

paraplégie

Revue de l'Association des bienfaiteurs de la Fondation suisse pour paraplégiques

Septembre 2011 / n° 127



Avec force et cervelle

Euro de rugby : les ambitions de Cornel Sonderer et des Suisses

AI : et maintenant ? | Construire sans obstacles | Une journée avec Beate Kellermann



Pourrai-je encore financer mes loisirs après ma retraite?



Pas d'examen de santé

Oui, tout simplement.
Grâce à la solution de prévoyance sûre avec capital garanti.

Vos avantages :

- Pas d'examen de santé
- Garantie d'acceptation pour les nouveaux clients
- Capital garanti en cas de vie ou de décès
- Libre choix des bénéficiaires
- Placement d'épargne assorti de privilèges fiscaux



Commandez une offre personnelle

Oui, je souhaite recevoir une offre sans engagement pour PRIVILÈGE.

Prime mensuelle souhaitée:

CHF 100.- CHF 150.- CHF 200.- CHF 500.-
 autre prime mensuelle CHF _____ (min. CHF 80.-)

Mode de paiement souhaité:

mensuel trimestriel semestriel annuel

Durée d'assurance souhaitée:

_____ ans ou jusqu'à mon 85^e anniversaire
(durée: min. 10 ans, max. 20 ans, âge terme max. 85 ans)

 **GENERALI**

Simplement

Monsieur Madame

Nom/Prénom: _____

Rue/n: _____

NPA/localité: _____

Date de naissance: _____ (jour/mois/année)

Profession: _____

Nationalité: _____ Permis de séjour: B C

Tél.: P: _____ Tél. G.: _____

E-mail: _____

Envoyez ce coupon aujourd'hui encore à: GENERALI Direct, Case postale 1038, 8134 Adliswil 1, ou au numéro de fax gratuit 0800 888 020.
Date limite d'envoi: 31 octobre 2011. Info gratuite 0800 881 882, www.generali.ch/privilege

Chères Bienfaitrices, chers Bienfaiteurs,

Dans la rééducation intégrale de personnes atteintes de paralysie médullaire, l'activité physique occupe depuis toujours une place constante – et revêt une grande importance. C'est pourquoi est née en 1980 l'Association suisse des paraplégiques. Son département « Sport suisse en fauteuil roulant » propose une offre moderne de sport d'élite et de masse. Elle est soutenue dans ses efforts par la Fondation suisse pour paraplégiques, également commanditaire principale de Swiss Paralympic et fournisseuse, à Nottwil, des installations et des services les plus modernes. Le centre sportif reconnu par la Confédération comporte des installations d'entraînement et de compétition couvertes et en plein air. Tous les athlètes ont en outre accès à l'offre de la Médecine du sport de Nottwil-Lucerne, qui bénéficie depuis 2007 du label de qualité « Swiss Olympic Medical Center » et dispose même d'un caisson d'altitude.

L'organisation de compétitions internationales fait également partie de l'engagement multiple du Groupe suisse des paraplégiques en faveur du sport. La prochaine grande manifestation est le championnat d'Europe de rugby en fauteuil roulant, qui verra s'affronter, à partir du 2 octobre, des équipes de 12 pays. Et « s'affronter » est bien le mot qui convient, car même en fauteuil roulant, le rugby est un jeu dur, combatif et spectaculaire, qui ne fait pas de cadeaux à l'adversaire. Et surtout pas quand il s'agit des quelques places aux Paralympics de 2012, à Londres.

Cependant, en dépit des ambitions de certains, le sens profond de l'activité sportive ne consiste pas en une course aux performances, aux records ou aux médailles. Pour l'individu, l'atteinte d'objectifs personnels occupe bien plutôt l'avant-plan : fitness, motivation par les progrès, gain d'énergie vitale et d'équilibre intérieur, ainsi qu'intégration sociale.



Heinz Frei
Président de l'Association des bienfaiteurs

ACHEVÉ D'IMPRIMER : Paraplégie. Revue de l'Association des bienfaiteurs de la Fondation suisse pour paraplégiques, www.paraplegie.ch | 32^{ème} année. **Édition** : septembre 2011/n° 127 | **Parution** : trimestrielle, en allemand, français et italien | **Tirage total** : 1'011'000 exemplaires | **Tirage français** : 81'000 exemplaires | **Copyright** : publication de textes, sous réserve de l'autorisation de l'éditrice et de la rédaction.

Éditrice : Association des bienfaiteurs de la Fondation suisse pour paraplégiques, 6207 Nottwil, sps@paraplegie.ch
Responsable : Fondation suisse pour paraplégiques, communication d'entreprise, 6207 Nottwil | **Rédaction** : Roland Spengler (direction), Christine Zwygart. Images : Walter Eggenberger, Astrid Zimmermann-Boog. Traduction : Liana Maman, Michelle Plavsic-König, Herrliberg, redaktion@paraplegie.ch | **Layout** : Regina Lips, Karin Distel
Annances : Fachmedien Axel Springer Schweiz AG, 8021 Zurich, info@fachmedien.ch | **Préresse/Impression** : Swissprinters AG, 4800 Zofingen.



La Mobilité à un nom

1510 Moudon: 021 905 48 00
 6962 Viganello: 091 972 36 28
 8707 Uetikon: 044 920 05 04



HERAG AG

Monte-Escaliers
 STANNAH
 Tramstrasse 46
 8707 Uetikon am See
 Mail: info@herag.ch
 www.herag.ch



Envoyez, s.v.p., une documentation
 à l'adresse suivante

Nom _____
 Rue _____
 NPA _____
 Lieu _____
 Téléphone _____

LE TRIPLE

Nouveauté

Le fauteuil parfait pour toute la journée!

- Fauteuil roulant
- Fauteuil à propulsion au pied
- Chaise de travail
- Réglage électrique de la hauteur du siège jusqu'à 74 cm

Il vous assure une grande mobilité et indépendance à votre domicile et sur votre lieu de travail. Sûr et confortable.



N'hésitez pas
à essayer LE TRIPLE.

Nous nous ferons
un plaisir de vous
indiquer un revendeur
près de chez vous.

Tél. 044 872 97 79

PROMEFA AG
 Kasernenstrasse 3A
 8184 Bachenbühlach

Tél. 044 872 97 79
 promefa@promefa.ch
 www.promefa.ch

PROMEFA®

J'utilise les serviettes hygiéniques de ma femme.

Pour les fuites urinaires, il y a une protection
adaptée à chacun. Même aux hommes.

Commandez aujourd'hui
votre trousse d'échantillons gratuite!

Remplir le talon, le découper et le renvoyer à Publicare.

Je commande, gratuitement et dans un emballage discret:

- la trousse d'échantillons pour hommes.
- la trousse d'échantillons pour femmes.
- Je souhaite une consultation téléphonique sans engagement. Appelez-moi.

Nom _____

Prénom _____

Rue _____

NPA|Localité _____

Téléphone _____

publicare

Publicare AG | Täfernstrasse 20 | 5405 Dättwil
 Téléphone 056 484 10 00 | www.publicare.ch





6 ACTUALITÉ

Des passionnés d'aviation en fauteuil roulant ont décollé de Epagny FR.



10 CORNEL SONDERER

Le Thurgovien de 42 ans raffole de rugby en fauteuil roulant. Avec l'équipe nationale suisse, il se prépare maintenant à l'Euro, à Nottwil.



14 CONSTRUIRE SANS OBSTACLES

La rééducation intégrale de personnes paralysées médullaires a pour but de leur rendre la plus grande autonomie et indépendance possibles au quotidien. Mais cela ne peut réussir que si les intéressés ont un libre accès – entre autres aux installations et bâtiments publics. Y jouent un rôle important des détails apparemment anodins, recelant encore un potentiel d'amélioration.

20 YVES ROSSIER

Le directeur de l'Office fédéral des assurances sociales est chargé d'assainir l'AI. Comment et par quels moyens, c'est le sujet de l'interview.



26 CONSEILS POUR VIVRE EN FAUTEUIL ROULANT

Une paralysie médullaire change tout dans la vie. Les blessés de frais reçoivent aide et soutien des conseillers de vie de l'ASP.



32 MA JOURNÉE EN FAUTEUIL ROULANT

Danser en fauteuil roulant – est-ce possible ? Mais oui ! Avec ses « Roll'n'Go Dancers », Beate Kellermann s'entraîne aux danses latines et standard.

34 FINALE

Kurt Aeschbacher sur les découvertes qu'apportent de vieux murs et jardins.

Le rêve de voler

40 personnes en fauteuil roulant du monde entier se sont retrouvées pour la quatrième fois à l'aérodrome de Epagny FR, pour partager une passion : voler – malgré leur handicap. Les pilotes australiens, néo-zélandais, américains, canadiens, sud-africains, britanniques, belges, français, italiens, allemands, suédois et suisses ont saisi l'occasion d'échanger des expériences et de découvrir les exigences particulières de l'aviation en montagne. Le président d'honneur de la manifestation « Handiflight » était Brian Jones, le premier homme à avoir fait le tour de la terre en ballon avec Bertrand Piccard, en 1999. Et les quelque 150 visiteurs comprenaient entre autres les candidates à l'élection Miss Handicap 2011.

Photo : Franziska Neuhaus



Affaire de cœur

Dans le cadre du 11^e congrès eHealthCare.ch (20 – 22 septembre), au CSP de Nottwil, se tiendra, pour la première fois, le 20 septembre, une manifestation publique. La clinique cardiologique de l'Hôpital universitaire de Zurich et la Fondation suisse de cardiologie y montreront comment éviter les infarctus du myocarde, les traiter de nos jours et comment la vie vaut encore la peine d'être vécue après une intervention réussie. La manifestation se déroule sous le patronage de la Direction de la santé du canton de Lucerne. Au Swiss eHealth Village, les visiteurs peuvent vivre de près les différentes stations d'un infarctus. De plus, des spécialistes confirmés feront des conférences. Le programme est dédoublé et commence à 10 et à 14 heures. L'entrée est libre. Pour de plus amples informations : www.ehealthcare.ch.



Sécurité accrue

Sur l'aire du CSP de Nottwil fonctionnent depuis peu une webcam et une station météorologique. Les nouvelles installations augmentent la sécurité à l'atterrissage et au décollage d'hélicoptères de la Rega, qui amènent les patients à la clinique spécialisée pour paralysés médullaires. Plus d'informations spécifiques sur la situation au sol aident beaucoup les pilotes. Dans un avenir proche, il est aussi envisageable de recourir à des systèmes de navigation par satellites, pour assurer le transport d'accidentés vers Nottwil même dans de mauvaises conditions météorologiques. Après des tests réussis de la Rega, l'Office fédéral de l'aviation civile (OFAC) a autorisé cette procédure d'approche pour l'Hôpital de l'île de Berne. D'autres importants centres de soins suivront.

Lit de soins d'un genre nouveau

Le Suisse Michael Sauter a mis au point un lit de soins – déjà primé de nombreuses fois –, qui imite les mouvements d'une personne valide pendant le sommeil. Cela évite les escarres aux patients – un problème qui affecte le troisième âge, mais aussi les paralysés médullaires. Le changement de position automatique est assuré par un matelas spécial et un sommier à lattes souple ; le personnel soignant s'en trouve soulagé. Le lit « intelligent » a été testé entre autres au Centre suisse des paraplégiques de Nottwil. Des investisseurs permettent désormais à l'entreprise de Michael Sauter, « compliant concept », de lancer le premier produit sur le marché à fin 2011.

Ailleurs aussi, le bien-être de paralysés médullaires fait l'objet de recherches. Des scientifiques allemands travaillent à des fauteuils roulants commandés par la musculature des oreilles. La Clinique Helios de Zihlschlacht TG participe au projet international « Artic » (Advanced Robotic Therapy Integrated Centers). Le but est de réunir des établissements du monde entier, qui améliorent les techniques de rééducation commandées par ordinateur et en optimisent l'usage clinique. Le Japon a mis au point un robot-squelette qui doit aider les paralysés médullaires à marcher. Et aux États-Unis, des chercheurs stimulent la moelle épinière par des courants électriques ciblés – un homme paralysé depuis la nuque a pu marcher et se tenir debout quelques minutes.

Dans le mille pour Horner



Photo : André Gegg

Il était déjà le meilleur d'Europe – désormais Philippe Horner porte aussi le titre de champion du monde : au Mondial Para de tir à l'arc de Turin (Italie), le Suisse s'est imposé dans la catégorie « Compound ». Il a emporté souverainement la qualification et a fait aussi la décision dans le duel final, extrêmement palpitant, contre le Britannique John Stephen Stubbs, par 6:4.

