

# Qui est Sophie Adenot ?

- ✎ L'une des premières femmes pilotes d'essai d'hélicoptère en France.
- ✎ Depuis février 2026, elle participe à une mission à bord de la **Station spatiale internationale**.



**« La Terre est tellement belle vue d'en haut, et on ne voit littéralement aucune ligne, aucune frontière. »**

✈ Sophie Adenot naît le 5 juillet 1982 à Cosne-Cours-sur-Loire, dans la Nièvre. Passionnée très jeune par l'espace, elle intègre l'ISAE-SUPAERO à Toulouse, où elle obtient en 2003 un diplôme d'ingénieur. Elle poursuit sa formation aux États-Unis, où elle obtient un master sur les facteurs humains dans les systèmes aéronautiques et spatiaux.

✈ Après ses études, Sophie Adenot travaille comme ingénieure chez Airbus Helicopters avant de rejoindre l'Armée de l'Air. Elle participe à des missions de recherche et de sauvetage et devient commandant de bord dans l'escadron chargé du transport des autorités gouvernementales. En 2018, elle obtient le diplôme de pilote d'essai au Royaume-Uni et devient l'une des premières femmes pilotes d'essai sur hélicoptères en France.

✈ En novembre 2022, Sophie Adenot est sélectionnée comme astronaute de carrière par l'Agence spatiale européenne. Elle est choisie pour participer à une mission de longue durée à bord de la Station spatiale internationale. Le 13 février 2026, elle décolle depuis Cap Canaveral, en Floride, pour rejoindre l'ISS avec l'équipage Crew-12 et participer à des expériences pour la santé, la physique et l'observation de la Terre.

🌍 Deuxième femme française à partir dans l'espace après Claudie Haigneré, Sophie Adenot incarne une génération d'astronautes engagés dans la coopération internationale. Elle s'implique dans la vulgarisation scientifique et dans la promotion des carrières auprès des jeunes, notamment des filles, dans des domaines encore largement masculins.

Instagram : @soph\_astro