diététique, c'est dans le cadre de la réalisa-

tion de mon travail de fin d'étude, que j'ai rencontré Jean-François et Lili. Ce premier projet dans l'esprit #Give&Take était destiné à organiser une éducation nutritionnelle pour des jeunes athlètes de différents sports soutenus par la Fondation Ladbrokes. Celui-ci fut le point de départ d'une collaboration sincère et de bien d'autres moments de partage... Sur ma lancée et avec le soutien de la Fondation, j'ai d'ailleurs suivi une spécialisation en diététique du sport.

**Le rôle de la Fondation est de sensibiliser les athlètes à développer des compétences parallèles qui ne sont parfois pas directement liées au sport.**

Cela permet de les faire grandir en tant qu'humains et citoyens et souvent de les rendre plus forts dans leur discipline sportive et dans la vie en société. J'interviens dans ce but, en les sensibilisant à adopter une bonne hygiène de vie, en passant, par exemple, par la qualité du sommeil et de ce qui se trouve dans l'assiette... Cela se traduit en pratique par la réalisation d'entre-

tiens individuels, par des ateliers de groupe, par le soutien et l'encouragement lors de certains entraînements ou compétitions.

**Je m'investis aussi volontiers dans des activités liant le personnel de Ladbrokes et de la Fondation, dans l'objectif de créer un véritable lien entre les deux entités. (opération Thermos, 20 km de Bruxelles avec Tous à bord etc.)**

Je donne également des consultations diététiques dans deux centres pluridisciplinaires dont « Ulteam » à Binche dans lequel j'organise également des sorties de vélo et pratique de la course à pied.

Enfin, j'assume le rôle de diététicien consultant dans l'émission « La Cantine des sportifs » sur Antenne Centre Télévision.

Je vous invite à me suivre sur les réseaux sociaux et d'y d'apprécier quelques recettes et conseils diététiquement corrects. »



Apports pour une portion :  
Kcal = 556  
Protéines = 28 g  
Lipides = 10 g  
Glucides = 90 g

## SPAGHETTI BOLOGNAISE

Découvrez une variante du traditionnel spaghetti bolo ! De quoi mieux affronter la fin de l'hiver !

Les 3 avantages de cette recette version « végétale » :

1/ Fait davantage place aux légumes, toujours aussi importants pour l'apport en vitamines, minéraux et fibres.

2/ Apporte des protéines végétales, intéressantes pour varier son régime alimentaire et limiter ses apports en protéines animales, au moins une fois sur la semaine.

3/ L'apport limité en matières grasses, dont les acides gras saturés.

### INGRÉDIENTS (POUR 6 PERSONNES) :

- 400 g de spaghettis complets
- 300 g de lentilles vertes
- 4 carottes
- 3 branches de céleri vert
- 1 oignons
- 1 éclat ail
- 800 g de tomates pelées (boîte)
- 70 g de concentré de tomates

- 3 cuillères à soupe d'huile d'olive
- 600 ml de bouillon aux fines herbes = 1 cube dissous dans 600 ml d'eau très chaude
- 1 cuillère à soupe d'origan séché et basilic

- Sel et poivre
- Parmesan râpé

### PRÉPARATION :

• Faites tremper les lentilles dans l'eau tiède et rincez-les.

• Hachez l'oignon, coupez les carottes en rondelles et les branches de céleri en petits morceaux.

• Faites revenir l'oignon haché dans une grande casserole, dans 3 c. à soupe d'huile d'olive bien chaude.

• Ajoutez les carottes et le céleri émincés.

• Faites cuire pendant 5 min à feu doux et à couvert.

• Ajoutez les tomates pelées écrasées, les lentilles, le concentré de tomates, le bouillon aux fines herbes, 1 c. à café d'origan et de basilic, du sel et du poivre.

• Portez à ébullition et faites cuire pendant ± 1 h, à feu doux et à couvert. Remuez de temps en temps. Ajoutez l'éclat d'ail pressé en fin de cuisson.

• Entre-temps, faites cuire les pâtes dans une grande quantité d'eau bouillante légèrement salée. Egouttez-les et versez-y un fin filet d'huile d'olive au basilic.



Hugo De Winter



Atelier culinaire. L'importance de l'alimentation chez les jeunes sportifs



Chandeleur avec le personnel de Ladbrokes

Jean-François Lenvain / Lili Lee  
www.ladbrokesfoundation.be  
0475 355 811  
Suivez nous sur Facebook et Instagram

# Ladbrokes.be

SPORT | CASINO | DICE

## DYNAMISE TON COMMERCE

AVEC LE PROGRAMME DE COMMISSIONS  
LE PLUS AVANTAGEUX SUR LE MARCHÉ.

Ladbrokes.be  
SPORT | CASINO | DICE

**BET 5€  
GET 30€**

16/02/2023 - 18:45  
**GAGNE 30€**  
EXTRA CASH SI  
BARCELONE MARQUE!  
\*NOUVEAUX CLIENTS SEULEMENT

BARCELONA MAN UNITED

18+ JOUEZ AVEC MODÉRATION

Ladbrokes.be

Scan

**PATRICK VAN GOMPEL :**

**0479 84 05 07**

**[patrick.vangompel@entaingroup.com](mailto:patrick.vangompel@entaingroup.com)**