Agenda 2011

2 – 4 septembre

Championnats suisses de tennis en fauteuil roulant
Wohlen AG

5 – 12 septembre

Championnats du monde de Handbike
Roskilde (Danemark)

6 – 18 septembre

Championnat d'Europe de basket en fauteuil roulant
Division A
Nazareth (Israël)

9 septembre

3^e Swiss Handbike Day
CSP de Nottwil

14 septembre

Lecture de l'écrivain zurichois Urs Faes
Bibliothèque du GZI de Nottwil

17 septembre

Fête centrale de l'Association suisse des paraplégiques
CSP de Nottwil

20 – 22 septembre

Congrès eHealthcare
GZI Nottwil

25 septembre

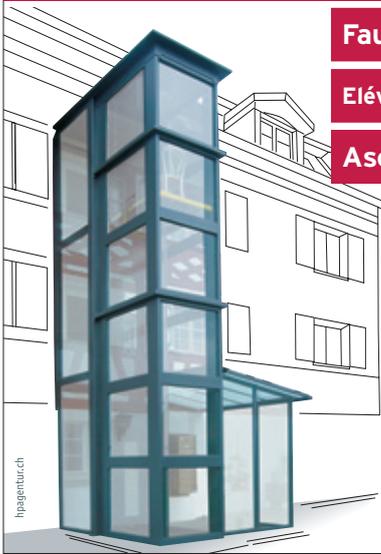
Marathon international en fauteuil roulant
Berlin (Allemagne)

2 – 9 octobre

Championnat d'Europe de rugby en fauteuil roulant
CSP de Nottwil



Monte-escaliers



Fauteils élévateurs

Elévateurs pour fauteuil roulant

Ascenseurs vertical

Pour plus d'informations:
www.hoegglift.ch

HÖGG

LIFTSYSTEME

HÖGG Liftsysteme AG
CH-9620 Lichtensteig
Téléphone 071 987 66 80

La mobilité, c'est la qualité de vie



- Tout de première main**
- Technique orthopédique
 - Technique rééducative
 - Vente et service du fauteuil roulant
 - Transformation de véhicules
 - Articles pour l'incontinence

Nous nous ferons un plaisir de vous conseiller.

Orthotec AG | Guido A. Zäch Strasse 1 | CH-6207 Nottwil | T +41 41 939 56 06 | F +41 41 939 56 40
info@orthotec.ch | www.orthotec.ch



Av. du Simplon 36D Tél. 076 363 35 70
Case Postale 65 Fax 024 471 16 28
1870 Monthey www.soutra.ch

Pour une solution adaptée à vos besoins



Monte-chaise, plateforme, ascenseur sur mesure
Offre sans engagement et devis gratuit

Courbatures et mal de dos?

Et si vous aviez votre propre masseur personnel?

Depuis l'aube des temps, le massage est prisé par les hommes comme une méthode de soin très efficace. Qui s'en étonnera. Les techniques de massage permettent d'assouplir la musculature et de stimuler l'irrigation sanguine. Les douleurs qui résultent d'efforts excessifs ou de mauvaises positions peuvent être soulagées grâce à un massage dorsal. Un massage optimise le bien-être physique et mental. Un Massage peut augmenter la qualité de vie d'une personne et renforcer durablement son état de santé mental et corporel.

Le nouveau siège masseur multifonctions de SmartQ® associe techniques de pointe et savoir-faire traditionnel pour le plus grand bonheur de ses utilisateurs qui ne cessent d'en faire l'éloge. Il utilise une technologie de pointe spécialement mise au point et présente seulement dans les lourds fauteuils de massage. A la place de la rotation habituelle de boules qui montent simplement le long de votre dos, cet appareil offre un système dual d'axes de pression qui ondule de façon symétrique et antagonique, simulant ainsi, en 3-D, idéalement les mouvements des mains et des doigts d'un masseur professionnel. La sélection et la combinaison innovante de techniques de massage par vibration, roulement, swing et pétrissage garantissent une expérience des plus agréables.

La pression différenciée le long des méridiens et de la colonne vertébrale aide à dissoudre les blocages énergétiques, à calmer les nerfs et à stimuler la circulation sanguine. Le massage par pétrissage (Shiatsu) assure un massage en profondeur et stimule et renforce les muscles. Le massage par roulement est une technique particulièrement douce et agréable qui stimule la circulation sanguine et le drainage lymphatique. Les vibrations aident à soulager les crampes musculaires et permettent une détente psychique.

Par le biais de la télécommande, les têtes de massage peuvent être naviguées individuellement vers la zone problématique. De même, la répartition des points de pression le long de la colonne vertébrale peut être définie très précisément selon les besoins individuels grâce au réglage variable des largeurs. Plus long de 8cm, le massage permet d'atteindre les épaules. Le nouveau siège de massage SmartQ® relax premium 4 en 1 convainc sur beaucoup de plans et peut être commandé en Suisse exclusivement auprès de SwissQualified SA et nouvellement chez votre droguiste. Garantie 2 ans. Par commande directe (téléphone, coupon ou internet), il vous sera livré par la poste et peut être testé pendant 8 jours sans aucun engagement de votre part.



Nouveau:
Plus d'effets en profondeur grâce à la chaleur infrarouge

- Massage Shiatsu (par pétrissage)
- Massage par roulement
- Swing-Massage
- Fonction chauffante
- Massage par vibration

SMARTQ®



Offres spéciales
pour les lectrices et les lecteurs du magazine **PARAPLÉGIE** à un **prix avantageux de 249.- CHF** au lieu de 448.- CHF.

www.sq24.ch **SWISS QUALIFIED**

Je commande avec un droit de renvoi dans les 8 jours L54-IPP-54

Article: Chaise de massage SmartQ 4 en 1 pour 249.-/pièce	Article-No.: 21-015-54	Quantité:
Nom/Prénom:		
Adresse:		
NPA/Lieu:	Téléphone:	
Signature:		

Expédition à: SwissQualified AG, Postfach, 9029 St. Gallen
Téléphone: 0848 000 201, Fax: 0848 000 202, www.sq24.ch

Quelques noms

Roger Getzmann a été nommé par l'International Paralympic Committee (IPC) « IPC Athletics STC Head of Competition ». À ce titre, le responsable du sport d'élite du Sport suisse en fauteuil roulant (SSFR) assumera pour quatre ans la charge technique de toutes les compétitions d'athlétisme importantes du sport handicap.

Hans Frei est le nouveau président central de l'organisation de handicapés « Procap ». Le St-Gallois de 56 ans vit depuis 30 ans dans un fauteuil roulant et travaille aujourd'hui comme juriste à Altstätten SG. Il remplace Walter Kälin, qui a dirigé l'association pendant 23 ans.

Ernst Strähl a pris place au Conseil de fondation de Swiss Paralympic. L'ex-conseiller en sport des anciens conseillers fédéraux Adolf Ogi et Samuel Schmid a remplacé Kannarath Meystre.

Åke Björck est le nouveau coach national de l'équipe suisse de basket en fauteuil roulant. De l'engagement du Suédois expérimenté et couronné de succès, on espère une préparation optimale de l'équipe à l'Euro A, en septembre.

Markus Pfisterer, juriste et organisateur sportif en fauteuil roulant, occupe depuis quelques mois le poste de directeur de Swiss Cycling. Le quadragénaire argovien était lui-même coureur cycliste d'élite avant une paralysie médullaire consécutive à un accident, en 1999.

Sport, jeu et plaisir pour les personnes en fauteuil roulant

Intégrer au lieu d'exclure – grâce à la construction sans obstacles, les personnes en fauteuil roulant peuvent assister à de plus en plus de manifestations et vivre de plus en plus de rencontres. C'est ainsi que, cet été, s'est tenue à Amriswil TG la première course d'orientation en fauteuil roulant de Suisse. Pour le tour de la petite ville, les organisateurs ont dû prendre quelques considérations : les fauteuils roulants ne peuvent franchir de trop grandes montées, une route à travers champs est impossible et les bordures de trottoir élevées représentent un obstacle.

Les compagnies de navigation se sont aussi équipées. C'est ainsi que le « Stadt Thun », sur le lac de Thoue, dispose d'un ascenseur qui peut amener les fauteuils roulants sur le pont supérieur. Le bateau « Petersinsel », sur le lac de Bienne, a désormais un monte-escalier pour le pont principal et le lac des Quatre-Cantons propose un système d'information pour les personnes atteintes d'un handicap physique. Et les jeunes ne sont pas oubliés : l'ancien conseiller fédéral Samuel Schmid a inauguré à Unterwasser SG le premier terrain de jeu adapté aux handicapés, qui permet l'accès à tous les agrès sans obstacles – pratique aussi pour les parents avec des poussettes ou les grands-parents à mobilité réduite. Et pour que les personnes en fauteuil puissent rouler, l'été, dans les bains ouverts, l'organisation de handicapés « Procap » a testé 300 piscines en plein air de toute la Suisse. Résultats sur www.goswim.ch.

CO en fauteuil.
Patricia Guerrin a participé à la première CO en fauteuil roulant d'Amriswil..



Photo : Daniela Ebinger

Travail primé

Un bon suivi importe énormément pour les paralysés médullaires. Pour que les patients puissent jouir de la meilleure qualité de vie, il faut reconnaître et résoudre à temps les problèmes médicaux. Une équipe de spécialistes, dont des collaborateurs du CSP de Nottwil, a mis au point une sorte de liste de contrôle à cet effet. Elle contient des indications et des trucs sur différents aspects auxquels le contrôle annuel doit veiller particulièrement. Responsable du projet, Regula Spreyermann, spécialiste de médecine interne au Rehab de Bâle, a reçu le prix Ludwig Guttman pour l'ouvrage mentionné. C'est la « Deutschsprachige Medizinische Gesellschaft für Paraplegiologie » qui le décerne pour des travaux scientifiques remarquables.

Attaque. Cornel Sonderer (à g.) attaque son camarade de la Nati Toni Schillig. Les fauteuils de rugby sont des modèles spéciaux et coûtent plus de 10000 francs.



Le doux fonceur

Il mettait tout son cœur à travailler sur le chantier et aimait les excursions à moto – jusqu’à ce qu’un accident transforme Cornel Sonderer en paraplégique. Aujourd’hui, il vit sa passion dans les matches de rugby. Et veut récolter des points en tant qu’attaquant au Championnat d’Europe, à Nottwil.

Texte : Christine Zwygart | Photos : Walter Eggenberger et Astrid Zimmermann-Boog



Préparatifs. Pour se protéger, Cornel se bande les doigts avant le match, met des manchettes, des gaines et, pour finir, des gants de jardinage.



du bras droit, représentant un ballon de rugby enflammé. « Pour être précis, c'est une sorte de ballon de volley. Car, dans nos fauteuils roulants, nous ne pouvons pas très bien faire rebondir l'œuf original du rugby », explique le professionnel. Pour son équipe, il retire les marrons du feu, file à travers le terrain, tête en avant, ballon sur les genoux, vire à 180 degrés pour tromper les opposants, fonce plus loin, toujours en direction du but, entouré d'adversaires tentant de le freiner. Le club se compose pour moitié de joueurs de l'équipe nationale suisse. Le niveau des « serpents combattants » est très élevé, s'enorgueillit Cornel. Lui-même joue aussi pour la Nati, où il porte le numéro 11 : « Un joli chiffre, harmonieux ». Les fonceurs vont bientôt pouvoir faire leurs preuves devant un vaste public : le Championnat d'Europe se tiendra en octobre, à Nottwil. Et le but des Suisses est clair : ils visent la troisième place au moins, afin de se qualifier pour les Paralympics 2012 de Londres.

Toucher de ballon et nostalgie

Cornel Sonderer se rappelle très bien ses premiers essais au rugby, pendant sa rééducation, en 1999. Il était loin de s'emballer : « Je m'intéressais davantage aux courses en fauteuil roulant. Cela aurait mieux convenu à un motocycliste fanatique comme moi. » Mais sa physiothérapeute a encouragé le jeune homme au rugby et le goût lui en est

venu : « Au début, j'avais un énorme respect. Puis, d'un coup, j'y ai pris un formidable plaisir. » Il a cependant évité longtemps les chocs frontaux et des camarades à la paralysie beaucoup plus haute le dépassaient de tous les côtés. « Mais j'ai vite fait des progrès ».

Le natif de Winterthur, qui vit aujourd'hui à Aadorf TG, a toujours eu un bon toucher de ballon. « À l'école, je raffolais du basket et du handball », raconte-t-il. Et le garnement gonflait ses vélomoteurs pour leur faire atteindre 90 kilomètres à l'heure. « J'ai trafiqué toutes sortes de deux-roues », avoue-t-il dans un rire malicieux, qui laisse deviner combien cela lui plaisait. Après l'apprentissage de maçon, le jeune homme a poursuivi sa formation : contremaître, responsable construction et génie civil, puis l'examen d'artificier. « J'ai grimpé les échelons de la carrière. » Aujourd'hui encore, quand il voit travailler les jeunes torse nu, par beau temps, sur les chantiers, la nostalgie le reprend. « Voilà quel aurait été mon monde. » Mais le sort en a décidé autrement.

