

Victime d'un AVC, Christian sensibilise

VILLERS-LA-VILLE

Un périple de 5 400 km avec son trike – un vélo à trois roues – pour ce Suisse qui était de passage à Sart-Dames-Avelines ce dimanche.

Ce dimanche, à Sart-Dames-Avelines, c'était jour de course cycliste dans le village. Parmi les spectateurs, un Suisse, hémiplegique à la suite d'un terrible AVC voici six ans. Christian Salamin a décidé de parcourir 5 400 km avec son trike, en partant de Trondheim (Norvège) en direction de Saint-Jacques de Compostelle (Espagne). Christian Salamin véhicule un message, lui qui est parti le 7 juillet pour ce périple à travers l'Europe, qui se terminera le 29 octobre, date de la Journée mondiale de l'AVC. Il évoque ainsi un peu partout son projet « Ride for stroke » (AVC se dit stroke en anglais), qu'il réalise sur un vélo adapté à son handicap. Il sensibilise la population à l'AVC et collecte des dons pour l'Association @Fragile Suisse romande Valais afin de venir en aide aux victimes d'AVC et aux proches aidants.

L'AVC frappe une personne toutes les 30 minutes en Suisse, et le reste de l'Europe n'est pas épargné. Pour Christian Salamin, il est donc indispensable d'en parler.

Entrepreneur en informatique, Christian Salamin a été victime d'un AVC massif le 10 août 2015, à l'âge de 50 ans. Par chance, quelqu'un a assisté à la scène et a permis une réaction rapide qui lui a sauvé la vie, même s'il en garde des séquelles.

Mais ce citoyen du Valais a du caractère et il refuse d'entendre le message des médecins qui lui indiquent qu'il

ne devrait plus marcher et certainement plus pratiquer le vélo, sport qu'il pratique avec passion depuis de nombreuses années, en compétition, avec près de 10 000 km avalés chaque année.

« Trop souvent, on nous demande de lâcher prise, il n'en était pas question pour moi. Alors, avec ce périple, je veille à diffuser un message positif et c'est aussi un pied de nez aux médecins. À 56 ans, je veux montrer que tout n'est pas perdu, en parler autour de moi, et récolter des fonds. »

Au bord du circuit de Sart-Dames-Avelines, Christian avait la chair de poule, à voir passer les cyclistes à toute allure. Raison de plus pour donner un sens à « Ride for stroke », le voyage d'une vie !

LAURENT SAUBLENS



Un vélo spécifique, mais parfois, une crevaison vient freiner la progression de Christian.

« Dès qu'il roule, Christian oublie tout »

Avec ce vélo adapté à son handicap, Christian Salamin roule entre 40 et 70 km par jour, à une moyenne de 25 km/h. Des moments d'évasion.

Pour continuer à réaliser ses rêves et pratiquer sa passion du cyclisme, Christian Salamin, très impliqué dans son canton – il a été membre du comité d'organisation de la foire du Valais pendant 13 ans –, peut compter sur son trike, un vélo adapté à son handicap, sur lequel il retrouve des sensations qu'il adore, même si ce n'est pas tout à fait comme avant. « Trois années de développement ont été nécessaires, indique Thierry Mottiez, qui se charge du volet communication du projet « Ride for stroke ». Ce vélo est adapté à ses besoins et lui permet de retrouver chaque jour un peu plus d'autono-

mie. » Père de quatre enfants, Christian Salamin n'avait pas encore 50 ans au moment de son accident cérébral. Cet AVC ischémique massif avec une transformation hémorragique a provoqué des lésions tantôt profondes, tantôt superficielles de l'hémisphère droit du cerveau. Bénéficiaire de l'Assurance Invalidité depuis 2017, il mène un combat quotidien pour récupérer le plus possible ses facultés physiques et cérébrales. Mais parfois, il y a des péripéties qui compliquent les choses. « Ce dimanche, Christian a été victime d'une crevaison. Ce n'est pas évident pour lui, mais on a pu compter sur l'aide appréciable et appréciée de Ludovic Draux, l'organisateur de la course cycliste, qui a veillé à réparer la fuite et permettre ainsi à Christian de

poursuivre son périple. »

Le Valaisan roule entre 40 et 70 km par jour. « Le départ se fait généralement vers 9h-10h et les étapes se terminent vers 13h. La moyenne n'est pas négligeable puisqu'il roule à 25 km/h sans bobos ni courbatures. Dès qu'il met le casque, Christian roule et oublie tout. En roulant, il s'évade et a à cœur de passer le message. »

Et puis, c'est aussi l'occasion de penser à d'autres projets. « Ce dimanche, on a évoqué les Jeux paralympiques... Il commence à s'y intéresser même si ce n'est encore qu'une idée et qu'aucune démarche n'a été réalisée. Mais, qui sait, Paris 2024 ? Tout est possible pour lui, il n'accepte pas qu'on lui dise que ce n'est pas possible, c'est dans son caractère de Valaisan, un état d'esprit. » L.S.