

Hémiplégique, il roulera pour la bonne cause

DÉFI Christian Salamin, hémiplégique depuis cinq ans, s'attaquera à un véritable défi en 2021. Il reliera Saint-Jacques de Compostelle depuis Trondheim afin de soutenir la prévention de l'AVC.

PAR CHRISTOPHE SPAHR@LENOUVELLISTE.CH

Le périple a de quoi éfrayer n'importe quel cycloportif accompli: 5400 km entre Trondheim (Norvège) et Saint-Jacques de Compostelle (Espagne), sept pays traversés et 150 jours sur les routes. Le défi est d'autant plus coriace qu'il sera relevé par Christian Salamin, victime d'un AVC en août 2015 et hémiplégique depuis lors. Il est d'autant plus méritant qu'il veut sensibiliser la population aux conséquences des attaques cérébrales et rappeler la prévention de l'AVC. «Ce projet a germé dans mon esprit lorsque j'étais encore au CHUV, peu de temps après mon accident», explique-t-il. «Il a pour objectif d'attirer l'attention sur toutes les conséquences d'un accident vasculaire cérébral pour

une personne. Mon but, c'est de transmettre un message positif parce qu'il est possible de retrouver certaines facultés avec du travail. Un jour, j'ai croisé la route de Thierry Mottiez, propriétaire d'une agence de communication. Il a immédiatement adhéré à ce projet. C'est moins une performance sportive qu'une opération de communication liée à tous les problèmes qui résultent d'une lésion cérébrale. Ça doit rester du plaisir et ne pas devenir une souffrance.»

60 km par jour à 15 km/h de moyenne

L'ancien cycliste accompli, entrepreneur et créateur d'une dizaine de sociétés, ne s'élancera pas dans l'inconnu. En 2018, il avait déjà réalisé un voyage de

1200 km entre Andermatt et Rotterdam, le long du Rhin, en 23 jours. «C'était une forme de test. Mon challenge, ce n'était pas de pédaler mais de changer

d'hôtel tous les soirs», se souvient-il. «Peu d'hôtels sont adaptés pour les personnes à mobilité réduite. Il y a un gros travail de communication qui m'occupe-

L'AVC, une réalité encore méconnue

Ce n'est pas moins d'un individu sur six, en Suisse, qui est touché par une attaque cérébrale. Elle frappe une personne toutes les trente minutes, soit 44 par jour. En moyenne, 40% s'en remettent complètement, 35% restent handicapées et 25% en décèdent.

L'association Fragile Valais vient en aide aux personnes victimes d'un AVC ainsi qu'à leur famille. «Malheureusement, elle dispose de peu de moyens», regrette Christian Salamin. «Ce périple doit aussi servir à récolter des fonds qui seront reversés à l'association à mon retour.»

Les personnes désireuses de soutenir ce projet peuvent verser 4 francs par kilomètre couvert.

Plus d'infos sur www.rideforstroke.ch



Christian Salamin disposera d'un vélo à assistance électrique adapté à la situation. SABINE PAPILLLOUD

ra durant ces cinq mois de traversée de l'Europe, du Nord au Sud. Un événement sera organisé à l'arrivée de chaque étape. Lors de ce test, j'ai pu me rendre compte des problèmes de logistiques. C'est pourquoi, en 2021, je résiderai dans un camping-car sur mesure plutôt qu'à l'hôtel.» Christian Salamin effectuera ces 5400 km de routes vallonnées à l'aide d'un vélo adapté à

son handicap, à raison de quelques 60 km par jour, soit quatre heures de pédalage quotidien pour une vitesse moyenne de 15 km/h. Il prévoit des jours de repos. Les commandes - vitesses et freins - sont placées à droite afin d'être accessibles à son seul bras valide. Une pédale orthopédique sur mesure a été aménagée pour compenser le manque de stabilité de sa jambe gauche.

Rendez-vous en octobre 2021

Le périple est prévu du 27 juin au 29 octobre 2021. Journée mondiale de l'AVC. Le budget, 70 000 francs, intégrant un camping-car, le carburant et le ferry, la nourriture et l'hébergement ainsi que la communication devrait être majoritairement assuré par divers sponsors.