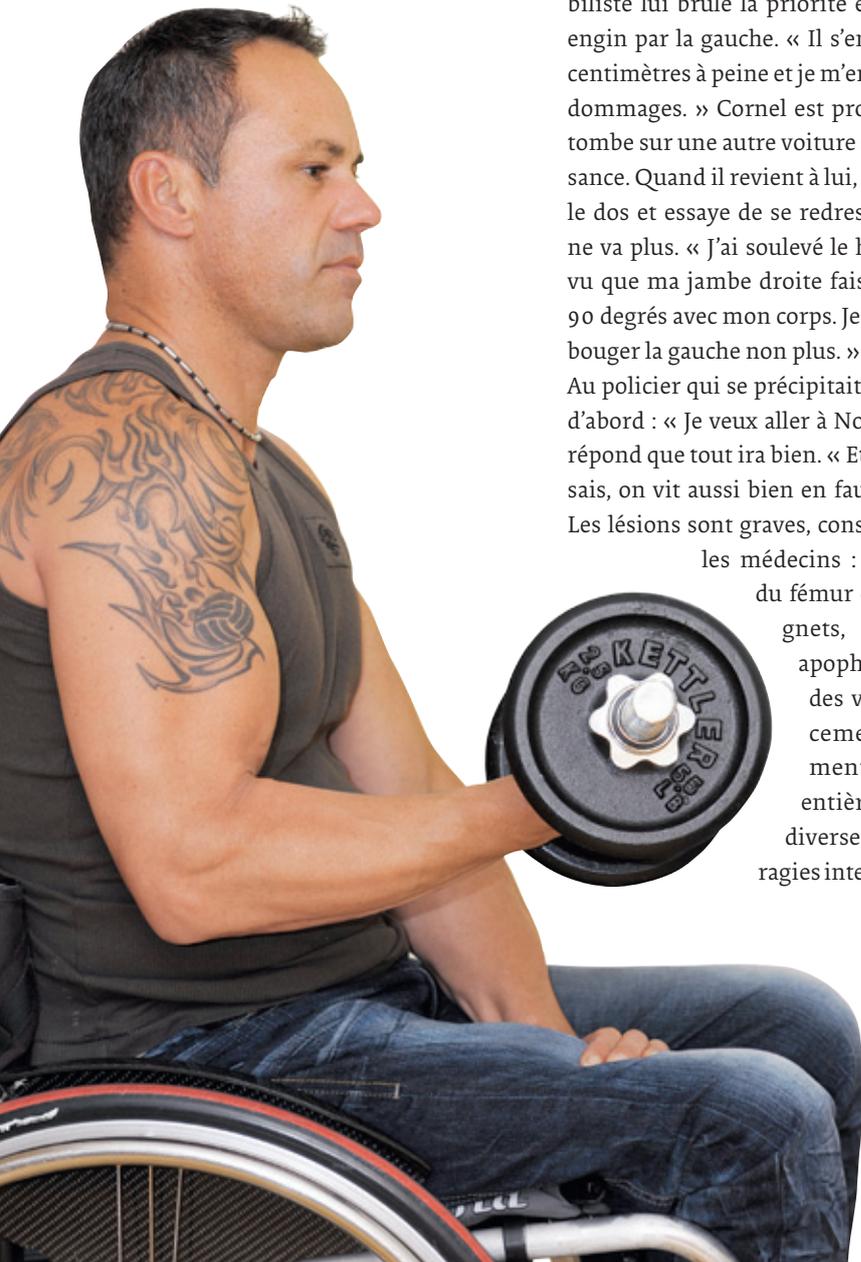
« J'aime la rudesse. »

Le jeu est vigoureux et tactique. Physique et fonceur. Rapide et terriblement bruyant, quand les joueurs de rugby s'élancent dans leurs fauteuils roulants et se percutent. « J'aime cette rudesse et lâche alors le fauve qui est en moi », déclare Cornel Sonderer. Il joue en position d'attaquant et s'entraîne deux fois par semaine avec son équipe – les « Fighting Snakes » – dans la halle de sport du Centre suisse des paraplégiques (CSP) de Nottwil. La marque distinctive du quadragénaire : un tatouage au haut

«Ma vie était près de basculer.»

Entraînement.

Sonderer est au mieux de sa forme. Un ballon de rugby enflammé orne le haut de son bras.



Priorité et voisins

Sur le chantier, Cornel Sonderer avance bien en ce jour de mai 1999. Il rentre plus tôt à la maison, se douche, enfle sa combinaison de moto et veut aller voir un ami. « À six heures vingt, j'ai quitté la maison et sauté sur ma moto. » Il raconte le tout comme si cela datait d'hier. Le voisin est en train de tondre le gazon. « Normalement, je m'arrête pour un brin de causette. Pas cette fois-là. » Il dépasse aussi le magasin de motos d'un ami. « Généralement, je m'y attarde un moment. Pas cette fois-là. » Peu après, le choc. À un carrefour, un automobiliste lui brûle la priorité et emboutit son engin par la gauche. « Il s'en est fallu de 60 centimètres à peine et je m'en serais tiré sans dommages. » Cornel est projeté en l'air, retombe sur une autre voiture et perd connaissance. Quand il revient à lui, il est couché sur le dos et essaye de se redresser – mais rien ne va plus. « J'ai soulevé le haut du corps et vu que ma jambe droite faisait un angle de 90 degrés avec mon corps. Je ne pouvais plus bouger la gauche non plus. »

Au policier qui se précipitait, Cornel dit tout d'abord : « Je veux aller à Nottwil. » Celui-ci répond que tout ira bien. « Et j'ai répliqué : je sais, on vit aussi bien en fauteuil roulant. »

Les lésions sont graves, constatent plus tard

les médecins : fracture du col du fémur et des deux poignets, arrachage des apophyses épineuses des vertèbres, déplacement et écrasement de vertèbres entières, rupture de diverses côtes, hémorragies internes, problèmes

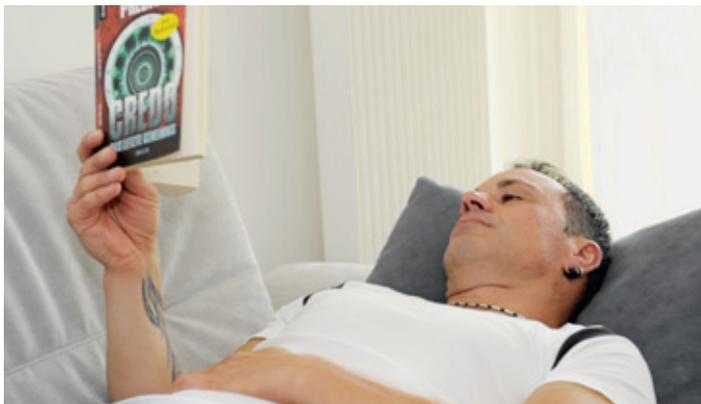
pulmonaires. « Ma vie était près de basculer. » La Rega l'amène au CSP de Nottwil.

Amour et haine

Pendant des années, Cornel Sonderer a fait des courses de motos, parcourant les pistes à 150 kilomètres à l'heure, chutant – sans qu'il se passe rien de grave. « Mes premières semaines à Nottwil ne m'ont guère laissé de souvenir. » Il était plongé dans un coma artificiel et ventilé. Petit à petit, les médecins l'ont rappelé à la vie. « Mais j'étais totalement impuissant, devais être nourri, lavé et habillé. » Peu après, le monde s'est écroulé pour lui, quand il a été acquis qu'il ne marcherait plus jamais. Et la perspective de devoir rester des mois encore au CSP n'améliorait pas la situation. « J'ai quitté mon appartement pour une visite à un ami – et n'y suis plus jamais retourné. »

Une grande aide lui est venue de sa partenaire de l'époque. Tous deux étaient prêts à se marier. La fête était organisée, les vêtements de mariage, achetés, seules les alliances manquaient encore. « Ma grande crainte était que ma fiancée ne veuille plus entendre parler de moi. » C'est une party à tout casser que le couple a donnée quelques mois plus tard. L'apéritif a réuni plus de 100 personnes. Et bien que la relation soit rompue, entre-temps, Cornel reconnaît : « Je dois beaucoup à cette femme. Tout comme à mes amis et à ma famille. »

Aujourd'hui, il ne se révolte plus guère contre son sort, que son corps lui rappelle cependant chaque jour. « Je n'ai jamais éprouvé de haine envers l'auteur de l'accident. » Il porte son fardeau, lui aussi, et au moins, il n'était ni ivre ni drogué. Pour en finir avec tout cela, Cornel, en fauteuil roulant, est allé, un an après l'accident, au carrefour fatidique. « C'était nécessaire, car je passe encore par là tous les jours. » Et il ne veut pas que cela lui donne une drôle de sensation.



Détente. Cornel chez lui, à Aadorf TG – avec ses trophées de rugby et en train de lire.

Euro de rugby à Nottwil

L'Éuro: du 2 au 9 octobre 2011, au Centre suisse des paraplégiques de Nottwil.

Les spectateurs sont les très bienvenus, l'entrée est libre.

Les équipes : l'équipe suisse est entraînée par le coach professionnel canadien Benoît Labrecque. Autres participants : Suède, Belgique, Finlande, Autriche, Danemark, Pays-Bas, Grande-Bretagne, Pologne, Allemagne, Irlande et France. Les Britanniques sont favoris.

Le sport : le rugby en fauteuil roulant se joue sur un terrain de basket, le but est un rectangle de 8 mètres de large sur 1,75 m de profondeur. Les joueurs tentent d'arriver dans cette surface de but avec le ballon. Une équipe compte quatre joueurs en fauteuil, tous limités dans l'usage de leurs bras et/ou mains. Comme le degré de handicap peut fortement varier, chaque joueur est classé entre 0,5 et 3,5. L'équipe sur le terrain ne peut totaliser que huit points en tout. Le match dure quatre fois huit minutes.

Pour plus d'informations :
www.wr2011.com

Thrillers et coupes

Désormais, Cornel Sonderer vit seul dans un appartement de plain pied à Aadorf. À sa paraplégie s'est ajouté un syndrome des loges : les vaisseaux sanguins et voies nerveuses de l'avant-bras gauche ont été écrasés, la musculature s'est rétractée. « Cela m'enlève la force de la main, dont je ne peux faire qu'un usage limité. » Il travaille à la demi-journée dans un bureau d'ingénieurs et géomètres, où il établit des devis et des offres. Il lui est resté le goût du sport ; en hiver, il parcourt les pistes en monoski-bob (« je peux ainsi aller dans des endroits où mon fauteuil roulant ne passerait jamais – cela me rend un peu de liberté ») et, en été, il file sur son handbike dans toute la région (« je fais déjà un demi-marathon, mais seulement dans la catégorie < ne fait que figurer au classement > »). Pour se détendre, il lit des livres, de préférence des thrillers de John Grisham ou Dan Brown. Et la musique du groupe rock Nightwish le fait décoller.

Dans un rayon, tout près de la porte d'entrée, Cornel Sonderer collectionne les médailles, coupes et autres distinctions gagnées au rugby. Il a participé à deux championnats du monde et d'Europe, ne s'est blessé qu'une seule fois, se déchirant le ligament externe du pouce. Sa passion coûte au sportif quelque

15 000 francs par an de son propre argent, pour du petit matériel, de nouveaux pneus et des frais de voyage. En outre, le rugby lui prend pratiquement tout ses loisirs, « je n'ai pas encore eu beaucoup de week-ends libres, cette année ». Les entraînements de la Nati avec le coach canadien sont durs, il s'agit de cultiver sa forme, d'exercer des coups, d'affiner la technique du ballon, d'élaborer des stratégies de défense. Les Suédois et les Finlandais sont de sérieux adversaires, les Polonais et les Français, aussi. « En Europe, nous occupons la 7^e place, dans le monde, la 12^e », explique Sonderer. Si cela ne tenait qu'à lui, les Suisses grimperaient dans le classement – le numéro 11 est prêt à tout faire pour cela. Et, qui sait, peut-être une toute nouvelle coupe de l'Euro ornera-t-elle bientôt son rayon ?

Dépasser la mesquinerie

Les personnes atteintes d'un handicap doivent et veulent participer à la vie sociale. Cela implique le libre accès à l'espace public et des équipements convenables. En Suisse, cependant, la voie comporte encore quelques obstacles – y compris dans la tête des professionnels de la construction.





Autres perspectives. Les personnes en fauteuil roulant (ici à Swiss Miniatur, Melide) souhaitent plus de souci des détails qui leur permettent la liberté de mouvement et un libre accès.

Texte : Roland Spengler | Photos : Walter Eggenberger, Astrid Zimmermann-Boog

Albert Marti hoche la tête et marmonne : « Comment peut-on avoir une telle idée ? » Le politologue de 40 ans en fauteuil roulant veut aller à une conférence, dans un hôtel lucernois rénové. Après avoir cherché longtemps, il a enfin trouvé l'entrée latérale dotée d'un monte-escalier. Mais celui-ci ne fonctionne qu'à l'aide d'une clé spéciale – déposée à l'intérieur du bâtiment ! Impossible d'aller la chercher lui-même, ni de téléphoner, car il n'y a ni indication de lieu de dépôt ni de numéro de téléphone. Ce genre de tracas énerve Albert Marti. « Je m'étonne toujours de constater le peu de considération accordé aux besoins les plus simples. Certes, des efforts sont faits. Mais la réalisation laisse souvent à désirer », explique le paraplégique.

Manque de savoir des spécialistes

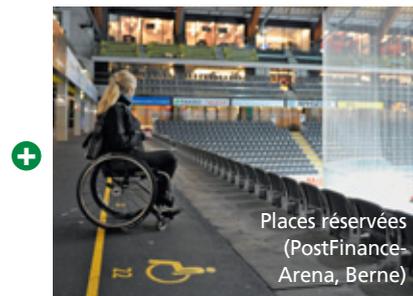
Par rapport au passé, les fautes graves en matière d'accès sont désormais l'exception. En revanche, il reste toutes sortes de petits problèmes agaçants qui entravent les handicapés dans la vie quotidienne (voir aussi pages 18/19). Les embarras çà et là ont des causes diverses, en partie concrètes. Mais parfois, c'est seulement de l'inattention, née de carences dans la tête de spécialistes. Selon une étude de 2004, réalisée dans le cadre du projet du Fonds national 45*, quatre architectes sur dix ignoraient que la loi suisse prescrit de construire sans obstacles. Or, des ordonnances en ce sens étaient déjà en vigueur depuis longtemps. De plus, une moitié environ des enquêtés surévaluaient le coût des aménagements en question. Entre-temps, la loi sur l'égalité des chances des personnes handicapées, introduite en 2004, a un peu remédié à la situation, dans le sens d'une plus grande attention. Cependant, certains entendent toujours la suppression ou la prévention d'obstacles comme une sorte de plus volontaire et non comme une véritable obligation.

Obligation d'agir pour l'enseignement

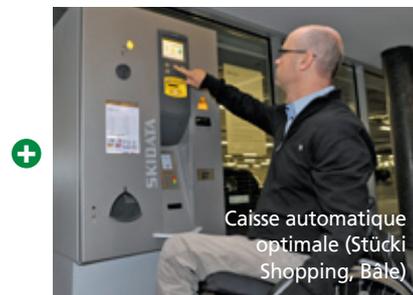
Cela provient aussi du fait que le thème « construire sans obstacles » ne bénéficie pas du même traitement dans les établissements de formation spécialisés et qu'il manque de chaires ad hoc. « Au contraire des pays anglosaxons, qui encouragent plutôt la spécialisation, nos pays préfèrent l'approche intégrale. Or, les revendications des personnes handicapées dans l'espace public représentent l'un des nombreux aspects importants », déclare Fritz Schumacher, maître d'œuvre du canton de Bâle-Ville et chargé de cours à l'École polytechnique de Zurich. On risque ainsi de transmettre moins de découvertes issues de résultats de recherches. Cependant, une compréhension la plus large possible des exigences les plus diverses amène plutôt au but qu'un point de vue tendanciellement isolé. Fritz Schumacher croit de toute façon que l'enseignement supérieur suisse sera de plus en plus contraint d'améliorer sa formation dans cette matière : « La prochaine génération d'architectes et d'urbanistes auront certainement une compréhension plus développée des solutions adaptées aux utilisateurs en matière de construction sans obstacles. »

Pas de certitude juridique

En pratique, la législation elle-même peut être une entrave. La Confédération a fixé des exigences minimales en matière de construction adaptée aux handicapés. Mais les cantons et les communes sont libres de mettre la barre plus haut. Quand c'est le cas, les prescriptions les plus sévères sont contraignantes. Mais il n'y a pas de certitude



Places réservées
(PostFinance-Arena, Berne)



Caisse automatique optimale
(Stücki Shopping, Bâle)



Toilette accessible en fauteuil roulant
(Musée national de Zurich)





Comptoir inaccessible (PostFinance-Arena, Berne)



Seuil plein d'embûches (Musée national de Zurich)



Portes de halles massives (Foires de l'Olma, St-Gall)



juridique parce que la Constitution fédérale et certains règlements tiennent compte des revendications des personnes handicapées, comme de celles de pouvoirs publics, tels que la conservation des monuments. À titre d'exemple, citons les conflits d'intérêts dans le cadre de projets menaçant l'image et la substance de bâtiments ou installations historiques. Parfois même, ces litiges doivent être tranchés par un tribunal. Pour les éviter, si possible, il suffit d'un dialogue précoce et d'une attitude conciliante.

Avantage au durable

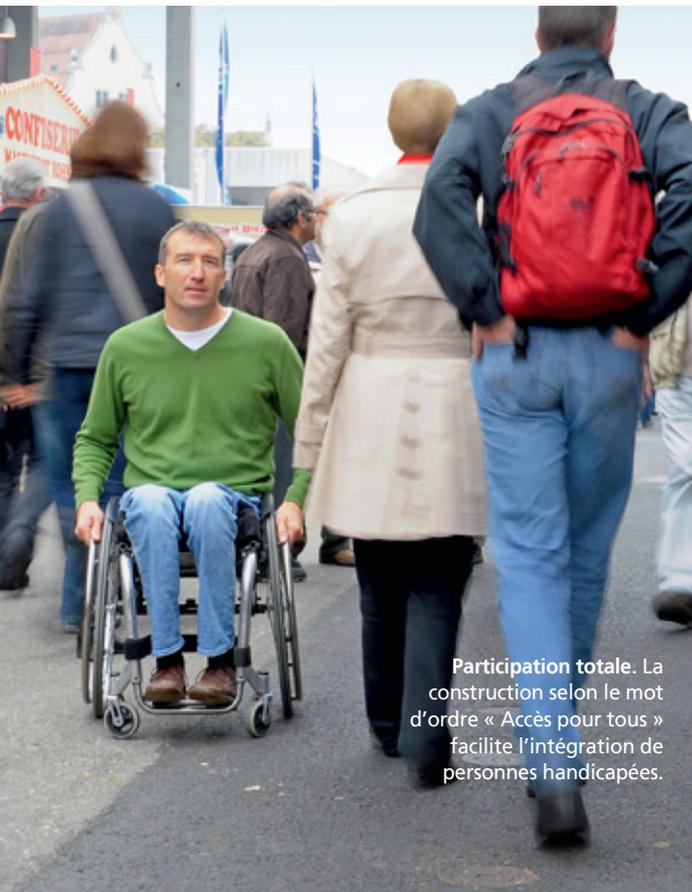
Les questions de coût sont très claires. Dans certains cas, des adaptations ultérieures entraînent des frais plus considérables. Sinon, le coût supplémentaire de la construction adaptée aux handicapés est beaucoup plus faible qu'on ne l'estime communément. Si l'accessibilité d'un bâtiment à tout le monde est pris en compte dès le début des plans, elle ne coûte, en moyenne, que 1,8 pour cent du prix total.

Et plus ce dernier est élevé, moins les mesures de construction sans obstacles y pèsent lourd. Sur 5 millions de francs, les dépenses supplémentaires n'atteignent qu'un demi pour cent, sur 15 millions, elles tombent même sous 0,15 pour cent du total – autant que la part normale du nettoyage de chantier.* Au vu de ces chiffres, il est évident que la construction sans obstacles, ou du moins un projet souple, est nettement plus avantageuse et durable. D'autant qu'il faut très rarement consentir des sacrifices technico-esthétiques. Il est plus

cher, en revanche, de rattraper les occasions manquées.

Commencement du changement

Renforcer la conscience de la plus-value de la construction sans obstacles compte parmi les tâches les plus importantes des centres spécialisés dans tout le pays. Ils misent pour ce faire sur des cours, une information continue, ainsi que sur la nouvelle norme SIA 500 « Constructions sans obstacles ». De l'autre côté se multiplient parallèlement les signes d'un changement. C'est ainsi que la participation ne cesse d'augmenter au concours européen du « Schindler Award »**. Lors de la dernière édition, une équipe suisse, de la Haute école spécialisée bernoise en architecture, bois et génie civil, Berthoud (BE) a participé à la finale – et reçu le premier prix. Le reste, estiment les experts, sera le fait de l'évolution démographique. Si les personnes qu'un accident ou la maladie cloue dans un fauteuil roulant sont aujourd'hui encore une minorité, elles pourront avoir une bien plus grande importance économique après-demain, du fait de l'allongement de l'espérance de vie.



Participation totale. La construction selon le mot d'ordre « Accès pour tous » facilite l'intégration de personnes handicapées.

*Source : « Behindertengerechtes Bauen – Vollzugsprobleme im Planungsprozess ». Interdisziplinäre Studie. Teilprojekt A : « Technische und finanzielle Machbarkeit ». Teilprojekt B : « Psychische Ursachen der Missachtung baulicher Bedürfnisse behinderter Menschen ». Participants: EPF Zurich, Université de Zurich, Centre suisse pour la construction adaptée aux handicapés.

** Projets architecturaux axés sur « L'accès pour tous ».

D'autant mieux que c'est récent

La date et le mode de construction déterminent beaucoup l'accessibilité et l'équipement adapté aux handicapés* de bâtiments publics. Cette constatation, entre autres, résulte de coups de sonde dans cinq installations différentes. C'est ainsi que le centre commercial « Stücki » de Bâle a obtenu la meilleure note totale, tandis que le Musée national de Zurich, achevé 100 ans plus tôt, a affiché le plus de points faibles. On a remarqué en outre l'offre souvent maigre d'informations spécifiques sur les sites Internet des exploitants, ainsi que – parfois – des lacunes dans la signalisation. Ont été trouvés suffisants à de rares exceptions : marquage, nombre de places de stationnement, nombre de toilettes, nombre/équipement d'ascenseurs, nombre de moyens auxiliaires, accès aux caisses, Bancomat et leur utilisation.

*Remarque : les installations mentionnées ci-contre ont été testées à la demande de personnes handicapées physiques qui ont besoin d'un fauteuil roulant. État : janvier 2011.

Stücki Shopping, Bâle

Centre commercial, ouvert en 2009



+ Entièrement accessible en fauteuil roulant, accès facile au parking et aux magasins. Espace généreux (allées commerçantes, magasins). Toilettes et ascenseurs modernes. Portes très larges, dont beaucoup s'ouvrent/se ferment automatiquement. Signalisation complète au moyen de pictogrammes. Sièges individuels dans les restaurants avec service. Arrêt de tram et de bus, ainsi que places de stationnement (réservées) à faible distance. Caisses de parking et Bancomat parfaitement agencés ; caisses séparées à la Migros.

- Toilettes sans bouton d'alarme, crochets du vestiaire montés trop haut. Chariots de supermarché assez massifs et lourds (inadaptés aux personnes en fauteuil roulant). Comptoirs de snack parfois hauts. Pas d'informations spécifiques sur le site Internet.

Swiss Miniatur, Melide

Musée/parc en plein air, ouvert en 1959



+ Entièrement accessible en fauteuil roulant (de plain pied), accès facile. Entrée/sortie séparées. Sièges individuels au restaurant. Gare, embarcadère, ainsi que parking (gratuit, places réservées) à faible distance. Entrée gratuite pour personnes en fauteuil roulant et accompagnant-e.

- Une seule toilette sur le site, entrée très incurvée, porte plutôt difficile à ouvrir, pas de miroir, pas de bouton d'alarme. Circuit en partie inégal et cahoteux, quelques montées plutôt raides (ponts). Comptoirs hauts au restaurant. Peu d'informations spécifiques sur le site Internet.

Foires de l'Olma, St-Gall

Installation polyvalente, ouverte en 1970, agrandie plusieurs fois



+ Entièrement accessible en fauteuil roulant, accès facile. Allées larges dans et à l'extérieur des halles. Toilettes et ascenseurs modernes. Tous les restaurants avec service et sièges individuels. Arrêt de bus, ainsi que places de stationnement (réservées) à faible distance. Tarif réduit pour les personnes en fauteuil roulant, entrée gratuite pour l'accompagnant-e.

- À certains endroits, rampes escarpées ou montées et descentes, ainsi que portes lourdes qui ne s'ouvrent pas automatiquement. Stands de restauration avec comptoirs hauts, nombreux stands de vente inaccessibles (podiums élevés). Informations spécifiques sur le site Internet éparpillées/cachées et pauvres.

De professionnels pour des professionnels

Une masse d'informations et de conseils pour les professionnels figurent dans le livre « Construire sans obstacles ». Éditrice : Fondation suisse pour paraplégiques. Prix : 50,- CHF. Disponible en français et en allemand. Achat en ligne : www.paraplegie.ch/parashop (section livres).

Pour de plus amples informations :
www.paraplegie.ch/fr
www.spv.ch/fr

PostFinance-Arena, Berne

Halle polyvalente/stade de sports sur glace, ouvert en 1967, rénové en 2007–2009



+ Entièrement accessible en fauteuil roulant, accès facile. Entrée/sortie séparées. Toilettes et ascenseurs modernes. Tous les restaurants avec service et sièges individuels. 54 places réservées dans le secteur des spectateurs (de plain pied), dont la majorité sur un rang. Arrêt de tram, de bus et de S-Bahn, ainsi que places de stationnement (réservées) à faible distance. Lors des matches du CP Berne : tarif réduit pour les personnes en fauteuil roulant, entrée gratuite pour l'accompagnant-e.

- Toilettes sans bouton d'alarme, certaines portes difficiles à ouvrir. Comptoirs de bars hauts. Places individuelles dans le secteur des spectateurs pas très pratiques. Accès aux étages supérieurs possible seulement par le monte-charge et avec accompagnateur. Pas d'informations spécifiques sur le site Internet du CP Berne. Mention minimale (cachée) sur le site Internet de postfinancearena.

Musée national, Zurich

Ouvert en 1898, rénovation partielle en 2009



+ Accessible en fauteuil roulant à tous les étages (sauf la Tour des armes). Espaces généreux. Toilettes et ascenseurs modernes. Restaurant libre service avec sièges individuels. Gare et arrêt de tram à faible distance. Stationnement gratuit dans la cour intérieure (seulement sur préavis). Entrée gratuite pour l'accompagnant-e.

- Itinéraires insuffisants, marquage/signalisation largement absents. Accès parfois très compliqué (détours, aide nécessaire), voire impossible (rampes mobiles inadaptées). Toilettes sans bouton d'alarme. Certains objets exposés difficiles à voir, car les vitrines sont trop hautes. Pas de places de stationnement réservées. Pas d'informations spécifiques sur le site Internet.



«L'accès pour tous est faisable»

Felix Schärer est architecte HES. Il dirige le centre Construire sans obstacles (CSO) de Muhen AG, ouvert en 1995. Le centre, reconnu par la Confédération, compte huit collaborateurs et fait partie de l'Association des paraplégiques (ASP).

Combien de projets de construction le CSO traite-t-il par an?

Nous entreprenons tous les ans quelque 250 nouveaux projets. Dans 50% env. des cas, nous nous chargeons de tout, c.-à-d. conseils gratuits, plans payants, direction des travaux payante. Plus de quatre cinquièmes des travaux concernent des transformations, le reste, des constructions nouvelles. Il s'agit principalement de logements privés, tandis que les places de travail et les installations publiques représentent une part modeste (15%).

La paralysie médullaire, implique-t-elle des exigences particulières ?

Trois facteurs sont primordiaux dans ce cas : pas de marches, des passages suffisamment larges, des surfaces suffisantes pour se mouvoir. Le degré de handicap, les exigences particulières et la réalisation en temps utile constituent d'autres critères importants.

Quels spécialistes extérieurs consultez-vous ?

Nos partenaires permanents sont des spécialistes (ergothérapie, conseils sociaux) de toutes les cliniques de rééducation importantes de Suisse, des centres de conseils sur les moyens auxiliaires, ainsi que des organisations de handicapés et des organismes assureurs. Nous sommes en outre en contact régulier avec des personnes d'autres secteurs.

Où rencontrez-vous souvent de gros problèmes ?

D'une part, il est souvent très difficile de trouver des solutions de financement pour des personnes handicapées en âge d'AVS. De l'autre, de nombreux projets de construction manquent de la souplesse nécessaire pour pouvoir faire vite et facilement des adaptations ultérieures. Mais si l'intéressé-e garde son autonomie et évite donc le placement dans une institution de soins, cela en a déjà valu la peine. « L'accès pour tous » est faisable et devrait aller de soi, tout comme la protection anti-incendie !

À quel niveau se situent les frais ? Et qui les paye ?

Les frais d'adaptation de logements sont très variables. La fourchette va de montants modestes à quatre chiffres jusqu'à des sommes élevées à six chiffres. Selon les cas, le financement est assuré par des assurances (AI et autres), des contributions d'organisations de handicapés, des fonds propres et des solutions mixtes.

« Nous avons un mandat d'économie à remplir. »

L'assurance-invalidité (AI) est dans une position critique. D'ici à l'an 2025, il faut amortir 15 milliards de francs de dettes. Diverses mesures d'économie sont déjà appliquées, d'autres doivent s'ajouter, avec la révision 6b de l'AI. Une résistance parfois vive est prévue, y compris de la part d'organisations de handicapés. Le directeur de l'OFAS, Yves Rossier, explique sa conception de la solution d'un problème complexe.

Interview : Roland Spengler | Photos : Yoshiko Kusano

L'AI a d'énormes problèmes financiers. Quelles en sont les causes ?

Le dérapage a deux causes principales, en relation directe. Premièrement, la notion de santé n'a cessé de s'élargir au cours des années passées. Aux facteurs purement physiques se sont ajoutés davantage d'éléments psychiques et sociaux, pour évaluer le bien-être général.

Dans ce contexte sont apparus de nombreux nouveaux tableaux cliniques, principalement des lésions ou troubles de nature psychique. Les personnes atteintes ont pu, sans grands problèmes, demander et obtenir une rente AI. En deuxième lieu s'est développée, parallèlement à cela, une tendance à résoudre aux frais de l'AI le plus possible de problèmes du monde

du travail. Dans les années '90, une vague a déferlé dans ce sens, renforcée par l'opinion très répandue que l'État devait être là pour le citoyen, partout et toujours.

Pourquoi donc a-t-on attendu aussi longtemps et n'a-t-on pas empêché plus tôt les dépenses de grimper ?

Tâche ardue.

Yves Rossier, directeur de l'OFAS, doit rééquilibrer les finances de l'assurance-invalidité.





Priorité. La réinsertion de bénéficiaires de rentes dans le monde du travail est prioritaire pour l'AI.

tions de l'AI. Il était évident que l'augmentation quantitative poserait un jour de graves problèmes. Mais, pendant longtemps, rien n'a été entrepris – jusqu'à ce que soit atteint le seuil de tolérance.

Et voilà qu'arrive une sorte de cure radicale. De quelles mesures vous promettez-vous le plus d'effets ?

Nous sommes encore au début d'un long processus. Il ne s'agit de rien moins que du sort de l'assurance-invalidité. Pour en assurer la survie, il faut réduire progressivement les dépenses en tant que telles et réaliser de réelles économies. Les propositions en ce sens ne manquent pas, et sont déjà partiellement mises en pratique. D'autres, comme l'introduction d'un nouveau système de rentes, dans le cadre de la révision 6b de l'AI, n'ont pas encore été décidées définitivement. Nous veillons à ce que les différentes mesures ne frappent pas seulement les rentiers AI, mais aussi des secteurs impliqués de l'économie. Un certain potentiel existe, par exemple, dans le domaine des moyens auxiliaires. Mais, du fait de sa durabilité, la priorité revient à la réintégration de rentiers AI dans le monde du travail. Nous nous sommes donné pour but de

remettre entièrement ou partiellement au travail quelque 17 000 personnes en six ans.

Objectif ambitieux. L'économie aide-t-elle dans la mesure souhaitée ?

Les employeurs ont aujourd'hui une plus grande conscience des effets négatifs du rejet de salariés à l'AI. Ils ont compris que l'invalidité coûte cher et peut nuire à une entreprise, à la fin. Mais la réinsertion de bénéficiaires d'une rente AI déjà accordée rencontre encore certaines réserves dans l'économie. Nous les combattons par des incitations spécifiques (p.ex. essai temporaire de travail, prise de risques financiers par l'État) et d'autres mesures d'accompagnement. Cela ne fonctionne pas mal du tout. En 2010, quelque 2000 rentiers AI ont pu réintégrer le monde du travail – encore avant la mise à disposition des nouveaux instruments de réinsertion qu'a autorisés la révision 6a de l'AI.

Quelle est l'importance pour l'assainissement de l'AI du nouveau système de rentes inclus dans le projet de révision 6b de l'AI ?

Le passage à un système sans paliers joue un rôle important pour l'avenir. L'AI connaît aujourd'hui des paliers tirés par les cheveux. Comment justifier, en effet, qu'une personne frappée d'une invalidité de 71% perçoive une rente complète, mais seulement trois quarts de rente pour une invalidité de 69% ? C'est ainsi que nous recevons des appels fréquents de rentiers AI demandant combien ils peuvent travailler, sans que leur rente soit amputée. Un système sans paliers est sans conteste meilleur : qui travaille plus, touche plus de salaire, mais moins de rente – et vice-versa. Malheureusement, nous ne pouvons pas nous permettre de n'introduire le système de rentes sans paliers que pour les nouveaux bénéficiaires. Il faut amputer certaines rentes existantes aussi.

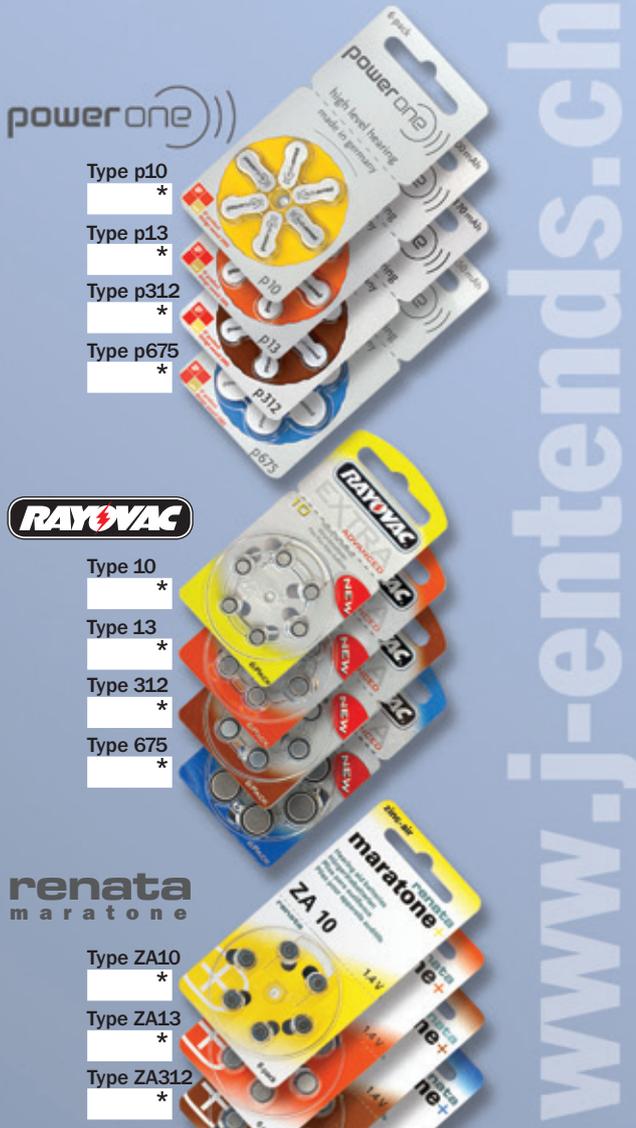
Il est toujours plus facile de dire oui que non. En particulier, quand cela sert vos intérêts. Il n'en est pas allé autrement dans ce cas : les employeurs, les institutions sociales, les médecins, les avocats, les psychologues et d'autres catégories professionnelles, ainsi que l'ensemble de l'économie ont profité longtemps d'une interprétation généreuse des disposi-

L'homme

Yves Rossier (51 ans) est depuis février 2004 directeur de l'Office fédéral des assurances sociales (OFAS) au Département fédéral de l'Intérieur (DFI) et, à ce titre, responsable de l'assurance-invalidité. L'OFAS emploie 300 personnes environ. Yves Rossier a grandi à Bâle et, plus tard, à Fribourg, où il a fait des études de droit. D'autres étapes de sa formation ont été le Collège d'Europe de Bruges (Belgique) et l'Université McGill de Montréal (Canada). En 1990, le Suisse romand est entré dans l'administration fédérale. Son chemin jusqu'à son titre actuel est passé par différentes activités et fonctions au sein de plusieurs départements. En dernier lieu, de 2000 à 2004, il a été directeur du Secrétariat de la Commission fédérale des maisons de jeu. Yves Rossier habite Fribourg, avec sa femme et cinq enfants.

Paquet de 6
CHF **8.80**

Les meilleures
Piles pour aide auditive
au prix le plus bas de Suisse !



powerone

- Type p10 *
- Type p13 *
- Type p312 *
- Type p675 *



RAYOVAC

- Type 10 *
- Type 13 *
- Type 312 *
- Type 675 *



renata maratone

- Type ZA10 *
- Type ZA13 *
- Type ZA312 *
- Type ZA675 *
- Quantité *



j-entends.ch
Martin Mischler
Av. Frontenex 4A
1207 Genève

Formulaire AI Vous pouvez commander par poste ou par Internet.

Nom / Prénom _____

Rue _____

NPA/Localité _____

Téléphone _____

Signature _____

Frais d'expédition GRATUITS à partir de 10 paquets de 6
Sinon 5.- Envoi sous 2 jours ouvrables

Mobilité et liberté pour vous ...

FRITZ HAUETER AG



Mobilité pour tous



Dans le Fiat Qubo «SWITCH» une personne en fauteuil roulant électrique peut arrimer la chaise au poste du conducteur et/ou du passager. Découvrez cette nouvelle autonomie!

Laubisrütistrasse 74 • CH-8712 Stäfa
Tel. +41 (0)44 928 30 10 • Fax +41 (0)44 928 30 19
www.haueter.ch • mail@haueter.ch



Retrouvez votre mobilité?

Orthotec



Aides à la marche et auxiliaires de rééducation pour une mobilité accrue.

Nous nous ferons un plaisir de vous conseiller.

Orthotec AG | Guido A. Zäch Strasse 1 | CH-6207 Nottwil | T+41 41 939 56 10 | F+41 41 939 56 40
info@orthotec.ch | www.orthotec.ch

Des professionnels au service de personnes handicapées ou âgées



Lifts verticaux

Lifts à siège

MEDITEC SA

case postale 9 – 1038 Bercher (VD)
Tél. 021 887 02 10 – Fax 021 887 02 11
E-mail: info@meditec.ch – Site internet: www.meditec.ch
Points de vente à Marin (NE) et à Sion (VS)





Confiant. Yves Rossier est persuadé que le débat politique aboutira à un bon résultat raisonnable.

Ce sont précisément ces amputations qui suscitent un large rejet. N'est-on pas allé trop loin dans ce domaine ?

Nous pensons notre proposition bien réfléchie et, au total, équilibrée. Cela signifie toujours la même chose : les uns s'énervent contre les amputations, les autres se réjouissent des augmentations. De toute façon, ce n'est plus à nous de décider ce qu'il adviendra des plans liés à la révision 6b de l'AI. Ceux qui ne peuvent rien trouver de bon dans nos idées peuvent et doivent proposer d'autres solutions, ou être prêts à fournir plus d'argent.

Quand peut-on escompter une décision définitive du Parlement ?

Ce n'est pas prévisible. Aujourd'hui, il apparaît que le projet viendra devant le Conseil des États à la session d'hiver 2011 au plus tôt. À ce moment-là, après les élections d'automne, un petit tiers – comme le montre l'expérience – des parlementaires seront nouveaux et le rapport des forces politiques aura peut-être changé aussi. C'est pourquoi je n'escompte pas que l'affaire se poursuive au pas de course et que le National et les États entérinent le projet sans modifications.

Craignez-vous de devoir faire des concessions à des organisations de handicapés sur des points importants, pour éviter un référendum ?

Le Parlement a formulé un mandat d'économie, le peuple et les cantons l'ont confirmé et le Conseil fédéral a fait des propositions sur la manière de l'appliquer. La discussion politique pour les majorités et les compromis ne fait que commencer. Si la menace d'un référendum surgit, c'est légitime et cela ne donne pas lieu de s'inquiéter. Ce sont les politiques qui devront juger s'il est possible d'éviter un référendum, tout en remplissant le mandat d'économie.

FSP et ASP veulent éviter le démantèlement des rentes

L'assurance-invalidité (AI), créée en 1960, compte parmi les principales institutions sociales de Suisse. Elle sert à combler des lacunes financières qui atteignent une personne par une restriction durable de sa capacité de travail – à la suite d'un accident, d'une maladie, d'une infirmité congénitale.

En 2010, un total de 450 000 personnes – 40 000 de moins qu'en 2009 – ont perçu des prestations de l'AI, soit 250 000 hommes et 200 000 femmes. Toujours dans la même année ont été versées 280 000 rentes d'invalidité, dont 73% de rentes complètes. 240 000 rentiers, soit 86%, vivaient en Suisse. Les dépenses de l'AI se sont élevées en 2010 à un total de 9,2 milliards de francs, dont 5,4 milliards pour des rentes. Les recettes en regard ont été de 8,2 milliards de francs.*

Assainissement en cours depuis 2004

Une extension longtemps pratiquée des prestations AI a fait que cette assurance a été déficitaire pendant des décennies et doit maintenant au fonds de l'AVS une quinzaine de milliards de francs. D'ici à 2025 – disent les plans –, l'AI doit avoir apuré ses dettes. L'assainissement par étapes grâce à des économies et un accroissement des recettes du financement additionnel décidé en 2009 (courant jusqu'à fin 2017) est en œuvre depuis 2004. De profondes réformes ont été

entreprises par plusieurs révisions successives de la loi en question. En dernier lieu, lors de la session de printemps 2011, le Parlement fédéral a approuvé la première partie de la 6^e révision de l'AI (6a). Un élément essentiel de celle-ci est la réintégration de rentiers AI dans le monde du travail. Autres volets importants : révision des rentes en cas de souffrances non explicables médicalement ; introduction de la contribution d'assistance ; réduction des dépenses de moyens auxiliaires ; révision de la contribution fédérale.

Soutien du référendum

Un prochain train de mesures (révision 6b de l'AI) prévoit, entre autres, l'introduction d'un nouveau système de rentes, sans paliers, qui entraînerait des réductions parfois massives de rentes existantes. De nombreuses personnes en fauteuil roulant en seraient touchées – et dans une très large mesure. C'est pourquoi la Fondation suisse pour paraplégiques (FSP) et l'Association suisse des paraplégiques (ASP) s'associent à d'autres organisations de handicapés pour rejeter un démantèlement des rentes. La FSP et l'ASP s'opposent par principe à la réduction des dettes au détriment de personnes frappées d'un handicap et dépendant des prestations de l'AI et soutiendraient un éventuel référendum.

*Source : Office fédéral des assurances sociales (OFAS)



SRS SA
 Services Réhabilitation
 Moyens Auxiliaires
 E-mail: info@srssa.ch



Handilift S.à.r.l.
 Sièges et plate-formes d'escaliers
 Elévateurs verticaux
 E-mail: info@handilift.ch
 www.srs-handilift.ch

Tél. 021/801 46 61 – Fax 021/801 46 50
 Z.I. Le Trési 6C – CP 64 – CH-1028 Préverenges

Sièges et plate-formes monte-escaliers
 Equipements et accessoires pour la salle de bains
 et les toilettes. Soulève-personnes et accessoires.
 Assistance à la marche. Fauteuils roulants.
 Scooters électriques.

Location et vente de lits médicalisés.
Mobilier et installations pour soins à domicile
avec le meilleur rapport qualité/prix

Succursale de Boudevilliers NE – Mobile 079 331 36 04

Pour toute documentation gratuite merci de nous retourner ce bon

Nom _____

Prénom _____

Adresse _____

NPA _____ Localité _____



- Commandes manuelles pour paraplégiques et tétraplégiques ▶
- Commandes électriques sur le volant pour hémiplégiques ▶
- Bras manipulateur chargement fauteuil ▶
- Pédales d'accélérateur à gauche ▶
- Plate-formes élévatrices ▶
- Portes télescopiques ▶
- Soulève-personnes ▶
- Commandes Joystick ▶



Carrosserie et automobiles

françois Vultagio SA

Tél. +41 27 203 31 81 • Natel +41 79 220 31 79 • Fax +41 27 203 44 07
 E-mail: francois.vultagio@span.ch • Route de Chandoline 1 • CP • CH-1951 Sion

**Aménagement
 d'automobiles
 pour personnes
 handicapées,
 conduite et transport**



LEVO – Donner de la hauteur à la vie.



Au travail, chez soi
 ou pendant les
 activités de loisirs –
 les fauteuils roulants
 LEVO apportent un
 maximum d'autonomie
 et contribuent en
 outre à une meilleure
 santé en permettant
 les changements de
 positions, tout au
 long de la journée.



LEVO AG
 Switzerland

Anglikerstrasse 20
 CH-5610 Wohlen

Tel +41 (0)56 618 44 11
 Fax +41 (0)56 618 44 10

office@levo.ch
 www.levo.ch

LEVO.dt

« Des interventions douloureuses sont inévitables. »

Et si un référendum était néanmoins lancé – et aboutissait ?

Naturellement, un référendum et une éventuelle votation populaire retarderaient sensiblement les travaux. Mais c'est l'un des risques de la démocratie. Aussi pénible que cela paraisse parfois, au fond, la patience et le travail qui en découlent valent la peine. C'est aussi pourquoi la Suisse a une sécurité sociale encore financièrement meilleure que d'autres États européens, qui adoptent ce genre de réformes en quelques semaines, mais moins mûries et solides.

Malgré tous les impondérables, croyez-vous que les dettes de l'AI seront entièrement amorties d'ici à 2025 ?

La priorité est que l'AI n'ait plus besoin de financement additionnel à partir de 2018. C'est à quoi nous devons nous atteler – ensemble. Si le plan aboutit au-delà de cette étape, cela dépend aussi de facteurs que nous ne pouvons pas ou guère influencer ; par exemple, des crises économiques, avec pertes d'emploi et moins de recettes de la TVA ou autres phénomènes semblables. Nous observons avec attention ce qui se passe autour de nous et

voulons pouvoir réagir vite, selon l'évolution des choses. Mais cela exige aussi de la souplesse en politique.

Mais rien à faire sans amputations des rentes...

Selon nos calculs, c'est inévitable. Comme je l'ai déjà dit, un système de rentes modifié est un point élémentaire de la réforme de l'AI. J'ai bien conscience, dans tout cela, que certains groupes d'intérêts pourraient avoir le sentiment d'être spoliés ou de devoir payer pour des erreurs passées, commises par d'autres. Mais voilà, nous ne pourrions éviter des interventions parfois douloureuses, si nous voulons remplir notre mandat d'économie.

Données claires. L'assainissement de l'AI devra nécessairement passer par diverses mesures d'économie.



z10-ce



z10



Otto Bock®

QUALITY FOR LIFE

Le z10, à double emploi

Le z10 est le premier système d'entraînement pour fauteuil roulant, qui combine deux produits en un.

Avec le z10, prenez un nouveau chemin et profitez autrement de vos promenades avec vos proches. Étendez votre horizon et vivez de nouvelles expériences. L'accompagnateur ne doit fournir aucun effort. Les montées et les pentes ne sont plus un obstacle.

Ou bien placez le fauteuil en mode z10-ce et conduisez-le vous-même à l'aide du guidon.

Nous vous informons volontiers où se trouve le revendeur spécialisé le plus proche de chez vous afin que vous puissiez essayer l'appareil.

Otto Bock Suisse AG

Pilatusstrasse 2 - 6036 Dierikon - Téléphone 041 455 61 71 - Fax 041 455 61 70
www.ottobock.ch - suisse@ottobock.com

Conseils de pairs

Quand survient une paralysie médullaire, naissent des questions et des craintes. Des collaborateurs de l'Association suisse des paraplégiques aident – de leurs propres expériences.

Texte : Christine Zwygart | Photos : Beatrice Felder

Is sont tous deux en fauteuil roulant. Robert Ramseyer depuis 23 ans, Roman Eggel depuis septembre dernier. D'un côté le tétraplégique expérimenté, connaissant entre-temps nombre de trucs et d'astuces. De l'autre, le paraplégique de fraîche date, qui ne cesse de se poser des questions. « Son expérience permet à Robert de se mettre rapidement à ma place. Comme il est aussi en fauteuil roulant, la glace est immédiatement rompue », raconte Roman Eggel, 39 ans. Et c'est précisément le sens et le but des conseils de vie de l'Association suisse des paraplégiques (ASP) : des paralysés médullaires accompagnent des paralysés médullaires. « J'ai parcouru un jour le même chemin. C'est pourquoi je peux mieux comprendre Roman et lui donner des conseils crédibles », explique Robert Ramseyer, qui travaille à 40% pour l'ASP à Sion VS, depuis juillet 2010. Avec un collègue, il s'occupe d'ici de quelque 1500 personnes en fauteuil roulant dans toute la Suisse romande.

Le premier contact entre le conseiller et le blessé de frais a déjà lieu pendant la rééducation. C'est pourquoi il est essentiel d'entretenir de bons contacts avec les quatre centres pour paralysés médullaires de Bâle, Sion, Zurich et Nottwil, dit Erwin Zemp, chef du service conseils de vie ASP : « C'est précisément dans les premières semaines que les patients se sentent désespérés par la nouvelle situation. » C'est là que les conseillers en fauteuil rendent

de précieux services, montrent de nouvelles perspectives et motivent. Huit personnes – hommes et femmes, para- et tétraplégiques – travaillent à temps partiel, dans tout le pays, au service extérieur de l'ASP. L'année passée, ils ont fourni 4000 heures de conseils environ, en 4600 séances.

Échanges par Internet

Roman Eggel a demandé des conseils pour la transformation de sa maison d'Aven, au-dessus de Sion. « Robert m'a aussi aidé pour des questions d'assurance-invalidité. Et il m'a également montré ses trucs contre les crampes. » Le conseiller Ramseyer aide ses clients à reprendre en main leur quotidien. Qu'il s'agisse d'existence financière, d'intégration au monde du travail, de relations et de sexualité modifiée, de

mobilité ou de moyens auxiliaires – il connaît des solutions aux problèmes, peut rapporter comment d'autres ont affronté la même situation. Et quand lui-même est au bout de son latin, il peut recourir à des experts à l'intérieur et à l'extérieur de l'ASP.

La consultation se déroule souvent lors d'entretiens personnels, mais peut aussi être téléphonique ou électronique. « Le contact personnel est important pour que nous connaissions les peurs, soucis et besoins des intéressés, pour en déduire les prestations nécessaires », déclare le responsable Erwin Zemp. À l'avenir, les conseils de vie de l'ASP voudraient intensifier encore leur présence dans les régions périphériques et en Suisse romande. Il est en outre prévu de développer la plate-forme d'échange et d'information sur Internet.

Organisation faîtière des personnes en fauteuil roulant



L'Association suisse des paraplégiques (ASP) a été fondée en 1980 et s'engage en faveur des paralysés médullaires, en tant qu'organisation d'entraide nationale. Aujourd'hui, elle compte quelque 11000 membres, organisés en 27 clubs en fauteuil roulant. L'ASP

propose de nombreux services dans les domaines construction sans obstacles, culture et loisirs, sport en fauteuil, conseils de vie et de droit. Elle bénéficie du soutien financier de la Fondation suisse pour paraplégiques.



Pour en savoir plus: www.asp.ch

Rencontre. Robert Ramseyer conseille son client Roman Eggel dans le bureau ASP de Sion VS.





Avec Rigert, tout est à votre portée



Commandé
aujourd'hui -
Installé
demain!

SOLARIS



PEGASUS NOVA II

Vente et service après vente dans votre région:

Berne, Soleure, Bâle ville et pays:
033 345 22 42

Suisse orientale: 041 854 20 10

Suisse Romande, Jura, Valais parti
français: 026 663 87 77

Tessin: 091 604 54 59

Siège social:

Rigert SA · Monte-escaliers
Eichlihalde 1 · 6405 Immensee
Tél +41 (0)41 854 20 10
Fax +41 (0)41 854 20 11
info@rigert.ch · www.rigert.ch



Nous vous prions de nous envoyer votre documentation gratuite:

- Sièges sur escalier Monte-escaliers à plateforme
 Elévateurs verticaux

Prénom / Nom: _____

Adresse: _____

NPA/lieu: _____

Téléphone: _____

PA 11

Monte-escaliers · www.rigert.ch



Lift sur mesure
à usage multiple

*Demandez une
documentation ou
un devis gratuit!*

LAURENT MONNARD

Lift - Automation

Grand-Rue 31, 2616 Renan

Téléphone 032/963 12 50 ou 027/281 39 09

Fax 032/963 12 49

E-Mail: l.monnard@bluewin.ch

seniorweb.ch

**Le portail de
la génération 50+**
visitez nous!



1 Centre – 1000 histoires

Le Centre suisse des paraplégiques (CSP) a organisé une fête d'été pour remercier les ancien-ne-s patient-e-s. Depuis l'ouverture de la clinique spécialisée, le 1^{er} octobre 1990, 15 000 para- et tétraplégiques y ont été pris en charge et traités. Chacun-e a apporté à Nottwil son histoire, son destin. « Tous ont marqué le Centre. Et nous les en remercions chaleureusement, » a déclaré le directeur du CSP Hans Peter Gmünder à l'ouverture. Quelque 120 invités de toute la Suisse ont profité de la tiède soirée d'été pour renouer d'anciennes amitiés et échanger des souvenirs. Après un excellent repas, un salon de café invitait à s'attarder. Le bar servait des boissons exotiques et, dans l'aula, deux orchestres ont joué jusqu'à bien tard de la musique des années '70, rock, funk et pop.



LETTRES À LA FONDATION

«Les moyens auxiliaires me donnent une liberté insoupçonnée»

J'ai pu passer quatre mois et demi très précieux dans votre institution. Après la difficile reconnaissance que j'étais désormais paraplégique, j'ai été encouragée à la thérapie quotidienne et soignée avec autant d'amour que de compétence. Pour l'avenir, je me fais beaucoup de soucis pour mes finances. J'ai adressé mes questions à l'assistante sociale, qui a transmis mon problème à la Fondation. À ma grande surprise, j'ai appris que diverses dépenses seront prises en charge : fauteuil roulant et coussin d'assise, ainsi que Swiss Trac. Ces moyens auxiliaires me servent à maîtriser mon quotidien et, outre une indépendance limitée, me donnent une liberté insoupçonnée. J'adresse mes remerciements à tous ceux qui ont contribué à cette décision généreuse.

Rosa Bruni-Wallisier, Uetendorf BE

Nous venons de recevoir notre ascenseur de lit. Merci beaucoup d'avoir participé à son financement. L'ascenseur apporte un grand soulagement à mon mari et nous aide tous les deux.

Yvonne et Kurt Burri, Niederwangen BE

Cette lettre pour vous remercier bien cordialement de votre aide dans le remplacement du monte-escalier de mon appartement (après 17 ans d'utilisation). Il me permet de conserver mon indépendance.

Eddy Jaccard, Rances VD

Je suis infiniment reconnaissant, après 19 ans de tétraplégie, de pouvoir continuer à compter sur l'aide de la Fondation. Vous m'avez apporté un soutien financier pour l'achat d'une voiture. Les mots me manquent pour vous remercier. Vous m'avez fait là une grande joie.

Andrea Petronio, Lugano TI

Aujourd'hui, nous sommes allés chercher notre nouvelle voiture. Nous sommes très reconnaissants à la Fondation d'en avoir assumé le financement. Grâce à vos contacts, il m'est devenu possible de conduire une voiture. Je vous remercie chaleureusement de vos efforts et vous adresse mes meilleurs vœux.

Roland Kamber, Hellbühl LU

Depuis près d'un an, je suis malade et, entre-temps, paralysée médullaire. À ma grande joie, je viens d'apprendre que votre fondation exauce mon vif désir et finance le monte-escalier dont j'ai désormais malheureusement besoin. Je voudrais vous remercier de cette générosité. Le monte-escalier me permettra de prendre « ma nouvelle vie » en main et d'en venir à bout.

Carolina Züger, Zurich

DONS PARTICULIERS

Invités généreux

Le Widenmoos Resort de Reitnau AG collecte de l'argent pour des gens dont la vie n'est pas rose. Cinq manifestations de bienfaisance avec dîner de gala et attractions artistiques ont permis à des invités charitables de réunir 500 000 francs environ. La somme a été répartie

lors d'une petite fête entre la Fondation EurAsia, la Fondation Philipp Neri et la Fondation suisse pour paraplégiques. Nous remercions vivement l'organisateur Fredy Bühler pour le don généreux de 200 000 francs.



Remise. L'organisateur Fredy Bühler (2^e à partir de la droite) apporte au président du Conseil de fondation Daniel Joggi (à dr.), au fondateur Guido A. Zäch et à son épouse Edith une liasse de billets.

Teenagers chantants

Dans le cadre des tournées des « Adonia Teens-Chöre », un chœur a présenté à Nottwil le programme « Josef – De Träumer ». Les jeunes et leurs dirigeants ont participé à une visite du Centre suisse des paraplégiques (CSP). Le groupe a été impressionné par les diverses thérapies, l'orientation professionnelle, l'appartement d'exercice, les différentes disciplines sportives pour paralysés médullaires et le destin de trois patients, raconté dans le film d'image. En remerciement, le chœur a chanté, pour finir, dans la halle de rencontre, deux chansons de son programme. Au don officiel de 200,- CHF s'est encore ajouté le produit d'une collecte spontanée des jeunes, soit 365,- CHF. Nous les remercions beaucoup de ce soutien.



Valaisannes créatives

Chaque année, en novembre, des membres de la « Frauen- und Müttergemeinschaft Turtmann VS » tressent et décorent bénévolement une quarantaine de couronnes de l'Avent. Celles-ci sont ensuite bénies et vendues le premier week-end de l'Avent. Le produit de cette action va chaque fois à une institution de bienfaisance. À l'occasion de son excursion annuelle, la délégation valaisanne a remis à la Fondation suisse pour paraplégiques un chèque de 1000,- francs. Merci beaucoup.



Étudiants actifs

Chaque semestre, à l'occasion de la « Nuit internationale », l'Hotel & Tourism Management Institute (HTMi) de Sörenberg LU collecte de l'argent pour une bonne cause. La manifestation est organisée par les étudiants du Higher Diploma. Différentes actions telles que la vente de chocolats fabriqués par eux-mêmes, une tombola ou le « Casual Day », pendant lequel les étudiants peuvent acheter le droit de négliger l'uniforme, ont donné un montant de 3227,- CHF. La Fondation suisse pour paraplégiques remercie de ce don.

Le SIRMED peut diplômé

L'Institut suisse de Médecine d'Urgence SIRMED de Nottwil est la première institution du pays reconnue par l'Office fédéral de la formation professionnelle et de la technologie (OFFT) comme école supérieure spécialisée pour secouristes HES. Cela signifie que les étudiants qui ont suivi avec succès la formation correspondante au SIRMED sont autorisés à porter le titre fédéral protégé de « Secouriste diplômé HES ». La décision de l'OFFT fait suite à une demande de la Commission fédérale des écoles supérieures (CFES). Cette dernière avait demandé la reconnaissance du SIRMED après les résultats positifs d'une procédure d'examen de trois ans. www.sirmed.ch



D'un étage à l'autre sans soucis

BACO SA Suisse romande

Roland Darbellay
Rue du Moulin 2 • 1128 Reverolle
Mobile 079 354 55 28 • Fax 021 800 06 92
r.darbellay@baco-ag.ch
www.baco-treppenlifte.ch

Pour la documentation gratuite:

- lift d'escaliers à siège
- lift d'escaliers à plate-forme
- homelift
- plate-forme élévatrice
- monte-escalier mobile/rampes
- pool-lift
- analyse gratuite à domicile

Prénom: _____

Nom: _____

Adresse: _____

NP/Lieu: _____

Téléphone: _____

BACO

« Nous ne demandons pas de bonus de pitié. »

Beate Kellermann arrange volontiers de nouvelles formations que piétons et danseurs en fauteuil exécutent ensemble. La presque quinquagénaire vit pour son hobby. Et aime les exhibitions.

Enregistré par : Christine Zwygart | Photo : Astrid Zimmermann-Boog

« La danse que je préfère, c'est la rumba. La musique est romantique, nous la suivons avec élégance, parfois vite, puis plus lentement. Mais j'aime aussi le slow-fox, qui glisse doucement sur toute la surface du parquet. Chez moi, le lecteur de CD joue presque sans arrêt, j'y puise l'inspiration de nouvelles chorégraphies pour notre groupe de danse. De bon matin, en revanche, pas de musique : mon réveil émet un horrible bip sonore, qui m'arrache au sommeil – rien d'autre ne fonctionnerait chez moi. Comme je suis originaire de la Ruhr allemande, j'ai besoin d'un solide petit déjeuner avec pain, saucisson, fromage et café.

La matinée est consacrée au travail ménager, car je ne suis vraiment en train qu'après midi. De chez moi, je conseille des personnes handicapées en matière de rééducation et les aide à mieux maîtriser le quotidien. Je prends beaucoup de plaisir à ce travail. Mais mes grandes passions sont les voyages et la danse. Il y a deux petites années, j'ai fait un tour du monde avec une amie : Amérique, Fidji, Nouvelle-Zélande, Australie, Bali, Singapour – nous avons été en route pendant trois mois et demi. Fantastique, vraiment, et un régal pour moi, malgré le fauteuil roulant. Nous avons

tant vu et vécu, même s'il nous a fallu d'abord dresser beaucoup de plans et clarifier bien des points. Maintenant, nous réfléchissons déjà aux prochaines vacances ; nos désirs nous porteraient vers Dubaï, l'Amérique du Sud ou l'Afrique du Sud.

Exhibitions avec des vedettes du show

Je peux organiser mon horaire de travail de manière flexible de sorte qu'il me reste beaucoup de temps pour la danse. Peu après ma première rééducation, en 1983, le directeur d'un groupe de danse m'a demandé si je ne voulais pas participer. Danser en fauteuil roulant ? Je trouvais cela impossible, et d'ailleurs, je ne dansais pas quand j'étais piétonne. Mais mon interlocuteur a insisté, et j'ai été voir un entraînement – qui m'a immédiatement enthousiasmée. Aujourd'hui, la danse est pour moi une détente et un sport à la fois. Chez nous, les « Roll 'n' Go Dancers », les couples se composent toujours d'un piéton et d'une personne en fauteuil roulant. Une fois par semaine, nous nous entraînons trois heures durant à Bâle, aux danses et formations latines et standard. En principe, les danseurs en fauteuil font les mêmes mouvements que les piétons ; sauf que nous ne pouvons pas rouler latéralement. Pour donner à l'ensemble

une allure élégante, il faut une bonne entente entre les partenaires. Et : ne jamais oublier de sourire !

Nous nous produisons aussi en public. Il y a de nombreuses années, un avion privé est même venu nous chercher pour danser à Berlin, devant un large public. En Suisse, nous avons fait des exhibitions avec des vedettes du show comme Monika Kälin, Inigo Gallo et Florian Schneider. Avant de commencer notre prestation, nous crachons par-dessus notre épaule gauche et nous encourageons à grands cris. La réaction des spectateurs est souvent enthousiaste. Nous sommes fiers de notre performance et ne demandons pas de bonus de pitié.

La soirée parfaite pour moi commence par un bon repas – de préférence des asperges et une escalope de dinde –, après quoi, je vais danser avec des amis. Si je reste à la maison, j'arrange de nouvelles formations de danse, regarde la télé (surtout « Stern TV ») ou lis (actuellement « Le bonheur : la chance n'arrive jamais par hasard... », d'Eckart von Hirschhausen). Vers 23 heures, je me mets au lit, où je m'endors aussitôt, après une journée bien remplie. »



Beate Kellermann

Cet agent technico-commercial a subi en 1982 un accident de cheval entraînant une paraplégie. Âgée de 49 ans, elle vit aujourd'hui à Rheinfelden (du côté allemand) et travaille comme conseillère pour la Fördergemeinschaft der Querschnittgelähmten. Sa passion, c'est la danse : directrice et monitrice des « Roll 'n' Go Dancers », elle cherche des piétons et des personnes en fauteuil roulant pour danser à Bâle.

www.rollstuhltanz.ch

Une équipe super. Depuis quatre ans, Beate Kellermann et Oliver Wyck dansent ensemble.

J'aime les maisons de vacances. Par exemple, mon tas de pierres dans le Sud de la France. Son achat de l'époque (dans un moment de mégalomanie) traduisait entre autres l'intention de m'approprier un bien à l'étranger, pour y installer un coin de patrie. Entre-temps, les vacances en Provence sont devenues pour moi une sorte de séminaire vécu. On apprend à voir et à faire les choses autrement que d'habitude.

Prenons les artisans. Ils demandent ici patience... et attention. Pas question d'appeler le maçon, le jardinier ou l'électricien : il faut l'inviter. Et parler une heure du temps, de cuisine, de politique, pour aborder tout à la fin la véritable raison de la rencontre. Réparation du toit, du lave-linge ou du mur du jardin – le problème trouve toujours une solution, mais généralement pas immédiate. Il en va un peu des étrangers comme du magnolia que j'ai planté, contre tous les avertissements. Les magnolias ne s'enracinent jamais dans notre région, ai-je entendu à l'envi. Mais « le petit Suisse » s'est enraciné, tout comme le magnolia.

Cette maison aux murs épais d'un mètre et au jardin à vrai dire beaucoup trop grand m'a appris l'humilité. Un mot aujourd'hui pratiquement interdit. Et pourtant : la Tourne, comme la dénomment des textes anciens, existe depuis 200 ans déjà. Elle a abrité des générations de gens et d'animaux et peut rester un refuge tant que nous en prenons soin. Cela aussi se passe autrement que chez nous, et j'en ai pris mon parti. C'est ainsi que nous plantons toute une allée de tilleuls au parfum merveilleux, dont je sais qu'ils n'atteindront leur taille réelle que quand je ne serai plus là. En revanche, « mes » oliviers aux troncs noueux portent des fruits depuis plus de 100 ans, pour ma plus grande joie.

Tout à coup, ce mot à la mode de durabilité prend tout son sens, puisque l'on entreprend quelque chose sans considérer le profit immédiat. Cet endroit m'aide chaque fois à voir clair dans mes objectifs au travail et pour l'entretien de mes amitiés. Ne comptent plus ni le feu d'artifice fulminant ni l'éternelle question finale : qu'est-ce que cela m'apporte ? C'est bien plutôt la joie de travailler à une œuvre utile et, espérons-le, durable ; ne serait-ce que pour le plaisir des yeux, comme le dit mon jardinier.



Kurt Aeschbacher

« Ce que l'on peut apprendre de vieux murs »

Kurt Aeschbacher | Il travaille pour la Télévision suisse où il anime principalement des émissions de divertissement. À 62 ans, il accompagne en outre des congrès et des manifestations. Il est aussi ambassadeur de l'UNICEF.

PAR ÉGARD POUR VOTRE SANTÉ ET BIEN-ÊTRE



MADE OF NASA
MEMORY-FOAM

Fauteuil tournant de bureau ERGOTEC SYNCHRO PRO

698.- au lieu de* 1598.- (en cuir) **498.-**

Fauteuil tournant de bureau professionnel conçu selon les dernières acquisitions en matière d'ergonomie, forme anatomique parfaite; mécanisme synchro-blocable; réglage de hauteur par vérin à gaz de sécurité; adaptation individuelle au poids; „MEMORY FOAM” appui-reins ergonomique (S/M, L/XL); dossier à filet aéré inusable ménageant le dos et évitant la fatigue, ne « colle » pas au dos; **appui lombaire** à réglage (soutien de la colonne vertébrale et des disques); **appui-tête et appui-nuque** (amovible); **accoudoirs** à 12 positions de réglage en hauteur et latéralement avec appuis rembourrés; convient à toutes les activités quotidiennes au bureau, en particulier le travail à l'écran. Dimensions: (h/x/p) 48-65 x 52.5 x 48.5 cm, poids: 22 kg, mode d'emploi et de montage en fr, it, all, angl. Garantie 2 ans. 5 Pied: bois/bambou, alu dépoli, alu poli, alu noir dépoli, alu noir poli; avec galets de tapis (galets pour sols durs en option: CHF 20.- les 5)

Couleurs du tissu: 1. guava, 2. yellow, 3. domingo, 4. curacao, 5. costa, 6. steel, 7. paradise, 8. olive, 9. demerera, 10. sombrero, 11. havana, 12. monterat; Couleur du cuir: noir



Appareil de massage par pulsation intensif ITM

au lieu de* 149.- **119.-**

Avec lumière infrarouge activable. Pour assouplir, détendre et stimuler la circulation sanguine dans les muscles, un massage par pulsation intensif, en profondeur et bienfaisant, (régulation linéaire). Efficace pour détendre les tensions musculaires et les crampes et échauffer les tissus. Les épaules, le dos, les jambes et même les plantes des pieds peuvent être massés sans effort. Instructions d'utilisation en fr, it, all, angl. 3 ans de garantie.

inclusive
16 BRUSSES ENFICHABLES
1 STATION DE RECHARGEMENT
1 NECESSAIRE DE VOYAGE

Kit de soin des cheveux, du visage et des dents - FAZOR® 5 EN 1

au lieu de* 489.- **169.-**

Rasoir avec 5 têtes de rasage; Utilisation sec ou humide; Tondeuse à barbe et poils longs avec tête de rasage précise réglable; Tailleuse de poils oreilles/nez; Tondeuse à barbe avec poignée contourgrip EVA-Full-Foam allongée utilisable lorsque le bâton est raccourci. Brosse à dents rechargeable pivotante; Nécessaire de voyage (22x44 cm); Système de puissance (100-240 V, rechargement rapide, piles ion-lithium, etc.); Cadenas de voyage; Station de rechargement PowerPod

Couleurs : 1. noir, 2. blanc, 3. anthracite

Bâtons de trekking et de randonnée ERGOLITE PROTEC ANTISHOCK

au lieu de* 179.- **98.-**

Bâton de randonnée et de trekking 3 brins en alliage d'aluminium 7075 T6 haute technologie de qualité supérieure avec système anti-choc et pointe Wolfram/Carbide. Poignée supérieure en liège isolant avec poignée contourgrip EVA-Full-Foam allongée utilisable lorsque le bâton est raccourci. Poignée ergonomique inclinée de 15 degrés avec deux dragonnes réglables interchangeables. Modèle très stable et robuste, réglable de 77 à 140 cm, sac de transport et de rangement inclus. Couleur: bleu/vert/argent/noir

• modèle optimisé
• mesures redéfinies
• plus de légèreté

Veste fonctionnelle d'extérieur TITANIUM 6 EN 1

au lieu de* 698.- **198.-**

Veste d'extérieur (4 saisons) haut de gamme, testée en conditions himalayennes/alpines, répondant aux exigences les plus élevées et offrant toute une panoplie de qualités techniques; fermeture avant avec zip dissimulé à ouverture en haut et en bas, avec protection du menton; 2 grandes poches intérieures poitrine zippées; 3 poches intérieures filet/velours; 4 poches extérieures zippées; toutes les fermetures éclair repoussent l'eau et sont en plus protégées; Cool-System: aération par zip ou velcro sous les aisselles; capuche réglable et amovible enroulable dans le col avec visière pouvant être utilisée avec un casque; manchettes réglables par velcro d'une seule main; cordon élastique à la taille et dans l'ourlet du bas; avec 2 vestes intérieures amovibles en tissu polaire (isolation moyenne/élevée: 300/400g/L, diverses poches intérieures/extérieures zippées); fabriqué en HIMATEX deux couches, une fibre respirante imperméable à 100% au vent et à l'humidité; coutures thermosoudées imperméables; imperméabilité: 20'000mm, micro-aération: 6'000mvt (g/m²/24h); kit spécial hiver/ski: soufflet pare-neige se fixant par zip avec élastique pour veste extérieure/polaire; poche pour ticket sur le bras gauche; poche transparente amovible pour forfait remontées mécaniques; masque tête-casque pouvant être dissimulé dans le col; 1 masque visage tempête; HIMALAYA OUTDOOR® by Omlin. 100% Made au Népal.

11 Couleurs: 1. jaune, 2. orange, 3. rouge, 4. bleu ciel, 5. bleu glace, 6. bleu, 7. vert printemps, 8. olive, 9. gris, 10. noir

9 tailles: 2XS, XS, S, M, L, XL, 2XL, 3XL, 4XL



Pantalon fonctionnel d'extérieur TITANIUM 3 EN 1

au lieu de* 349.- **149.-**

Pantalon fonctionnel solide conçu avec de nombreux détails techniques: optimal comme pantalon de ski/de trekking; assorti à la veste TITANIUM 6 EN 1; zip latéral dissimulé sur toute la longueur de la jambe; coupe ergonomique; bretelles amovibles pour pantalon extérieur/polaire; bas de jambe réglable par velcro; 4 poches zippées imperméables; kit spécial hiver/ski: 1 pantalon polaire amovible avec taille plus haute à l'avant et à l'arrière, 2 poches latérales, 1 poche poitrine kangourou zippée; guêtres pare-neige élastiques amovibles avec bride de maintien; fabriqué en HIMATEX deux couches, une fibre respirante imperméable à 100% au vent et à l'humidité; surface couche supérieure en ripstop anti-déchirures et anti-abrasion particulièrement résistant aux genoux/fessier/intérieur des chevilles; toutes les coutures sont thermosoudées et imperméables; imperméabilité: 20'000 mm, respirabilité: 6'000 mvt (g/m²/24h); HIMALAYA OUTDOOR® by Omlin. 100% Made au Népal.

11 Couleurs: 1. jaune, 2. orange, 3. rouge, 4. bleu ciel, 5. bleu glace, 6. bleu, 7. vert printemps, 8. olive, 9. gris, 10. noir

9 tailles: 2XS, XS, S, M, L, XL, 2XL, 3XL, 4XL



Sac à dos multifonctions X-TRAIL HYDROLITE 27+5

au lieu de* 298.- **129.-**

Sac à dos multifonctions aux multiples équipements et comprenant un système de désalération à isolation totale (3 litres); aération dorsale tri-directionnelle AirPort™ efficace, rembourrage du dos et de la ceinture de taille ErgoFoam™; compartiment principal avec zip et poche de rangement, ceinture de taille et sangle de poitrine, bretelles ergonomiques avec système SuspensionStrap, poche frontale avec filet et sangles, 2 poches latérales à sangles élastiques, système de fixation des bâtons de randonnée; diverses sangles de compression et de fixation, sangles en caoutchouc pour sac de couchage, casque, etc.; bandes réfléchissantes 3M, protection anti-pluie, poche pour téléphone mobile, support CD/MP3, organizer, sac de laptop, portemonnaie, etc. Idéal pour les activités de plein air (randonnée, trekking, ski, cycle, escalade) et les loisirs. Matériel: ripstop Diamond/Dobby robuste. Volume: 27+5 Litres.

Couleurs : 1. orange, 2. rouge, 3. bleu glace, 4. olive, 5. noir



Article / dimension / couleur	Quantité	Prix	Adresse	Code: Paraplegie 08/11
			Nom et prénom	
			Rue	
			NPA/localité	
			Téléphone	
			E-Mail	

Commandes: CARESHOP GmbH, c/o Bürgerspital Basel, Ruchfeldstrasse 15, 4142 Münchenstein

Téléphone 0848 900 200, Fax 0848 900 222, www.careshop.ch

Sous réserve d'erreur d'impression. Prix TVA incl., frais de port en sus.

Livraison jusqu'à épuisement du stock. *Somme des différents prix.

Venez visiter nos magasins «Careshop»:

• 4051 Bâle, Aeschenvorstadt 55, Téléphone: 061 227 92 76
Lundi-Vendredi 10.00 - 18.00 • Samedi 10.00 - 16.00

• 4500 Solothurn, Bielstrasse 23, Téléphone: 032 621 92 91
Lundi fermé • Mardi-Vendredi 14.00 - 18.00 • Samedi 10.00 - 16.00



Le bain rendu facile

VitaActiva depuis 2001
le spécialiste du bain dans l'insouciance

- Installation rapide, propre, en un jour
- Une collection riche et variée de baignoires, élévateurs et couleurs
- Sur demande, sur tous les modèles, possibilité d'équipement spécial tel que bain à remous, douche...

Téléphone gratuit:
0800 99 45 99 99

info@vitaactiva.ch • www.vitaactiva.ch



L'élévateur est adaptable sur votre baignoire existante



Demandez notre brochure en couleurs gratuite!

Oui, envoyez-moi votre brochure gratuitement et sans engagement:

Nom/Prénom

Rue/No.

NP/Localité

Tél.

Fax



CHPARA201108

VitaActiva AG • Baarerstr. 78 • 6301 Zug • Tél.: 041 727 80 39 • Fax: 041 727 80 91